

体育是调解家庭矛盾的『好帮手』

弄堂运动会拉近了家人之间的情感

近日，本市乌鲁木齐路上演了一出家庭闹剧。婆媳矛盾长期积累，最终竟然升级成了“榔头大战”。六旬老人 and 身怀六甲的媳妇，都在冲突中受伤住进医院，令人唏嘘。

清官难断家务事。婆媳关系，夫妻关系、父子关系……同一屋檐下，难免会有小矛盾。如何让家庭生活更和谐？体育比赛，或许是最好的润滑剂。

1988年起，南京东路街道承兴居委会开始创办弄堂运动会，小巷里办起了“小奥运”。开始，比赛为妇女而设。后来，在上海市体育局副局长李伟听的建议下，弄堂运动会“扩招”，家庭成员不分男女老少，都可以一起上阵。

承兴居委会主任洪克敏回忆说，多年来，不起眼的弄堂运动会不仅越办越红火，还成了居委会调解家庭矛盾的一个“好帮手”。

一年一度的弄堂运动会，设有“风雨同舟”的比赛，要求两名选手，每人的一只脚绑在一块赛跑。夫妻、婆媳、共同参与，好不热闹。里弄里的李阿姨和儿媳关系和睦，二人身体也棒，在这项比赛中连续两年获得冠军，让邻居们十分羡慕。可有一年，报名表上却没有她俩的名字。出了什么问题？原来，婆媳因为租房的小事，有了小矛盾。洪主任了解情况后，专程跑到媳妇的单位和婆婆家里“劝架”。她的方式很特别，话不多，邀请二人再来参加弄堂运动会。“你们已经是两届冠军。今年退出了，难道不想三连冠了吗？”婆媳俩也觉得，本来就是一桩无所谓的小事，闹得不开心，又何必。“风雨同舟”，脚绑脚，手牵手，肩并肩，口中喊着“一二一”，朝着一个方向使劲，本是婆媳相处之道。再回弄堂运动场，李阿姨和媳妇抱在了一起，站起跑线。比赛虽杀出了黑马，她俩屈居亚军，但收获的是重修旧好的一份真情。

在洪主任的记事本里，弄堂运动会促进家庭和睦的事例一箩筐。“我们还有一个三口之家，生活幸福美满。但家里男人爱喝酒，闹过一次不愉快，夫妻甚至吵到了居委会。”洪主任说，也是弄堂运动会，帮助了这家人。

“闹得最凶的时候，夫妻俩个月不说话。”正好弄堂运动会开幕，比赛专门为三口之家设立了一个共同参与的项目。打弹子、跳皮筋、滚圈，三口之家每人参加一个项目，总成绩按每人的名次之和排名。“那届比赛，这户人家获得了第一名。运动让这对夫妻的手又牵了起来。后来，他们每年都参加我们的运动会，年年拿奖。一家人成了街道里远近闻名的体育之家。”

今年，上海市第一届市民运动会召开，普通老百姓有机会站上一个大舞台，展示自己的体育风采。造房子、揽结子、打弹子、滚轮子、跳筋子、刮片子、顶核子、抽陀子和扯铃子……洪主任参与组织了黄浦区第一届市民运动会亲子活动“九子”比赛。爷孙上阵、父子上阵、母女上阵……弄堂里的小项目，搭起了市民运动会大舞台。一天的比赛，也拉近了亲人之间的感情，促进家庭和睦、和谐。

大手牵小手，看着一个个家庭开心地享受体育带来的快乐。洪主任心里有了一个不小的计划：我希望有一天，上海的各个街道，都能办起弄堂运动会。让体育，把人和人的心拉得再紧一点。

本报记者 钟喆



■ 夫妻上阵投篮比赛 本报记者 周国强 摄



旧不堪
■ 三十年前的市少体校网球场破



萌环抱
■ 三十年后的市少体校网球场绿

旧貌换新颜



照片里的故事

可曾记得那一拍的轻舞飞扬？
纯真年代里，网球是个时髦的玩意。
水泥地有点硬。不打紧，玩的是幽

雅。你来我往间，感受着网球的文艺范。
软装备也很生涩。球拍、球衣、球鞋，不算太专业，却已很拉风。
30年前，经历着，就是一种搏击浪尖的生活态度。
而今日，你是否牵着儿女的手，重回这片记忆中的运动“圣”地——旧貌，

已换新颜。
如今，我们拥有世界级的网球场。网球，走进成百万人的生活。
30年，走近这项曾经的“贵族运动”。
30年，中国人的体育文化世界，也从平民变富贵。
华心怡 文 彭幼龙 摄



