

夏练三伏成风景

——永川区青少年儿童体校暑期集训扫描

渝西都市报记者 凌泽英文/图

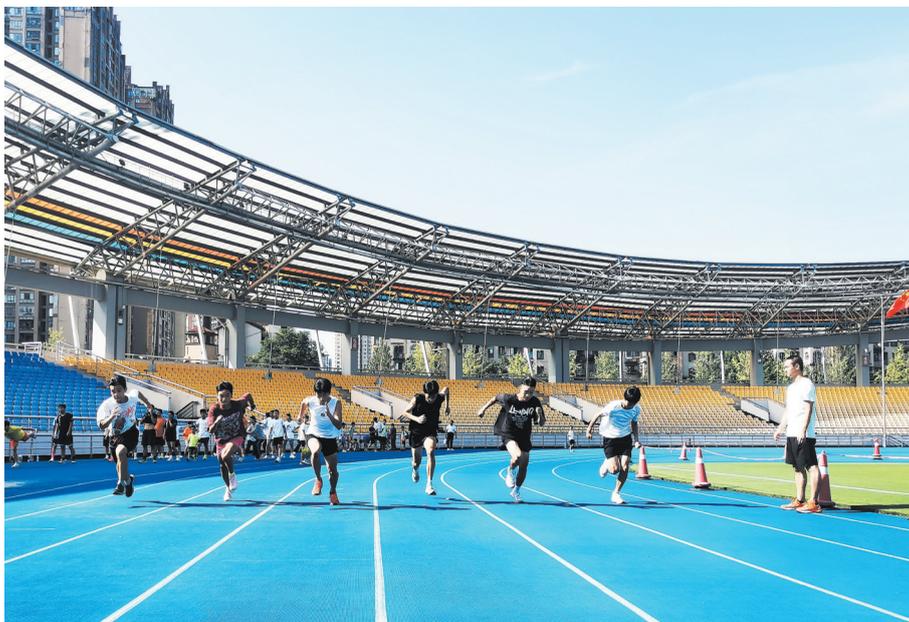
重庆市第七届运动会正在合川区如火如荼进行。有的项目已经结束比赛,有的项目还在备赛,但无论哪种情况,永川区青少年儿童体校(以下简称永川体校)的教练和队员们,都在认真训练着。冬练三九、夏练三伏,是教练和队员坚守毅力的体现,也是未来出成绩最佳的训练时机。

7月17日,天气预报:多云间晴,28-38℃,高温橙色预警。走在路上,尽管有微风,但依然闷热、流汗。在这样的天气条件下,永川体校依然按部就班,照常训练。

永川体育中心田径场,永川体校项目部部长、田径队总教练蒋兆云,教练李凌潇,带领不同年龄层次的学生,利用暑期时段开展集训。也因为年龄不等,训练内容和运动强度需科学安排,有所区别。

记者在现场看到,中学生在进行橡皮筋摆腿练习,仰卧、俯卧摆腿,原地高抬腿;跨越高低不一的跳箱等障碍,小学生玩得不亦乐乎;长跑项目,围着田径场一圈又一圈;短跑,起跑技术、途中保持、终点冲刺,一环接一环,主打科学指导、反复体验、强化肌肉记忆。

据了解,田径队训练人数达70人,每天上午8点至10点训练。如有残疾人运动员也同步进行。因为天气炎热,有个别男生衣服湿透,不得不打起了“赤膊”,但是从教练到学生,没有怨言,积极备战9月举行的市七运会比赛。



田径队短跑训练

体育中心还有拳击队在训练,从刚入队一月新人的徒手练习,到熟手的对抗练习,进攻与闪躲,教练和队员均汗流浹背。体育中心训练场加上双石中学训练点,共有近80名运动员在训练。教练丁秀艳介绍,在市七运会比赛中,拳击队获得了5枚金牌,现在正进行恢复调整性训练。夏季集训是他们的必修课,同时也是为明年高

考体考做准备。

在重庆文理附中,教练徐志学、赵亭亭正训练永川跆拳道队,他们先在田径场做准备活动、体能训练,然后进入室内进行专项训练,虽然室内有空调,但队员们依然汗如雨下。一位穿着家居服的女子坐在场边指导,原来她就是下月即将生产的孕妇、教练赵亭亭,为了8月26日开赛的市七运会

