

# 内蒙古全民健身

运动场

奔跑少年

## 内蒙古曲棍球走出新天地

□本报记者 柴思源

6月8日,位于呼和浩特市呼伦贝尔北路与成吉思汗街交汇处东南角的十一人制赛罕区笼式足球场,来自呼和浩特市甲组、乙组适龄阶段的男子、女子曲棍球队正在开展日常训练。

“这是我们第一天在这片场地上进行训练,之前我们在呼和浩特市人民体育场进行训练,因为场地改造,呼和浩特市体育局给我们球队协调了这片笼式足球场。队伍组建后,呼和浩特市体育局给予球队全方位的支持与帮助,先后提供了呼和浩特市人民体育场训练场、装备更衣室、运动员队服以及各类训练器材装备,保障我们的正常训练。”呼和浩特市曲棍球协会负责人侯徐介绍说。

内蒙古有着发展曲棍球的深厚历史文化底蕴,呼伦贝尔市莫力达瓦达斡尔族自治旗曾创造出“一个自治旗,半支国家队”的辉煌。今年5月,内蒙古自治区人民政府结合实际,出台《内蒙古自治区人民政府办公厅关于推动曲棍球事业发展的意见》(以下简称《意见》)。《意见》明确提出,加快曲棍球人才培养。各盟市要充分挖掘资源,聚焦发展急需,进一步完善人才培养、引进、评价、激励保障等机制,持续实施科技创新、知识更新、能力提升行动,打造曲棍球人才培养高地。加强青少年队伍建设,逐步提升曲棍球在各级各类学校的普及面。到2026年,每个盟市至少组建1支曲棍球青少年队。

全区各地区、各部门深入贯彻落实《意见》精神,不断探索适合本地区曲棍球发展的特色道路,呼和浩特市以组建青少年曲棍球队为契机,积极推进首府地区曲棍球项目发展。

呼和浩特市曲棍球队在4月底组建,组建之初,呼和浩特市曲棍球协会面向呼和浩特市初中、小

学、社会足球、篮球俱乐部以及软式曲棍球队进行了选拔,最终注册运动员124人,其中男子运动员73人、女子运动员51人,分为甲组适龄男子、女子曲棍球队和乙组适龄男子、女子曲棍球队。球队还组建了以原女子曲棍球国家队、内蒙古队主教练窦兴文为总教练,冀勇慧、沈建荣、丁文利等6名退役健将级运动员为成员的教练员团队,其中有技战术方面的教练,也有体能上的专项人才,均有曲棍球专业经历。

“目前队里的孩子们来自呼和浩特市的小学、初中、社会俱乐部等,虽然具有一定的运动水平,但是存在较大差异,基本从零开始进行训练。”教练员丁文利说。队员来源广、基础参差不齐,需要不断加强日常训练。总教练窦兴文说:“经过这段时间的持续训练,队员们的技术有了显著提升。我们也在为今年7月举办的内蒙古曲棍球锦标赛做准备。”在现场训练,记者看到运动员们敏捷的“躲球”,不断熟悉着曲棍球项目的技术动作,队员们在欢声笑语中乐此不疲地带着球奔跑,感受曲棍球项目的乐趣。

《意见》提出,坚持以人为本、创新驱动,以莫力达瓦达斡尔族自治旗曲棍球项目发展为示范,提高曲棍球竞技水平,扩大曲棍球运动人口规模的总体要求。要求到2025年,积极备战第十五届全国运动会,男子曲棍球项目“保二争一”,女子曲棍球项目实现“进中游”,后备梯队建设初具规模。到2030年,全区建成曲棍球后备人才训练基地不少于15家(盟市、旗县级基地总数量),注册运动员达到2000人,经常参加训练的青少年突破1万人,建成竞技水平领先、竞赛体系完善、场地设施保障有力、人才培养体系健全、运动普及率较高的全国曲棍球发展示范区。

目前,全区各地区、各部门结合《意见》积极推

动曲棍球项目的推广普及工作。内蒙古自治区体育局积极推动软式曲棍球项目进校园。截至目前,软式曲棍球已走进呼和浩特市43所幼儿园、小学、初中、高中。同时,内蒙古自治区体育局结合内蒙古男女专业队及各盟市建队情况,协调曲棍球器材、场地新建改建、出访参赛、专家团队的预算。

