

福建众腾女篮赖婷艺、黄雅玲入选篮球国家U23集训队

本报讯(记者 张茂霖)昨日,中国篮球协会发布消息,为做好2023年国际篮联三人篮球世界杯、亚运会、U23国家联赛等系列积分赛的备战任务,全力冲击奥运会参赛资格,将增补10人进入篮球国家U23女子集训队,福建众腾女篮球员赖婷艺、黄雅玲名列其中。

据了解,三人篮球国家女队第一批集训人员已于3月10日在北京体育大学二厂训练基地报到。此次增补的U23运动员包括黄雅玲、赖婷艺、王译汝、陈斯睿、曾璇、王姿懿、孙士雅、陈玉婕、杨潭玥影,以及医疗保障人员郭毅。

记者了解到,赖婷艺、黄雅玲已于昨日前往北京体育大学报到。WCBA联赛结束后不久,两人便恢复了训练,近期参加了厦门名校大学生篮球赛,并夺得亚军。

福建众腾女篮主教练龚松林介绍,从他接手福建女篮的这五年来,赖婷艺和黄雅玲慢慢成长了起来,在WCBA近几个赛季的表现都不错。这次她们入选国字号集训队,通过锻炼可以进一步提升个人能力。

“福建女篮已经很久没有出现国家队球员了,这次集训如果两人表现好,顺利入选最终名单的话,相信对后面的球员会是很大的鼓励,对俱乐部、福建女篮都有好处。”

据悉,赖婷艺2001年出生于泉州,身高1.85米,在场上司职前锋。在上赛季WCBA联赛中,赖婷艺表现出色,场均可以得到14.5分,排名联赛得分榜第11名,是福建众腾女篮的头号“得分手”。

黄雅玲2000年出生于南安,身高1.77米,在场上司职后卫,是上赛季WCBA联赛福建众腾女篮的队长。她曾获2020—2021赛季WCBA联赛第12名、2017年全国U17女篮比赛第二名。



赖婷艺



黄雅玲

泉州亚新队获中乙联赛准入资格 新赛季主场设在晋江

本报讯(记者 张茂霖)昨日,中国足协、中足联筹备组在北京召开媒体沟通会,公布48家职业足球俱乐部获得2023赛季职业联赛准入资格,泉州亚新队在列。

据悉,泉州亚新队将作为福建唯一的职业足球队参加本赛季的中乙联赛,这也是该球队连续三年征战中乙联赛。为备战本赛季中乙联赛,泉州亚新队于3月13日在晋江集结,并陆续有新球员前来试训,球队将于4月14日前完成组建。值得一提的是,本赛季的中乙联赛将恢复主客场制,泉州亚新队的主场就设在晋江。

“准入通过后,球队近期的重点工作是选拔球员。我们将以上赛季留队的10多名球员为班底,陆续补充一些年轻球员。如果有合适的人选,我们也会在个别位置上补充重点球员。”泉州亚新足球俱乐部常务副总经理、总教练高达明告诉记者。

据介绍,本赛季中国足协修订完善了准入标准和规程,对原有准入标准和规程中关于梯队建设和配置、女足建设、教练员资质、主场、亚冠参赛等多处进行了修订完善,并将解决俱乐部“足球债务”作为本赛季准入审查重点。

经过严格的准入审查,确定48家职业足球俱乐部获得2023赛季职业联赛准入资格,其中,中超、中甲、中乙每级联赛各有16家俱乐部,中超规模由上赛季的18队缩减至16队。

| 探营得兴青训营周末班

围棋业余5段的篮球爱好者 曾峙淳:动静结合 全面发展

本报记者 李诗怡



在福建SBS得兴篮球青训营中,最不缺的就是运动达人,不少学员都是从小学球,并逐渐成长为球技出色的篮球小将。今年春季周末班,有一名“动静相宜”的运动达人,他不仅热爱球类运动,还是围棋高手,水平达到业余

5段,他就是学员曾峙淳。

近日,记者来到得兴青训营。宽敞明亮的球馆内,记者一下子就看中了曾峙淳。彼时,他正拍打着皮球练习运球,只见他的脸上布满了汗珠,但神情是一如既往的认真。场外,曾峙淳的父亲一边关注着训练情况,一边和记者闲聊了起来。

