体育，让渔港更有活力

——沈家门街道趣味体育赛事活动回眸

□通讯员 翁盈昌

距杭州亚运会开幕还有10天。为迎接杭州亚运会，连日来，沈家门街道以“奔跑吧，志愿者”为主题，开展一系列活动：“志愿同行，为亚运喝彩”接力跑、环保骑行迎亚运、童心迎亚运、“我和亚运小故事”比赛、争做“亚运小主人”未成年人演讲活动等。

据统计，该街道已开展了60多场次活动，旨在借助杭州亚运会东风，展示渔港活力，使“运动是良医”理论深入人心。

重视体育事业，是沈家门街道党工委、办事处一以贯之的做法。现在让我们跟着笔者一起回顾一下在沈家门渔港举办的一些趣味体育活动与赛事。

摇橹比赛

民俗体育 渔港码头摆擂台

渔港作赛场，码头摆擂台。2006年7月12日至14日，沈家门街道利用伏季休渔期举办了一场别开生面的民间民俗体育大会。主办方把平时渔民生产活动中的摇橹、织网、抛缆、拖船、爬桅杆、走跳板、攀绳索等生产劳动技能变成比赛项目。

搬酒埕过海是其中一大亮点。随着发令枪响起，一位穿着救生服的参赛渔嫂棒起15公斤重的酒埕，快速踏上架在岸边的狭长跳板。跌跌撞撞的样子，令围观市民为她捏了一把汗，直到她平稳地把酒埕从渔船运到码头后，才为她松了口气。

还没等观众从第一位渔嫂的成功中回过神来，第二位参赛渔嫂上场了。刚走了几步，只听“扑通”一声，该名渔嫂因没掌握好平衡，刚在跳板上走了几步便连人带酒埕落入海中。海里救生员快速围拢来，将其救上岸。

“跳板那么窄，离海面又高，还要抱着那么重的酒埕，我肯定完成不了。”一位外地游客为失败者捏了一把汗，也感叹东海渔嫂勇敢、能干。

码头边上，极具民俗性和趣味性的攀爬绳索比赛紧锣密鼓地开场了。只见参赛选手们手脚并用攀爬在长约20米的绳索上。很快，一位男选手一马当先，眼见就快要到终点了，可因体力不支掉入海里。那溅起的水花和着观众的遗憾声回响在渔港上空……

由于趣味性强，当天，20支参赛运动队400多名运动员参与积极性高涨，滨港路里三层外三层挤满看热闹的观众。其中，全国舢舨赛还吸引了山东、福建、天津等省、市10支代表队参赛。

抛缆比赛

爬桅杆比赛

全民健身 街道运动会精彩

“全民健身、共迎奥运”是沈家门街道第三届全民体育运动会的主题。

2008年7月26日，沈家门街道第三届全民体育运动会举行。开幕式处处彰显共迎奥运色彩，150人组成的奥运五环“图案”令人注目。来自街道各社区健身球队和柔力球队队员们以红黄兰绿黑的服装颜色构成五环，她们高喊“全民健身、共迎奥运”的响亮口号，并配以不同队形变换。

更令人注目的是“奥运火炬”接力赛。每队运动员个个精神饱满，高举着火炬绕跑道奔跑，代表着奥运火炬在东方渔都13万居民心中传递，让奥林匹克精神渗入心灵。开幕式上还表彰了一批“十佳”体育辅导员。

据悉，这届全民体育运动会设立的项目实用性、趣味性兼具，与平常生活、生产劳动技能相结合，吸引街道20个社区（村）600余名选手参加4人5足、4×100接力、跳长绳、袋鼠跳等11个项目的角逐。

体育赛事，街道人人参加。得益于平时分散在角角落落的86支业余文体团队和196名社会体育指导员，沈家门街道形成了以街道牵头组织大型体育活动为主导，社区经常性的体育活动为主体，各健身辅导站分点活动为补充的三级群体网络体系，做到活动有人组织、健身有人指导，街道群众体育事业展现新气象。

