



小记者体验射箭后合影

练射击,视力会变差? 练举重,个子长不高? 伏天为何穿厚衣服?

小记者走进宁波体育运动学校 提问又萌又犀利

东京奥运首金,由宁波姑娘杨倩射落! 骄傲! “宁波力量”石智勇破世界纪录夺冠! 霸气! 截至昨天,中国代表团获15块金牌,宁波三块! 这几天,整个宁波都在沸腾,为奥运冠军就在身边而自豪,为健儿们不断取得的佳绩而感动。昨日,由宁波晚报、现代金报组织的“奥运宁波·少年同行”小记者专题活动走进宁波体育运动学校,宁波10户家庭参观了该校校史馆,听教练讲奥运冠军背后的故事,也亲身体验了射箭项目,收获满满。

练习举重,人会长不高?

上午9点不到,宁波体育运动学校门口,小记者们已在翘首等待了。姚北实验学校406班王腾贤同学的家在余姚,开车过来要一个半小时,他和妈妈早上7点就出发了。“孩子一大早就醒了,平时叫也叫不醒。”王腾贤的妈妈笑着告诉记者。

孩子们在训练处主任董亚君老师的指引下,首先来到校史馆。整面墙上,都是冠军的介绍。“这是石智勇在2007届小学六年级毕业典礼上与师生的合影,大家来找找他在哪里。”董亚君笑着问,宁大附小朱硕航小朋友立马指了出来。的确,虽然已经过了10多年,但石

智勇的轮廓和眉眼还是很好认。

“我听说练举重会变矮,是这样吗?”宁波东海实验学校306班孙乙淇问。

“体育训练不会让人变矮,反而多参加运动会使人长高。”董老师告诉同学们,“大家看到体操和举重运动员个子不是很高,这不是训练造成的,而是因为教练选苗子的时候,举重项目会挑一些比较匀称结实、爆发力强的孩子。体操项目,个子太高的孩子在平衡和动作的完成质量上有劣势,所以不是训练使人变矮,而是选材的时候就选择身体条件适合该项目发展的苗子,对他们进行训练。”

大伏天为何穿着厚厚的衣物?

接着,小记者们来到了射击训练馆,射击队队员们正“全副武装”趴在地上进行50米步枪训练。据江浩俊教练介绍,训练时这样的姿势要坚持一小时以上。

“我听说练习气步枪,视力会慢慢变差,这是真的吗?”鄞州蓝青小学306班的巫明煊有一个疑问,他说自己看电视的时候,妈妈经常提醒:“老是盯着屏幕看,小心近视。”他想知道,射击训练时总是一动不动,会不会近视?

“正常看物体,视力怎么会变差?我们瞄准就是正常看一个物体,而且距离是10米远,不存在其他光学、辐射之类情况,最多只会产生视力疲劳。长时间用眼过度会劳累,休息一下就恢复了。”

江浩俊教练解释道。

小记者们注意到,大伏天,队员们都穿着厚厚的重衣物。询问教练后得知,这是射击比赛的标配:一件贴身衣服、一件毛衣、一件射击服。因为射击运动的特性,厚重的衣物可以使器械更加固定,也可以防劳损。

赛场上以分钟计时的比赛,赛场下是以年为单位的努力。队员们在三伏天的高温下,穿着三件衣服保持着同一姿势训练,日复一日,而在寒冷的冬天,也是这样的装备。“气步枪训练十分辛苦,一个动作往往持续训练一小时。夏天容易中暑,冬天双手长满冻疮,这是射击队员的‘标配’。”江浩俊教练说。

杨倩“逆转夺金”不是第一次了

在10米气步枪训练场地,小记者们采访到了杨倩的助理教练项晓晓。“当你得知杨倩姐姐获得奥运首金后,第一个感觉是什么?当年杨倩姐姐练习的时候与其他同学相比,有哪些不同?”巫明煊准备了一箩筐问题。