跆拳道比赛,她坚持到场作技术指导。“32名队员参赛,不出意外的话,预计可收获3至5枚金牌。”赵亭亭说。

永川区举重队教练杨琳带领队员集训,一次次对着镜子矫正动作,一遍遍举起不同重量的杠铃片,挑战自身极限。“今年有15名运动员将参加市七运会,8月19日至25日比赛。”教练杨琳说,今年女子甲组45公斤级有望夺冠,目前该队员最好成绩110公斤(抓举和挺举)。

在永川中学观音山校区,气步枪、气手枪两个项目的训练,做着出征最后的准备。“7月18日至25日是比赛时段,派出44名队员参赛。”教练刘伟、卞玉忠告诉记者,射击馆环境不错,只是电子靶位比较少。教练和学生对用过的纸靶也进行回收再利用。刘伟表示,自市六运会后,全区进行了重新选苗培训,现有气步枪、气手枪31支,这次参赛队员是2005年至2012年出生的,希望坚持不懈能够换来好成绩。来自子庄小学五年级的陈嘉宇表示,经过这几年训练,他气手枪射击成绩达到了500多环(60发),希望这次比赛能正常发挥,为永川争光。

永川体教联盟,除了有永川体校城区固定场馆外,还在景圣中学、双石中学等地设置了柔道、拳击等项目。在冬练三九、夏练三伏中,运动员们勇于挑战,不断突破自我,收获更多的精彩。

“童趣课堂” 点亮孩子多彩假期

本报讯(渝西都市报记者 钟梅文/图)7月19日,永川区中山路街道卧龙凶社区“童趣课堂”舞蹈班开课。只见舞蹈老师带领孩子们在进行热身运动后,便耐心地教授孩子们基础步伐、动作要领。随着音乐响起,孩子们跟着节拍抬手、送胯、甩头、出脚,一招一式有模有样(如图)。

为丰富孩子们的暑期生活,7月8日,卧龙凶社区通过又“托”又“管”的方式,启动为期30天的“童趣课堂”公益课,课程内容包括绘画班、书法班、舞蹈班等,让孩子们在暑期公益课堂中既学习知识又收获快乐。

中山路街道相关负责人称,除了卧龙凶社区,辖区玉清、昌州、星光、花果、凤鸣等社区都免费为孩子们开设了“童趣课堂”公益课,不仅丰富了孩子们的暑期生活,还帮助居民解决了假期孩子无人照管的烦心事。



永川开展驾培市场专项整治行动



本报讯(渝西都市报记者 张玲 通讯员 何霞文/图)7月22日,记者从永川区交通运输综合行政执法支队获悉,暑期是一年一度的驾照照高峰期,为进一步规范驾培市场秩序,保障学员合法权益,连日来,该支队在辖区开展专项整治行动,对驾培市场存在的各类违规行为进行严厉打击。

据了解,永川区交通运输综合行政执法支队对驾培市场专项整治行动进行周密安排部署,细化落实措施,建立分工合作、职责明确的工作机制,确保专项行动取得成效。组织交通执法力量对辖区内驾培企业进行拉网式大排查、大整治,主动与相关部门联系,全面掌握辖区内已备案和未备

案的驾培机构数量、规模,加强分析研判和分类治理,坚决查处驾培行业违法违规经营行为,推动行业健康发展,全力维护群众合法权益。结合前期调查摸排情况,执法人员采取错时执法、突击检查、“回头看”等方式,对城区驾培点位进行拉网式执法检查,重点检查驾培机构的经营资质、许可、备案情况以及收费标准、培训内容、教学人员和设备、场地是否达标等问题。建立健全投诉举报快速受理处置机制,将专项整治与日常管理工作相结合,及时精准打击违法经营行为。截至目前,共检查驾校15家(次),检查教练车110辆(次),查处违规驾培案件5件,有力震慑了驾培市场的非法经营行为。

永川区交通运输综合行政执法支队人员到驾培机构检查