■ 小孩的最爱——滚轮子 本报记者 周国强 摄

“小众项目”登上大舞台

大千世界，无奇不有。为了让更多普普通通的老百姓参与上海市第一届市民运动会，组委会设立了琳琅满目的比赛项目。不仅大众赛事排得满满当当，像一些只有少数市民喜欢的小众运动，也可以在市民运动会中找到。

徒步活动

团结互助、重在参与，市民运动会邀您参加万人徒步活动。只要您有勤快的双腿和一份愿意亲近自然的心情，来参加我们的“徒步大会”吧。5公里、10公里、15公里段，市民可根据自身体能选择徒步赛段，中途还可以随时退出。不过，赛事有两个限制：您的年龄要在60周岁以下；徒步过程中不得借助轮滑、自行车等代步工具，甚至不得奔跑。

信鸽比赛

古时候，人们利用鸽子归巢的特性，培育它传递机要信息。现代社会，通讯技术非常发达，信鸽已经退出“传递信息”的舞台。

不过，如今的信鸽又成了另一个“战场”的主角——信鸽竞翔赛。上海市第一届市民运动会设置的信鸽比赛分为500公里级个人、800公里级个人、团体赛，1000公里级个人、团体赛，1500公里级个人、团体赛。训养赛鸽，陶冶情操，增长知识，有益于身心健康。如果你是个信鸽爱好者，那么市民运动会，放飞鸽子，也放飞你的梦想。本报记者 钟喆

体育大餐乐在其中 市民运动会上演“周末也疯狂”



■ 具有东方文化元素的剑道，越来越受到市民的喜欢 图 CFP



场馆扫描

足球、剑道、赛龙舟……不论粗狂、文雅，不管大众、小众，只要市民喜闻乐见，都是市民运动会的重要单元。过去的几个周末，上海市第一届市民运动会上演第一道“周末体育大餐”，让老百姓乐在其中。

高手云集

市民运动会开幕后的一个周末，华东师范大学体育馆里，人头攒动。三个来自韩国的小朋友，穿着统一的蓝色比赛服，手持竹剑，在场地边喊着统一的口号热身，引来了众人围观。

原来，他们仨是来参加上海市首届市民运动会举办的剑道冠军赛的小剑客。

北京、南京、杭州、常州的高手来了，日本、韩国的剑道高手也来了。细细一数，上海市首届市民运动会剑道冠军赛共邀请到世界各地的56支队伍，共300多名剑客齐聚一堂，各显身手。

白领小张一脸轻松，她告诉记者，自己练习剑道已经3年，平时只能参加上海本地俱乐部间的友谊赛，“算上今天的冠军赛，像这么大规模的剑道比赛，全国一年也就两次，市民运动会让我们这些普通的剑道爱好者，也有机会一试身手，我特别开心。”

陈如申比小张学习剑道时间长3年，他更有深的感悟。“剑道里有礼、孝、忠这些东方传统文化元素，是一项陶冶心性的运动。”小陈从事幼教工作。现在，他时常会把这项运

动推荐给学生家长。“我希望，孩子们能学习一点剑道，成为一个文武双全的学生。”

全力以赴

和室内剑道相比，足球更粗狂、更激烈。这几个周末，上海市第一届市民运动会足球赛也同时展开。首个项目是11人制的“陈毅杯”城市足球赛。

上海大学内，14支比赛队拉开架势，“我们的欧锦赛”，一样精彩。

上海市足管中心主任隋国扬介绍，“‘陈毅杯’去年开始恢复，广大市民积极参与。共有25支队伍参加了去年的赛事。“今年我们开辟了新的报名通道，队伍从25支一下子扩容到50支，翻了一倍。这里来参赛的14支队伍，都是通过网络报名方式来参赛的。这也是我们今年新增的组别。”

在大学校园里举行的赛事，还引来了不少学生的目光。隋主任介绍，市民运动会足球赛办在校园，另一个目的是实践足球进校园的理念，让更多学生喜欢、参与到足球运动中来。

一身黄色比赛服，在阳光下光彩夺目。FC铁人队的袁骏神气活现，“我的队友有的是教师，有的是电影院放映员、有的在公司做采购……大家从上海的四面八方，聚到一块，参加市民运动会足球赛，是缘分。”市民运动会，老百姓是主力军。“今天是我们这支草根足球队，第一次参加上海市级别的比赛。未来两个月，我们会全力以赴，踢出水平，更享受足球带来的快乐。”

本报记者 钟喆