“四年级前,峙淳一直保持运动习惯,后来受疫情影响,运动量减少了。”曾爸爸透露,现在曾峙淳是一名六年级的学生,眼见着这两年他的体重渐长,甚至超出标准范围,家里便和他商量了一下,决定重拾运动。“篮球和足球他都挺喜欢的,考虑到他这个年纪可能更适合练篮球,加上有篮球基础,就报名了得兴青训营。”

曾爸爸透露,自己是通过别人的介绍了解到得兴青训营。经过一节课的观察,让他对这里有了了解,也彻底放下心来。“场地很好,教练也很负责,孩子能够融入课堂氛围,享受运动的乐趣。”

在曾爸爸看来,体育锻炼是不可或缺的,尤其是处于生长期的青少年,身体训练和脑力训练要同时发展。记者了解到,曾峙淳除了热爱球类运动,还从幼儿园大班就开始学围棋,如今已经是业余5段。据悉,围棋业余5段的水平相当于国家二级运动员。

话说到这里,休息时间到了,曾峙淳走到场边拿起矿泉水,大口喝了起来。聊起训练感受,曾峙淳直言刚开始有点累,后来慢慢适应了节奏,感觉自己能hold住,“场馆很大,教练的讲解很清晰,我一下子就明白了。”

曾峙淳感慨道,前两年的经历让他明白了运动的重要性,“疫情前,我的体能很好,后来居家锻炼少,体质就变差了,变得容易感冒。以前可以跑两三个小时,这次上课跑圈竟然有点跟不上,所以大家一定要动起来。多动不仅可以使身体变得健康,人也会更有精神。”

接下去,曾峙淳将每周和得兴青训营相约训练。他说,之前自己没有打过球赛,这次的目标是提升球技、掌握篮球比赛规则,希望之后能够站上球场,打一场正式的比赛。

福建省青少年击剑冠军赛 晋江小将勇夺7金12银9铜

本报讯(记者 李诗怡)近日,由福建省体育局主办的2022年福建省青少年击剑冠军赛暨击剑俱乐部总决赛在三明泰宁举行。本次大赛吸引了众多晋江击剑小将参加,他们亮剑出鞘,并凭借出色表现频频站上领奖台。据统计,在本次比赛中,晋江选手共获得7金12银9铜。

晋江少体校击剑队教练李欲告诉记者,这次晋江选手兵分多路,分别身披泉州代表队、泉州体工队代表队、泉州市击剑协会代表队、晋江少体校代表队和晋江代表队的战袍出征。赛场上,他们飒爽英姿、顽强拼搏,不仅展现出击剑运动的优雅风度和独特魅力,更展示了积极向上、不断超越的“亮剑精神”。值得关注的是,一批晋江“10后”选手在赛场上崭露头角,展示了晋江击剑后备人才厚度。

经过激烈较量,晋江选手在各组别中均取得亮眼成绩。其中,泉州代表队的晋江健儿获得6金11银6铜,具体是施子龙获得少年甲组男子花剑个人第三名,并携手杨嘉煜获得团体第二名,张永城、林煜皓获得少年甲组男子重剑团体第二名,林妮可获得少年甲组女子重剑团体第一名,李诗彤、彭雅怡分别获得少年甲组女子佩剑个人第一名、第二名,洪煜祺获得少年乙组男子花剑个人第三名,并

携手柳靖琪获得团体第一名,林静雯获得少年乙组女子花剑团体第一名,洪宇轩获得少年乙组男子重剑团体第二名,吕一瑶获得少年乙组女子重剑团体第二名,郭阳菲获得U12女子花剑个人第三名和团体第二名,潘子阳获得U12男子重剑团体第二名,王晶晶获得U12女子重剑个人第二名,并携手庄晴岚、黄芊雅获得团体第二名,赖杰明、林俊熹获得U10男子花剑团体第二名,吴楷琦获得U10女子花剑个人第二名,并携手周艺婷获得团体第一名,杜融、林廷贻并列U10男子重剑个人第三名,并携手魏宇祺、李德涛获得团体第一名,许婧雯获得U10女子重剑个人第三名。

此外,泉州市体工队代表队的晋江选手摘得1金1银,其中,尤旭邦获得U12男子重剑团体第一名,黄慧雯获得少年甲组女子花剑团体第二名。泉州市击剑协会代表队的晋江选手徐凡获得少年甲组男子重剑团体第三名;晋江少体校代表队的陈思伊、吴玥霖、颜奕芯、杨东好获得U8女子花剑团体第三名,赖一菲、蔡登登、李媛媛获得U8女子重剑团体第三名。