前不久,呼伦贝尔市召开全市曲棍球事业高质量发展工作推进会议,研究审议《呼伦贝尔市贯彻落实〈内蒙古自治区人民政府办公厅关于推动曲棍球事业发展的意见〉工作举措与分工方案》,力求从场地设施建设、人才培养、产业发展、赛事训练体系等方面精准发力。

乌兰察布市体校、兴安盟体育中学纷纷开展组队建队工作,巴彦淖尔市体育学校召开曲棍球项目发展专题会议,研究曲棍球建设实施方案等。

今年9月,2024年男子曲棍球亚洲杯预选赛将在莫力达瓦达斡尔族自治旗打响。在传统与现代相结合的人才培养模式下,莫力达瓦达斡尔族自治旗曲棍球运动发展在全区和全国都处于领先。这里先后接待江苏、上海、辽宁、广东、甘肃、北京、天津、吉林等省市队和国家队、女曲等国家队训练,承办了全国男子曲棍球锦标赛、全国男子曲棍球冠军杯赛、全国男子曲棍球甲级联赛、全国青年男子曲棍球锦标赛等比赛。又一场国际大赛的落户,让在此集训的运动员和曲棍球爱好者们都很兴奋。内蒙古曲棍球运动员王才雨说:“我练习曲棍球已经15年了,从校队一路走到内蒙古队、国家队,我为家乡能够举办这次赛事感到骄傲和自豪。希望能代表中国队参加本次‘亚洲杯’,站到领奖台上为家乡、为国家争光。”

顶层设计与实践探索齐头并进,曲棍球人才培养模式初见雏形,具有影响力的品牌赛事落地,曲棍球运动在内蒙古的普及发展正跑出加速度!

## “蒙”字标儿童青少年赛事热起来

“加油!加油!”绿茵场上,呐喊声此起彼伏,少年们你追我赶、奋力奔跑。6月15日,“蒙动少年”2024年内蒙古自治区“卡尔美杯”青少年体育现代五项激光跑俱乐部联赛在鄂尔多斯市开赛,比赛首次突破500人参赛。激光跑是传统的现代五项运动中射击和跑步的结合,具有形式多样、规则新颖且比赛过程充满悬念的特点,比赛动静结合,极大地考验了运动员的身体机能与心理素质水平。运动员在比赛中切磋技艺、分享快乐、传递友谊。

连日来,“蒙动少年”“蒙动宝贝”系列赛事陆续在全区各盟市开赛,为儿童青少年提供交流平台,让运动员们在比赛中切磋技艺,展现顽强拼搏、永不言败的体育精神和积极向上的良好风貌。同时赛事也承担着为内蒙古自治区竞技体育挖掘更多优秀苗子,加强体育后备人才储备的重要功能。

执黑落白,腾挪间寻找战机。6月16日,“蒙动少年”2024年内蒙古自治区“卡尔美杯”青少年围棋俱乐部联赛在呼和浩特市举行,全区600余名小棋手报名参赛。围棋作为中国传统文化的瑰宝,已经成为素质教育的重要载体之一。比赛在全区青少年儿童中推广普及,让更多孩子爱上围棋,在传承中华优秀传统文化的同时,让围棋给人们带来更多的乐趣。

快速滑动,展示速度与技巧的完美融合。6月16日,“蒙动宝贝”2024年内蒙古自治区幼儿体育大会轮滑比赛在呼和浩特市开赛。比赛分为速度轮滑、自由式轮滑、滑板三大项目,参赛年龄4到12岁,来自呼和浩特、包头、鄂尔多斯、乌兰察布、乌海及甘肃府谷等地的多支代表队报名参赛,参赛人数达500余人。比赛现场,萌娃们全副武装,有的在蜿蜒的赛道里游刃有余,一路领先,有的跌倒了迅速站起,鼓起勇气冲向终点,家长和老师在场边暖心陪伴,献上加油和呐喊。赛事负责人王宇鹏表示,喜爱轮滑的孩子越来越多,比赛是孩子们收获自信和成长的好机会,希望借助比赛能够促进轮滑项目发展。