“杨倩从小就展现出惊人的天赋,心理素质极好。虽然在奥运会比赛中,她一度落后,但我相信她一定可以逆袭。”项晓晓分享了杨倩在2019年第二届全国青运会射击比赛中的情况,那次她也是最后一枪击败此前一直领先于

她的黑龙江选手,逆转夺金。

活动最后,小记者们在专业人士的引领下亲身体验了射箭。虽然外面骄阳似火,小记者们的热情却丝毫不减,“耶!10环!”欢呼声一阵高过一阵。

“通过让孩子现场体验、了解奥运冠军的成长经历,让他们明白,成功不会一蹴而就,而是不断积累、不断付出才能获得的。”惠贞书院201班俞可婷的妈妈告诉记者,“平时孩子总是在学习中喊难喊苦,这次活动不仅让她开阔了视野,也懂得了付出与回报的道理。”

记者 万建刚 实习生 徐凯阳 黄晓燕 刘儒敏 文/摄

活动预告

第二站:奉化天驷马术俱乐部 (奉化区西坞街道庙后周村笔架山下)

天驷马术俱乐部是浙江省马术队、宁波市青少年马术队、宁波体育运动学校青少年马术队等队伍的“大本营”。2018年,浙江省马术队以“省队市办”的形式落户宁波,训练基地正是天驷马术俱乐部。东京奥运会上,从这里输送到国家队的宁波马术选手张兴嘉,将参加马术障碍赛。这是宁波马术运动员首次进入奥运会。

活动时间:8月4日

活动内容:招募小记者家庭10组(每组1名孩子和1名家长),参观马房、自动遛马机、马术训练馆、训练场,观摩马术教练骑行表演,并在教练指导下参加骑马体验活动。

出行方式:家长带着孩子自行前往,俱乐部集中。

报名方式:关注“宁波晚报教育号”微信公众号

分类信息 【刊登热线】 56118885 56118880 职场招聘 家教培训 房屋租售 搬家搬厂 旧货回收 声明公告 商务信息 法律服务

物业信息 旺铺、厂房出租 丽园路2号地铁口商辅六间 云林东路957号一层厂房825m² 出租。电话:13081901628 ●招租地址:长春大厦4楼 面积:494.86平方米,面议 联系电话:13736184806 王女士 ●鄞州首南1400平米歌舞厅KTV 欲转让或合作 13805892528

法律服务 ●离婚、房产、经济纠纷 87295238 ●民商事免费法律咨询 56281878

搬家搬厂 ●千禧搬家搬厂 特优 87778900 ●快捷专业搬家搬钢琴 87907772

旧货回收 ●收家具床一切旧货 18358415826 宁波巨化化工科技有限公司12万吨/年有机醇扩能项目环境影响评价信息公开公告 根据《环境影响评价公众参与办法》的有关要求,宁波巨化化工科技有限公司将该建设项目的环评影响评价有关信息公开如下。一、环境影响评价征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径公众在征求意见稿征求意见期间可通过网站(http://www.nbjhgs.com.cn/)查看环境影响评价征求意见稿全文,也可前往浙江省宁波市石化经济技术开发区跃进塘路501号宁波巨化化工科技有限公司安环部查阅纸质报告书及咨询相关内容(工作日8:30-16:30,联系电话:0574-55866538)。二、征求意见的公众范围本次征求意见稿的公众范围为环境影响评价范围内的公民、法人和其他组织,评价范围主要是本项目边界向外延伸5km所形成的矩形区域。三、建设单位名称和联系方式1)建设单位名称:宁波巨化化工科技有限公司。2)通讯地址及邮编:宁波石化经济技术开发区跃进塘路501号邮编:315204 3)联系人:王工 联系电话:55866538 四、公众意见表的网络链接公众可在网站(http://www.nbjhgs.com.cn/)下载公众意见表。五、公众提出意见的方式和途径公众可以通过信函、传真、电子邮件等方式向建设单位提交公众意见表。六、公众提出意见的起止时间2021年07月26日-08月06日。 宁波巨化化工科技有限公司 2021年07月30日