本次比赛为期两天,设有男、女花剑、重剑个人赛和团体赛、多个项目。比赛吸引了来自全省各地33支代表队、576名击剑运动员参赛。

东石中心卫生院: 医校联合开展“音乐疗法” 探索精神疾病社区康复“心”模式

本报记者 吴清华 文图

基本公共卫生服务便民宣传 基层医界风采

为关注社区康复精神疾病群体,探索社区心理卫生新模式,支持精神障碍患者进行功能康复,助力重点人群更好地回归社会,近日,晋江市东石中心卫生院携手泉州师范学院、晋江市第三医院开展医校合作,共同推进社区重点人群音乐干预项目。

助力重点人群减压赋能 在韵律节奏中享受心灵SPA

上周六,正值大雨天。在东石中心卫生院内,一场特别的公益音乐课堂如期举行。伴随着愉悦身心的音乐声,参加课程的十几位“学生”在泉州师范学院音乐心理治疗专业老师及硕士研究生、医院工作人员等多人带领下开始了本项目第四次课程。

活动开始,为打破医护人员与重点服务对象之间的陌生感,增强团体参与感、信任感与归属感,老师引导服务对象们围成一圈,并在指导下跟随节奏循序渐进,进行有规律、有配合的舞动,在韵律节奏中享受一场心灵SPA,拉近彼此距离。

到了点歌合唱环节,一首耳熟能详的《外婆的澎湖湾》音乐声响起,现场瞬间热闹起来,大家一边拍手,一边放声高歌。一曲唱罢,每个人脸上都挂着灿烂的笑容,现场气氛热烈。 “快乐的时光总是短暂。虽然只有短短一小时,但每次上完课,感觉她的好心情能持续好几天,不容易。” “我儿子40多岁了。今天虽然下雨,但我知道他很喜欢这个课程,所以还是坚持带他来上课。在这里,他们一起玩,互相配合,和着乐声,放松心情。之前,他就告诉我,这里的课程让他很快乐,希望下次能再有机会参与。”……活动结束后,重点人群的家属们纷纷点赞音乐疗法。



伴随着音乐,参与人员在老师的指导下律动。

探索精神疾病社区康复“心”模式 音乐疗法让身心得到双重治愈

什么是音乐疗法?它的作用是什么?

“从身姿的舞动、指尖的节奏、拍掌的快乐、音乐的合奏,到最后身心轻松的释放,我想,音乐将为学生们带去良好的心灵体验。”泉州师范学院教育科学学院副院长邵华告诉记者,音乐治疗是一个科学系统的治疗过程,在这一过程中,包括了各种不同方法和流派理论的应用,它不仅是一种单一的治疗方法,更不是孤立、随意的干预过程。

据介绍,音乐治疗师会通过同频率音乐,帮助重点人群调整身体状况,改进其孤独的生活状态,降低其心理抵触;通过评估及计划制定与实施,尽力改善特殊人群(儿童与成人)的肢体、情绪、认知等社会功能,消除不良症状,提高自我觉察力。简单来讲,音乐治疗是运用一切音乐活动的形式,包括听、唱、演奏、律动等手段对人进行刺激与催眠,并用声音激发身体反应,以期达到促进人体身体健康的目的。 “音乐疗法能够较好地转移精神和

智力障碍人士的注意力,引导其积极乐观面对困难。这一系列课程预计开展8至10期,是我们走出校园、医校合作、共同探索精神疾病社区康复“心”模式的一次尝试。”晋江市第三医院公共卫生科科长陈肖凤表示,在富有节奏、感染力的音乐中,参与者能够更好地放松心情、缓释情绪,特别有助于精神障碍患者康复。可以说,这场治疗不同于一般的治疗,它不仅疗愈身体,更治愈心灵。

“目前,传统的药物治疗已经不能满足精神障碍患者对社会功能恢复的要求,为此,心理治疗、物理治疗、康复训练等一些非药物疗法平台显得尤为重要。”东石中心卫生院公共卫生部部长蔡玲玲介绍,“我们这个活动是公益免费的。现如今,随着医疗水平的进步,音乐疗法将逐步走进大众视野,成为有益群众的综合治疗手段之一。”与此同时,东石中心卫生院院长苏杭州呼吁大家一同关注重点人群,帮助重点人群舒缓焦虑,感受生命的美好,增强健康生活的信心。