去年,内蒙古自治区体育局以儿童青少年体育赛事活动为载体,在全区开展“蒙动宝贝”幼儿体育活动、“蒙动少年”冬夏令营、俱乐部联赛、“奔跑吧·少年”农村未成年人“圆梦工程”、百万青少年百县健康行等主题赛事活动,300多万人次参与。内蒙古自治区体育局青少年体育处负责人介绍说:“今年,我们鼓励全区各地继续创新形式、丰富内容,以铸牢中华民族共同体意识为主线,坚持线上、线下相结合。开展颠球、跳绳、武术套路、体育舞蹈表演赛等线下活动,帮助儿童青少年在体育锻炼中增强体质、健全人格、锤炼意志、收获快乐。同时,通过新媒体手段鼓励更多家庭、学校、社区和社会机构动员广大青少年积极参与,辐射带动广大儿童青少年及其家庭参与日常体育锻炼。”

(韩鹏)

快讯

## 我区广泛开展反兴奋剂宣传教育

为切实做好外训运动队反兴奋剂管理,提高运动员对兴奋剂危害的认识,有效防控运动队外训风险,确保兴奋剂问题“零出现”,连日来,内蒙古自治区体育局组织内蒙古自治区反兴奋剂中心工作人员深入全区各地和各支运动队开展反兴奋剂宣传教育活动。

在内蒙古自治区球类运动中心,150余名运动员、教练员等参与“凝心聚力再启航 砥砺前行创佳绩”反兴奋剂教育活动。内蒙古自治区反兴奋剂中心国家级纯洁体育教育讲师张丽琴进行了主题为《反兴奋剂工作的形势与反兴奋剂工作六项规定》的教育讲座。全体人员进行了反兴奋剂宣誓,运动队领队、教练员、运动员逐级签订反兴奋剂责任书。

内蒙古自治区反兴奋剂中心工作人员先后走进鄂尔多斯市、呼伦贝尔市、兴安盟等地,以讲座和座谈相结合的形式开展宣传教育,工作人员围绕反兴奋剂“六项规定”、常见的容易造成误服误用的食品、营养品、药品以及就医用药、赛前注意事项等方面的内容开展讲解和指导,让外训队伍加强了反兴奋剂自我管控的能力,加深了对“三品”严格管理的理解,对保护自身反兴奋剂安全起到了积极作用。

(义德)

## 足球嘉年华带你乐享欧洲杯

四年一度的足球盛宴欧洲杯拉开帷幕,6月22日,内蒙古体彩带着音乐、足球和乐小星来到呼和浩特市小草公园,在天然足球场和市民亲密接触,传递欧洲杯的热情洋溢和体育彩票的青春活力。

足球场上,一场资深球迷间的足球友谊赛上演,呐喊欢呼似乎都不足以表达心情的澎湃,老男孩们内心深处的足球梦被瞬间叫醒,按捺不住上场奔跑的心情。孩子们被颠球和过人射门环节吸引,拉着爸爸的手玩起了场边的足球射门互动游戏,足球梦就这样在心中萌芽。夏日的傍晚怎能少得了音乐的助兴,绿茵场上童话森林乐队悦耳的歌声为市民带来了乐队的夏天。球迷们听着音乐在户外观赛,好友相伴,热情翻倍。

欧洲杯赛事火热进行,各地购彩氛围浓厚,为了打造绿色健康、规范有序的彩票市场环境,内蒙古体彩联合公安机关,加大理性购彩、打击非法彩票宣传力度。活动现场,呼和浩特市公安局的工作人员到场进行普法宣传教育,进一步倡导群众远离非法彩票,树立理性购彩观念,共同维护彩票市场的健康发展。

(张超)