声明公告 ●宁波市江北区小神笔马良艺术培训有限公司遗失公章一枚,编号33020510065342 遗失财务专用章一枚,编号33020510065343 声明作废 ●中通快递遗失欧展国际货运(上海)有限公司宁波分公司提单一套,提单号码:CTLT09205143036,船名航次:MSC SAMAR FJ124W,箱封号:CRSU6125526/FX17074544;MEDU90 26776/FX17072112 声明作废

减资公告 经公司股东决定,将注册资本由100万元人民币减至10万元人民币,并按有关规定办理工商减资手续。特此公告 宁波梅山保税港区易坤投资管理有限公司

公示 由我公司承建咸祥镇球山幼儿园项目已通过竣工验收,相关务工人员工资均已结清。若有异议,自本公告之日起15日内提出,逾期未提视为放弃,逾期责任自负。 电话:张18606629598 浙江天苑景观建设有限公司

宁波市奉化区王家汇村汇川王氏宗谱续谱公告函 尊敬的全国各地港澳台以及全球海外汇川王氏后裔族人:续修家族宗谱是弘扬中华民族五千年历史文化,是尊祖敬宗,思祖顺根,是为了宗族世代繁衍有据,辈辈传承家族文化,增强家族的亲力和凝聚力。今逢国家昌盛,家族兴旺,族业鼎盛时期,现由本族贤德者几经酝酿筹备,于2021年6月成立汇川王氏宗谱续谱委员会。汇川王氏宗谱曾于1932年进行第九次续修,距今已有89年之久,89年之历程社会的变革和历史的沧桑,使原有族谱破残残缺严重,这对于本族续谱工作带来极大的难度。启于我们对本族续谱工作的决心和迫切性。今将公告于天下,恳请我汇川王氏宗族后裔族人,以血脉相通,同根相生,不舍亲谊为理念,为宗族昌盛繁荣献计献策,尤其是在对外汇川王氏宗族宗谱有所了解的长者,如家中有珍藏有关汇川王氏宗谱、字画、家族家谱手抄本。万望予以无私奉献给本族,我们表示以躬致谢! 联系人:王祖昌(13968309358) 王方成(13566575099) 宁波市奉化区王家汇村汇川王氏宗族续谱委员会

宁波市东部申通快递有限公司 遗失德迅(中国)货运代理有限公司宁波分公司BLUE ANCHOR LINE正本三三副提单一套,提单号4359-07 20-106.072航单航次MARSTAL MAERSK/124W 声明作废 **通知债权人申报债权的注销公告** 宁波东钱湖下王幼儿园经董事会表决通过,决定注销。清算组已成立,望债权人接到通知之日起三十日内,未接到通知的自本公告日起四十五日内向清算组申报债权。清算组电话:89206721 宁波东钱湖下王幼儿园

宁波市龙一公墓 本墓园是民政部门批准的正规公墓,位于宁波市殡仪馆旁,墓式齐全、价格适宜,确保称心满意。 地铁:一号线东环南路站2公里,免费接送。 (清明节无交通管制) 联系:陈先生 13003700407 张先生 13065698269

余姚大隐 福寿墓园 民政部门批准的正规墓园,位于大隐镇交通便利环境优美,南面靠近玉佛寺边上入口,东面通途路到底桥下入口。 公交:156路姜岱站下、33路与301路玉佛寺站下、宁波市区及地铁1号线高桥西站可以免费接送(需提前预约) 电话 0574-62915168 13957891168 18968376365

宁波市育王三墓园 本墓园是民政部门批准的正规墓园,位于阿育王寺大正南面(过铁路桥洞往左40米)价格亲民,交通便利,来必接送。 公交:155路、162路、759路到育王站下车或轻轨一号线宝幢站下车。 预约电话:88339061 13567920891