



这项“老年运动”，如今吸引了越来越多年轻人

■本报记者 吕亦菲 文 夏晨希 摄

7月10日至12日，由中国学生体育联合会主办的2024年中国大学生气排球锦标赛在常州开赛，本次赛事吸引了来自南京大学、武汉大学、重庆大学、苏州大学等全国各大高校的36支队伍、300余名运动员参赛。

气排球这个小众的体育项目，由于场地比竞技排球短了6米，网口高度和使用球的重量也远远低于竞技排球，受到广大中老年人的喜爱。但如今，这项“老年运动”，有越来越多的年轻人参与了进来。



等诸多特点，特别适合老年人参加。

常州市老年人体协在全市各街道、乡镇开展“老年人气排球特色之乡”创建活动，常州市老年气排球发展步入正轨及良好的发展期。2017年至2020年，钟楼区、金坛区、天宁区、溧阳市先后被命名常州市“老年人气排球之乡”；永红街道、东城街道、郑陆镇、天目湖镇、金城镇、湟里镇、薛家镇被命名“常州市老年人气排球示范健身站点（队）”；2020年溧阳市被命名“江苏省老年人气排球之乡”。自2016年以来，常州市老年人体协已连续六年举办了气排球“特色之乡”、“美丽乡村”中老年人气排球健身站点（队）的展示交流比赛，参与人数超过2000名。

“常州已经连续多届参加江苏省老年气排球比赛了，成绩一年比一年好。经过这几年的推广，现在每个区都有4—6支老年气排球队，而且每个区都有一个示范街道（乡镇）推广气排球。每年都会定期举办全市性的气排球培训班，培训一批气排球骨干，帮助各个区和街道推广气排球。”杨杰说。



现在比赛，已经不仅仅只有老年组了

“常州气排球发展至今，越来越多的中年人、青年人都加入进来了。”陈志军告诉记者，前些年常州出去比赛的几乎都是老年人代表队，现在常州代表队有了中年组、青年组和大学生组。今年5月下旬，常州市中年男子组气排球队去安徽宣城参加了第四届长三角体育气排球比赛，获得了第三名的好成绩。

常州大学男子气排球队作为常州唯一一支代表队，参加了本次在常举办的中国大学生气排球锦标赛。“我们的气排球队也是在今年刚刚成立的。”常州大学排球教练毛雯告诉记者，学校室内硬排的发展较早，成绩也相当优秀。“组建这支气排球队参加比赛是顺应当下的运动发展，但也确实困难重重。”毛雯表示，气排球的触感和重量上都与传统排球有所不同，它的弹性更好，飞行轨迹更为平缓，这使得球更容易控制，同时也减轻了手臂和手腕的压力。“对于打惯了硬排球的学生来说，想要改变打法并不简单。”不仅仅是学生，由于学校的教练员也都没有气排球的执教经验，大家只能“摸着石头过河”。

“气排球受到越来越多年轻人的喜爱是有原因的。”毛雯分析，气排球上场人数虽然比竞技排球少一人，但同样有“轮转”这些排球技术，而且进攻方扣球必须站在2米线外，可以最大限度避免受伤。一项有技术、战术含量，学习难度不大，观赏性又格外强的群众运动受到年轻人喜欢，并不意外。

自2017年起，气排球连续多年出现在常州市政府购买公共体育服务的项目单中。“往年运动龙城大联赛只有老年人的比赛，今年中、青年都能参赛了。”陈志军告诉记者，今年运动龙城大联赛不仅有“美丽乡村”老年人气排球健身站点（队）展示交流这个专门针对老年人的比赛，常州市气排球比赛也将首次进入大联赛，“比赛时间大约在11月上旬举行。届时将有中年男女组，青年男女组和大学生混合组的比赛。”陈志军说。

创建国家全民运动健身模范市



常州的气排球起源于职工运动

气排球是我国土生土长的群众性排球活动。1984年，呼和浩特铁路局集宁分局为了开展老年人体育活动，在没有规则限制的情况下，组织离退休职工用气球在排球场上打着玩儿。由于气球过轻且易爆，他们将两个气球套在一起打，最后又改用儿童软塑球。随后又参照6人排球规则制定了简单的比赛规则，并将这种活动形式取名为“气排球”。

我市老年人体育健身项目气排球的发展，最初起始于2006年，由常州中车威机厂的吴春宝（原江苏男排主力二传手）、中车威机厂文体活动中心主任周斌等组队。当年这支队伍参加了2006年全国火车头职工气排球比赛，这也是常州的气排球队首次参加全国比赛，取得了不俗的成绩。

2010年后，由中车威机所职工等一些群众自发组建的队伍开始出现。2016年中车威机所组队参加全国火车头职工气排球比赛并一举获得冠军，对我市气排球发展起到了推动作用。2012年6月，市气排球队“龙城气排球队”在常州工学院成立，至今已经经历了12年的发展。

“气排球运动起源于职工，现在在职工中依旧非常火热。”常州市排球协会秘书长陈志军告诉记者，目前常州市气排球的氛围非常不错，常州市税务系统、金融系统每年都会举办气排球比赛。武进区每年都举办教育系统的气排球比赛。溧阳市和金坛区分别于2019年12月和2021年6月成立了气排球运动协会，不仅提高了气排球运动的竞技水平，也为气排球运动的爱好者提供了一个交流和发展的平台。

如今，常州每个区都有4到6支老年气排球队

“发展到今天，常州现在已经有30余支老年人气排球队，基本实现了各辖市区、乡镇（街道）广覆盖。”市老年人体育协会秘书长杨杰在接受采访时介绍道，气排球作为老年人运动新兴项目，具有球体轻软、简单易学、趣味性大、运动场地小、运动过程安全