## 街区三人篮球赛激战正酣

6月23日,由内蒙古自治区体育总会指导,内蒙古篮球协会主办的纪念“发展体育运动,增强人民体质”题词72周年全民健身主题系列活动·街区三人篮球赛继续进行。

本次赛事6月15日开赛,为期3周,比赛日设置在每周的周六、周日,旨在为群众增加更多运动时间,丰富业余生活,促进群众交流,提高全民健康水平。比赛吸引了众多篮球爱好者踊跃参与,他们组成了一支支活力四射的队伍,在赛场上展开了激烈的角逐。

为了更好地激发人民群众的体育运动热情,本次三人篮球赛面向社会进行球队招募,不限报名人数,报名参赛的球队还可以在下一个星期继续报名。比赛在组队要求上特别放宽参赛人员年龄限制,同时还要求每队至少有一名女性替补运动员参与。三人篮球比赛时长更短,节奏更快,偶然性也更大,这些因素让三人篮球充满魅力。本次赛事相关负责人表示,希望通过赛事进一步推广三人篮球文化,激发广大篮球运动爱好者的热情,促进全民健身工作的深入开展。

(王海)



教练示范动作。

练习技术动作。

内蒙古男子柔道队在训练中。

## 武川体育训练基地守护健儿冠军梦

□文/图 本报记者 柴思源

这几天,内蒙古自治区体育场馆服务中心武川体育训练基地内,来自蒙古国柔道国家队的队员们在这些备战即将到来的巴黎奥运会。

6月14日上午,记者走进基地摔跤馆,有的柔道队员正两两一组展开实战对抗训练;有的队员正和悬挂在屋顶的攀绳绳较劲,练习上肢和核心力量。

“最近在基地训练的队伍中,除了蒙古国柔道国家队,还有来自福建、甘肃等地的柔道队交流训练。我们也在保障内蒙古古典式摔跤队和拳击队在这里的集训。”内蒙古自治区体育场馆服务中心武川体育训练基地科科长连亚辉说。

武川体育训练基地位于呼和浩特市以北武川县境内,这里平均海拔1600米,属典型的亚高原地形。对于科学训练而言,既有一定程度的缺氧刺激,又可以保持平原的训练强度,让运动员得到足够的强度刺激的同时,又避免了传统高原训练中的运动能力退化问题,明显改善运动员的有氧能力和肌肉爆发力。近年来,基地每年约接待驻训运动员4万人次,涉及全国20多个省市区和部分国家队,还有包括蒙古、朝鲜、乌克兰、俄罗斯、巴基斯坦等国外驻训队伍。

“为了给运动员提供优越的训练环境,助力他们争金夺银,我们采购更新了专业训练器材和摔

胶、柔道等运动地垫,对基地室外田径场、室内场馆、公寓、餐厅进行升级改造提升,高质量保障驻训运动队的训练、生活、娱乐等多方面驻训需求。我们还会定期向运动员教练员发放调查问卷,根据反馈不断改善基地训练条件和生活环境,提升训练的针对性、实效性。”连亚辉说。

蒙古国柔道国家队是世界柔道军团中的劲旅,此次有多名世界冠军来到武川体育训练基地为自己的奥运梦冲刺。“我将在巴黎奥运会参加柔道男子60公斤级项目。大赛在即,我们要保持高强度的训练。这里空气中含氧量较低,利用亚高原环境的缺氧刺激,增加训练负荷。而且这里的环境和气候与蒙古国很相似,来到这里大家都很快适应了。”曾经获得柔道世锦赛亚军的蒙古国运动员Ariunbold说。

优质的训练服务保障和训练环境吸引高水平运动队驻训,这也为内蒙古各支专业队运动员提供了宝贵的交流和提升机会。内蒙古男子柔道队主教练都仁贺希格说:“趁着蒙古国国家队驻训的这段时间,内蒙古柔道队全体队员也在这里与他们进行交流和实战对抗训练。对于优秀运动员来说,蒙古国国家队很多队员都是他们非常熟悉的对手,我们今年参加国际大赛较少,这是他们强化技术动作的好机会。对于年轻队员来说,亲眼看到顶尖运动员训练的机会更加宝贵。今年我们要为2025年全运会争取资格,相信这些顶尖运动员对他们来说是激励。”



爬绳训练。



实战演练。