群众体育锻炼热情高涨，可健身场地却捉襟见肘，如何破解？沈家门街道坚持以社区为重点，以提升市民身体素质、扩大体育人口为目标，加大对场地和体育设施的改造和投入，加强社会体育指导员培训和文体组织、健身辅导站建设，组织开展形式多样、内容丰富多彩、健康有益、喜闻乐见的体育活动。

同时，街道打起了企业的“主意”，鼓励企业出资办运动会，不仅为企业职工搭建一个锻炼健身平台，也为企业创造了担当社会责任、反馈社会的渠道，对提升企业知名度有积极作用。此举赢得众多企业经营者的响应。

据当年统计，该街道有36个100平方米以上的健身活动场地，先后获得全国群众体育先进集体、省级老年体育先进集体、市城市体育先进街道、省小康型老年体育先进街道、市老年体育“双十强”先进集体等荣誉。

搬酒埕过海比赛

拉船比赛

织网比赛

趣味运动 老有所乐好幸福

“今天本来打算去走亲戚的，听说社区开趣味运动会，我就不去了。”家住鲁家峙海景铭园的77岁王阿姨高兴地说。

2015年10月15日，沈家门街道鲁家峙社区党总支部举行“九九重阳倡和谐，趣味活动促健康”趣味运动会，600多名老年协会会员参加了“母鸡生蛋”、穿针引线、剪图案、夹弹珠、织渔网、打绳结、钓鱼、投飞镖、投篮、套圈等11个比赛项目。这次重阳趣味运动会突出“乐”字，旨在丰富辖区老人的晚年文化生活，弘扬爱老敬老中华美德。

“预备，开始！”随着裁判员一声令下，“母鸡生蛋”比赛开场了。每个选手身背一只塑料篮，篮内装20只“蛋”，跑完50米后在自己“鸡窝”里生“蛋”，看5分钟内谁的“蛋”得最多。

六旬李师傅第一个抢占到了“鸡窝”。随后他双手紧紧扣住塑料篮下沿，像筛米一般使劲摆动全身。可塑料篮里的乒乓球左右摇晃，就是不肯从篮子底部钻出来，急得李师傅直冒汗。有观众建议他从“屁股”里取。听劝的李师傅立即把中指伸进塑料篮底部洞里，但乒乓球是滑的，一个也勾不出来。最后，他模仿旁边女选手的动作，通过跳跃、扭屁股终于生下一枚“蛋”。

“哈哈哈，公鸡下‘蛋’了！”李师傅风趣的肢体动作引得现场观众哈哈大笑。

舟马盛况

激情舟马 健康与欢乐同在

2017年11月20日，一张“美丽海岛 欢乐开跑”图片刊登在《浙江日报》上。图片说明：“11月19日上午，舟山群岛马拉松在沈家门渔港开跑，万余长跑爱好者参加半程马拉松和群英健身跑、家庭欢乐跑。”

该届赛事共设半程马拉松、群英健身跑、家庭欢乐跑等项目。赛道串联了东港新城美景、沈家门老城旧韵、朱家尖自在风情，一步一景。赛道除了充满魅力的跨海美景，还融入独具特色的海洋文化元素，全程凸显海天佛国底蕴、群岛风光特色、渔都港城文化，让跑者尽情感受品质舟山、海上花园、幸福普陀。

赛道上，跑友们你追我赶力争上游，用速度与激情展现马拉松运动的无穷魅力，用拼搏与汗水演绎生命的无限精彩，用目光和心灵感受渔港的无限活力。赛道外，在连绵起伏的“加油”声中，秧歌舞扭得眼花缭乱，“咚叭咚叭”的腰鼓声不绝于耳。无论是啦啦队、还是表演队伍，都为这场赛事摇旗呐喊，组成了另一道靓丽的风景线。

自2015年起至今，舟马已成功举办六届。成千上万的跑友们齐跑最美岛城赛道的壮观场面，无不体现着舟山的速度与激情。