

球龄两个月就能单双手运球,投篮打比赛也一点不含糊

小不点的篮球童子功,是如何炼成的

本报记者 宗倩倩

两年前,宁波市机关第一幼儿园20位萌娃的篮球表演在中央电视台《出彩中国人》中亮相,萌娃们的篮球技术惊呆了不少人。

今年5月份,在新华社对外报道“New China”下的体育版块中,一个浙江省幼儿体育大会上的幼儿篮球操表演视频,上线两天点击量就超过了100万人次。

今年6月份,姚明收到了上虞区实验幼儿园小朋友亲手制作的邀请函,现身助阵浙江省幼儿体育大会,并出席了全省各地79支队伍1600多位幼儿园小朋友参加的篮球表演大赛。

篮球操已经成为浙江省幼儿体育的一张闪亮名片。那么,这些幼儿园小朋友比专业运动员还炫酷的篮球功夫到底是怎么炼成的呢?



小小篮球娃



扫描二维码,下载钱江晚报新闻App“浙江24小时”,登录后输入邀请码“wZOS”(区分大小写)。

每天早上8点50分,杭州市丁兰第三幼儿园的小操场上,就会响起欢快的音乐声。而只要音乐声响起,这所幼儿园大班的100多名孩子们就会条件反射般拿起小篮球(5号球)开始跟着节奏拍起来。

单手拍、双手拍、和同伴交换着拍……协调性好的女生能气定神闲地连着拍100多个,而身边的小男生已经一不小心把球丢了,瞄一眼站在一旁的老师,赶紧小跑着把球捡回来,重新加入队伍。

这就是丁兰第三幼儿园的常规早操。以前的早操,大家晒晒太阳做做操。三年前,幼儿园开始推广篮球操,张老师是园区里唯一会打篮球的男老师,也成为了负责篮球教学的体育老师,开设了篮球选修课,建了篮球社团。

“从中班开始,就会让他们接触篮球。主要培养他们的球感和兴趣,把篮球融入到游戏里,比如拍着篮球钻山洞之类的。球感和兴趣有了,大班就开始加难度。”

丁兰第三幼儿园大班的孩子们才刚刚练

了两个月,双手运球、胯下运球就已经不在话下,而这些花哨的动作都会被老师精心编排进篮球操中。再练半年,他们就可以达到上述网络视频的水平,参加浙江省幼儿体育大会篮球操大赛,去捍卫已经毕业的师兄师姐们在大会上创造的荣誉。

但也不要以为幼儿园篮球就只是拍拍拍。篮球操之外,投篮、5对5的正式比赛,小朋友们也都能在操场上说来就来。

张老师介绍,运球和投篮的动作,一点都不能马虎,毕竟这些基本功很重要。但投篮和比赛的规则就没有大人世界那么复杂和严苛了。篮筐和投篮距离会根据孩子的身高而特制,打比赛也会允许二次运球,当然,抱人、打手这些即使在幼儿篮球里也是属于犯规的。

“其实不是小孩子很厉害,主要是大人们先入为主觉得小孩子不可能这么厉害。”大人们为什么会对小朋友的球技如此折服,张老师的这句话倒是一语道破其中缘由。

6岁的余文哲刚升上大班,穿着一身球衣,在操场上又是运球又是投篮,相当专业有范儿。余文哲的爸爸和张老师同时都提到了

一点:“这些小孩子很厉害的,只要有兴趣,就会拼命练。”余文哲经常会因为一个动作练得满头大汗也不放弃。在画画等艺术课上找不到自信的他,在篮球上找到了,还跟爸爸说班上已经有了6个“小女朋友”。

“让他们玩得开心是一方面,身体变强,自信心增强,体会到不放弃的体育精神才是最重要的。”张老师看着这些孩子一批批哭哭闹闹入园,一批批开开心心毕业,深有感触。

而更有感触的就是从事了近30年幼儿体育工作,把幼儿篮球在全省推广开来的省幼儿体协常务副理事长、资深幼儿体育专家余绍森。幼儿篮球从2006年开始在宁海实验幼儿园进行可行性实验,半年后在全省范围进行推广,一直到2014年,余绍森把幼儿篮球加入到了浙江省幼儿体育大会中。

第一届幼儿篮球表演大赛时,只有十所幼儿园,一百多小朋友参加,第二届增加到二十几所,三百多小朋友;而今年,已经有了七十多所幼儿园,近两千多名小朋友。“现在很多幼儿园都有了自己的体育特色,这么多体育项目中,最受欢迎的还是小篮球。”

国际排舞大师再度来杭,想要学舞速速报名

本报讯 你想和国际排舞大师零距离吗?

杭州排舞迷们的老朋友Sam和Rosy又要来教舞啦!

2017年福摩杯“舞动中国—排舞/广场舞联赛”总决赛将于11月25日~28日在杭州滨江体育馆举行。为了与国际排舞大赛接轨,丰富参赛运动员在杭参加总决赛期间的活动,让广大排舞、广场舞爱好者有更多的参与机会,

大赛组委会再次特别邀请了国际排舞大师Sam和他的好搭档Rosy来为大家进行免费的排舞教学,享受狂欢,感受跳舞的魅力!

和国际排舞大师零距离,跳最新流行的国际排舞曲,2场培训免费等你来参加!如此难得的机会,赶紧来报名吧~

免费培训安排如下:11月25日14:00~16:00;11月26日14:00~16:00。

培训地点:杭州市滨江体育馆西广场

报名方式:1、下载“浙江24小时”APP,订阅“170俱乐部”栏目,登录后务须填入邀请码“ASOF”,在本篇文章下留言:姓名+联系方式+第几场(这些个人报名资料仅后台可见)。

2、关注钱江晚报“170俱乐部”微信公众号上,发送关键词“大师”到微信平台,在弹出的表格里填写相关信息即可。

本报记者 杨静 通讯员 李文瑶

NEST2017总决赛落幕 收视率高得你想不到

本报讯 11月19日,经过三个比赛日的对决,NEST2017总决赛在厦门国际会展中心落幕。据统计,本次赛事五大网络直播平台收视率再创新高,单日最高同时在线超过了600万人,总观看人数突破6000万人,其收视率已经可以比肩顶级传统体育赛事。

NEST2017是由国家体育总局体育信息中心主办,上海华奥电竞信息科技有限公司、浙报数字文化集团股份有限公司、厦门建发集团有限公司承办。赛事于今年3月启动,涵盖了当下最具竞技性与观赏性的六大比赛项目:《英雄联盟》、《梦三国2》、《穿越火线》、《FIFA Online3》、《王者荣耀》、

《穿越火线:枪战王者》,自开赛以来受到了全国电竞爱好者的广泛关注与热烈簇拥。值得一提的是,NEST2017首次实现了与顶级厂商赛事体系之间的互通,本届英雄联盟项目的冠军IG战队将直接获得德玛西亚杯的八强名额。

本报记者 张峰