

26个运动项目免费培训面向青少年开放

2.2万个名额,7月15日起注册报名

武汉晚报讯 “汗动青春 营在江城”2024年“奔跑吧少年”夏令营免费游泳活动启动后,这个夏令营又一项深受全体青少年欢迎的运动技能免费培训活动将于7月27日至8月7日进行。届时,2.2万名青少年可免费接受足球、篮球、排球、冰雪运动等26个运动项目的技能培训。有意参加者,可于7月15日9时起完成网上注册报名。

市体育局竞技与青少年体育处相关负责人表示,今年的青少年体育夏令营覆盖面更广,免费培训点覆盖了全市13个区及3个功能区。另外,这次夏令营运动技能培训项目达到26个,除了广受欢迎的三大球、乒羽网、游泳和冰雪项目外,还第一次增加了激光枪、体适能、高尔夫和模拟飞行等项目,参与者报名的年龄条件较往年也更开放,每个年龄段可以选择的余地更大。

具体情况如下:

一、培训项目

足球、网球、羽毛球、游泳、篮球、武术、冰雪(滑冰/滑雪)、水上、射箭、模拟飞行、小排球、马术、乒乓球、击剑、轮滑、跆拳道、摔跤、射击、体操、高尔夫球、滑板、体育舞蹈、棒球、象棋、激光枪、体适能。

二、培训对象

身体健康的适龄学生(没有心脑血管疾病、癫痫病以及传染性疾病等不宜参加运动的相关疾病)。

三、年龄要求

体操:2018年9月1日至2019年8月31日出生者;

击剑/轮滑/象棋/体适能:2017年9月1日至2018年8月31日出生者;

乒乓球/棒球/体育舞蹈:2016年9月1日至2017年8月31日出生者;

武术/滑冰/滑雪/网球/马术/滑板:2015年9月1日至2017年8月31日出生者;

高尔夫球:2015年9月1日至2016年8月31日出生者;

羽毛球/跆拳道:2014年9月1日至2016年8月31日出生者;

游泳/模拟飞行:2013年9月1日至2015年8月31日出生者;

篮球/射箭/激光枪/小排球:2012年9月1日至2014年8月31日出生者;

射击/摔跤/水上:2011年9月1日至2013年8月31日出生者(水上须具备在不借助外力的情况下,不间断游泳100米的能力)。

四、培训时间及地点

2024年7月27日至8月7日(共12天,冰雪项目为8天,部分项目培训时间有所调整),详情可登录武汉市体

育局官网或“武汉智慧体育服务平台”官方微信公众号查询。

五、参加办法

凡身体健康有兴趣自愿参加的适龄学生,可微信搜索关注“武汉智慧体育服务平台”官方微信公众号,进入公众号,点击“夏令营”,进行注册(填写学员以及家长信息)、报名;每名学生限报一个运动项目,参加一期培训,报名成功后如未参加培训,会产生不良诚信记录,在今后的培训活动中将无法报名。

六、报名

2024年7月15日9时起开启注册程序,家长及学员可填写相关信息;2024年7月20日9时起至7月21日24时进行报名确认,额满为止。如在报名期间未完善资料,名额将会自动释放。

张琳 肖洪

“暑期亲子游”走进武汉质检所

小学生化身质量检验观察员

7月9日,武汉市市场监督管理局主办的“红色主旋律·先锋康康姐”——2024康康姐暑期科普亲子游活动第一场走进武汉质检所,15名学生化身质量检验观察员,在这里度过了愉快而又充实的一天。

武汉质检所内设5个国家质检中心、6个省级质检中心,具备对7500多项产品和标准出具公正数据的资质。

通过化学实验检测食品是否安全

在武汉质检所食品检测中心,小学生在检验员的示范下,将配置好的两种溶液混合后,溶液由无色变为蓝色,几秒后蓝色变为无色,一会儿又变为蓝色,几秒后蓝色消失又变为无色。

小学生冯翕惊讶道:“这个化学实验太神奇了。”

“这个实验是氧化还原滴定中比较特殊的一种,称为振荡反应。”检验员向同学们讲解,原理是碘离子被氧化生成碘单质,淀粉遇碘单质呈现蓝色,之后碘单质被还原成碘离子,蓝色褪去,如此往复,呈周期性变化,而且变化的时间比较固定,呈现钟摆式地振荡变化。

据介绍,对食品检测,除了仪器检测之外,很大一部分是进行人工滴定检测。化学中有酸碱滴定、络合滴定、沉淀滴定以及氧化还原滴定四大滴定。化学工作者设计实验,通过实验现象或者试



小学生化身质量检验观察员。

剂之间的比例关系来检测食品中目标物质,通过这些手段可以检测食品是否安全。检验员还向学生们讲解了食品重金属含量、添加剂是否超标等知识。

“营养要均衡,不能挑食”

“有没有同学只吃肉不吃蔬菜,或者不喜欢吃米饭的?”在食品检测中心理化室一张“中国居民平衡膳食宝塔”

示意图前,检验员对学生们说,“营养要均衡,不挑食,才能健康成长。”

“每100克饼干含有2021千焦能量,营养参考值为24%,表示吃100克该品种饼干,就摄入了当天能量总需求量的24%。”检验员说,有的同学贪嘴,一次吃一大包饼干,可能吃了400克,24%乘以4等于96%,那么当天的能量摄入量就已经趋近于饱和了。

而脂肪,每100克饼干含有22.4克脂肪,营养参考值为37%,37%乘以4等

于148%,已经超出了每天推荐摄入量。

听了检验员的讲解,学生们露出了惊愕的表情。

讲解员对学生们说,水、谷物薯类、水果蔬菜类、肉类、奶制品和豆类坚果类食品,每日均应有适量的补充,不能挑食。每日应该以主食为主,摄入足够量的蔬菜水果,选择性地搭配肉蛋奶类食品,低油少盐,不挑食,这样营养才能均衡。

听了检验员的讲解,学生们点头表示赞同。

测试安全帽是否安全

在安全帽检测实验室,轻工检测中心检验员用耐冲击穿刺测试仪,测试安全帽冲击吸收性能和耐穿刺性能。

在耐冲击穿刺测试仪中,10斤重的圆形铁块落下,“咣”的一声砸在安全帽上时,学生们听到声音惊呼:“砸坏了吗?”立刻围上前查看,发现安全帽安然无恙。

若钢筋、刀片等锐形物体落下会不会刺穿安全帽,检验员将安全帽放在耐冲击穿刺测试仪下方,上方6斤重的尖锐铁块落下,没有将安全帽刺穿。

“说明这两个安全帽是合格的。”检验员对学生们说,通过这些测试,可以确保安全帽在各种工作环境和条件下都能有效地保护使用者的头部安全,减少工作事故中头部受伤的风险,“同学们到建筑工地参观时,一定要佩戴安全帽”。

据介绍,在进行安全帽耐冲击实验前,检验员要对安全帽进行高温、低温、紫外线照射、浸水等条件预处理,模拟工作现场的自然环境。

唐煜 刘勇

讲文明 树新风 武汉晚报公益广告展播

