

年过半百 他们玩嗨气排球

新年假期的最后一天,长春市中海社区全民健身中心内一片欢声笑语,郭荣梅正在和球友们一起打气排球,手掌击打球的响声,队友们的呐喊声,得分时的欢呼声,让这里的气氛变得格外热烈。



刘彤(左三)与队友一起参加吉林省气排球比赛并获得冠军。

“没想到有一天能参加全运会”

身高不高、步伐轻盈的郭荣梅在场上跑动积极、防守面积大,经常能防起对面的扣球。今年55岁的她是一名初中体育教师,2019年第一次接触气排球就被这项运动深深吸引。“拦网得分感觉很兴奋,特别有成就感。”郭荣梅说。郭荣梅虽然只有1米63,但经常能贡献拦网得分。“我这个身高打排球根本拦

不到网,但在气排球场上,我也可以通过拦网为球队做贡献。”她说。

2021年,郭荣梅和队友一起代表吉林省参加了第十四届全国运动会(群众项目)气排球比赛。“从没想过还能参加全国比赛,是气排球给了我一个舞台。”从对气排球的一无所知到参加全国比赛,郭荣梅不仅收获了一项运动技能,还

结识了朋友,心态更积极了。

“双手交替单手托球100次、对墙传球100次、搓打扣球100次……”在郭荣梅为自己量身定制的训练计划中,清晰地写着每项动作要领、练习方式和次数等。

与此同时,郭荣梅也将气排球适当引入教学中。在她看来,气排球是一项团队运动,能够提升学生们的团队协作能力。

从“看不上”到“放不下”

“注意接发球,别用垫球,容易飞……”刘彤在场上提醒着队友,身材高大的她不但进攻游刃有余,而且团队协作意识也很强。刘彤年轻时曾是吉林省排球队的专业运动员,谈到从排球转到气排球,她表示,观念转变很重要。

“最初有些看不上气排球,觉得自己打排球这么多年,气排球一定没问题。”然而,信心满满的她第一次上场就遇到了麻烦。相比排球,气排球体积更大、质量更

轻、材质更软,因此不易控制。“传球和击打时的节奏和感觉与排球完全不一样,最初接球经常接飞,传球和扣球时还会挫到手指。”经过多次参加各类比赛,刘彤找到了差距,获得了经验,也取得了进步。

和刘彤有相似经历的还有长春市民刘向东。52岁的刘向东是一名排球爱好者,平时经常和朋友们组队打排球。刘向东最初对气排球有点轻视,然而,他第一次上场就遭遇了“下马威”。当

时信心满满的他和其他几位身高1米90左右的队友组队,意外输给了身高力量都不如本方的五个女生。

“当时觉得特别没面子,下决心一定要学技术。”刘向东回忆说。如今,刘向东经常组织气排球比赛,带动身边的人一起参与。“最初身边打气排球的都是六七十岁的老年人,现在参与的人越来越多,年龄跨度也越来越大了。”刘向东说。

据新华社电

英超联赛

热刺落败 切尔西战平

新华社伦敦1月1日电(记者张薇)1日出战英超第18轮比赛的伦敦两强热刺和切尔西都未能得胜。切尔西客场1:1战平诺丁汉森林,热刺主场0:2不敌阿斯顿维拉。

切尔西当面对处于降级区的“升班马”率先破门,由英格兰射手斯特林在第16分钟时近距离破门。不过,控球明显处于劣势的诺丁汉森林在进攻端更具威胁,迫使切尔西门将凯帕多次门前救险。

易边再战,切尔西没有一脚射门击中门框范围内,孜孜不倦发动反击的主队则终于在第63分钟有所斩获,由奥里耶利用角球机会在门前混战中小角度抽射得手。

赛过16场的切尔西目前以25分位列第八,已落后第四名曼联7分。他们下一轮将主场迎战卫冕冠军曼城。曼城前一日主场被埃弗顿1:1逼平,目前积36分,与“领头羊”阿森纳的积分差距已拉大到7分。

热刺当日的表现更加不尽如人意,全场只有6次射门,其中2次射正。门将洛里的失误让热刺遭遇重击,第50分钟,这位法国国门扑救路易斯的远射脱手,被维拉在禁区内组织起二次进攻,随后由布恩迪亚一击命中。第73分钟,维拉中场断球后由路易斯破门,比分定格在2:0。

热刺近7场英超比赛已四度失利,排名跌出前四,在多赛一场的情况下还落后曼联2分。



共同承担的家务,
我参与。

