

身边的亚运

亚运读本

杭州亚运会官方合作媒体

中国工商银行
杭州亚运会官方合作伙伴



杭州2022年第19届亚运会官方合作伙伴
Official Partner of the 19th Asian Games Hangzhou 2022



中国工商银行

能跑能跳,简单易学,宝宝们就会玩得很开心

手球

孩子们眼里没有那么多成人难题 这或许就是运动的初心

《身边的亚运》讲述老百姓自己的运动故事

本报记者 高华生

“踢球去”、“打球去”、“羽毛球搞起”……

甚至排球都有球迷群约球接龙,身边却从未有人说去玩玩手球。作为一项风靡欧洲的运动,并且是奥运会、亚运会正式项目,手球这项运动却在国内几乎没有存在感,除了没有太多人知道的手球超级联赛外,业余时间参与的人基本为零。不过,让人有些意外的是,最近两年手球运动在杭州幼儿园却开展得非常红火,除了参加全国性的幼儿手球嘉年华、浙江省幼儿体育大会手球比赛、杭州市幼儿手球锦标赛外,不少幼儿园甚至已经做到了班班有球赛。

原本只想当球童,没想到孩子们一下爱上了它

前不久杭州仙林实验幼儿园举行第一届幼儿园手球嘉年华暨“2022年幼儿园手球(4VS4)游戏赛”非常热闹,不但所有孩子们玩得开心,还吸引了很多家长组队参赛,这样的场景,放在两年前园长高虹很难想象。

“当初引进手球项目有点小心思。因为杭州亚运会有手球比赛,当时想,幼儿园宝宝有机会成为亚运会手球项目球童。”仙林实验幼儿园园长高虹告诉钱江晚报·小时新闻记者,刚开始的思路是组织一支队伍,到外面打比赛拿冠军扩大影响,增加幼儿园知名度。没想到引进之后孩子们都非常喜欢,于是幼儿园在每个班普及这项运动,让每个孩子都有机会参与。

高虹观察发现,与篮球、足球等项目相比,幼儿手球项目优势明显:技术没有门槛;场地要求不高;运动量适宜;还可以在培养规则意识和团体协作意识。

“篮球需要学会拍球,足球需要学会踢球,手球不用太多入门技术,只要会跑、能拿住球,就能玩手球。”高虹说,足球和篮球的这些技术门槛让幼儿园大班孩子们大多很难真正入门,相比之下手球却让3岁多的小班孩子就可以玩了。

除了外面的比赛外,仙林实验幼儿园每年12月份有班级联赛,通过班级联赛选出优秀的孩子组队,然后两个园区进行对抗赛,连续不断的比赛让孩子们乐此不疲。

为了顺利在幼儿园开展这个项目,仙林实验幼儿园老师踊跃报名参加教练员、裁判员培训,目前包括园长高虹在内,仙林实验幼儿园已经有三名手球国家二级裁判了。“考裁判蛮难的,考试科目有体能测试,25米折返跑项目强度很大,我们也是拼了。”高虹笑着说,家长尤其支持这一项目,不少妈妈都踊跃参加亲子手球比赛。

没有技术门槛,能蹦蹦跳跳就能玩

“目前杭州已经有六十多所幼儿园,十五所小学开展。”

承接中国手球协会浙江地区推广的王勇康告诉钱江晚报·小时新闻记者,杭州像仙林实验幼儿园一样开展手球的幼儿园很多,另外还有五六所高中、初中也引进了手球项目。

很长一段时间,幼儿园小班找不到合适的运动项目。幼儿手球的出现填补了这块空白——它糅合了足球、篮球、橄榄球规则,既有跑跳、投掷训练效果,又有合适的运动量,相对比较安全,吸引了不少幼儿园开展。此外,幼儿手球的大小和柔软度非常适合小孩子,一只手就可以抓住,比赛过程中,由于手球球门较宽,孩子通过一次次成功射门,也可以培养起强大的自信心。

王勇康介绍说,幼儿手球和成人手球有很大不同:拿比赛时间来说,成人手球比赛上下半场,每个半场各为30分钟,中间休息时间通常为10分钟,而幼儿手球半场一般只有5-8分钟。

当天在仙林实验幼儿园的游戏赛,上下半场只有4分钟,中间休息2分钟,整场比赛加起来也就10分钟。由于时间安排灵活,非常适合幼儿的生理成长特点。另外,与成人手球持球、运球规则相比,幼

儿手球要求也要宽松得多,这些都是根据幼儿生长发育规律经过重新调整的。

2019年之前中国手球协会在广州200多家幼儿园进行试点,制定了幼儿手球标准、教案、比赛规程。试点取得成功后立即向全国推广,国际手球联合会都被惊动到中国来取经,杭州也是从那时开始开展幼儿手球运动。

其实,手球虽然在成人世界里是一项正式比赛项目,但到了幼儿园小朋友手里,它的复杂规则、“成人难题”都不再重要,孩子们拿着这个小小的球,跑啊跳啊,笑啊闹啊,它不仅释放了孩子们的天性,也反映出了运动的初心。

“我第一次到幼儿园参加手球比赛,女儿拿着我的手机拍了好多视频,视频里面给妈妈加油的声音很响,她真的很兴奋。”仙林实验幼儿园妈妈队员邓蓉说,运动让孩子们格外朝气蓬勃,自己参与亲子运动后更能感受到孩子们在运动场上的快乐。

仙林实验幼儿园园长高虹说:“杭州亚运会手球项目,我们幼儿园孩子和家長一定要去现场看比赛。”

