

缘起30多年前,年逾六旬仍干劲十足

中国卡巴迪运动的领头雁 是咱洛阳周洛平



□洛报融媒记者 孟山 通讯员 涂晓洛文/图

周洛平今年65岁,是国际卡巴迪联合会联席秘书、国际裁判、洛阳市卡巴迪运动协会会长。30多年来,他把满腔热情倾注到卡巴迪运动上,促进该项运动蓬勃发展,成为全省乃至中国卡巴迪运动的领头雁。

“看准时机,主动出击……”近日,在热闹的中州万达广场,身材高大、两鬓斑白的周洛平正微笑着指导中小学生参与卡巴迪运动。这项类似“老鹰捉小鸡”的运动,引来众人驻足观看。趁着比赛间隙,周洛平向记者讲起他与卡巴迪运动的不解之缘。

推广卡巴迪运动 洛阳教师走上国际舞台

周洛平18岁参加工作,成为一名中学体育教师。1990年,他在电视上看到卡巴迪比赛,瞬间被这项充满激情与智慧的运动吸引。那一年,在北京亚运会上担任卡巴迪裁判的洛阳中学教师邓留欣回洛开办了卡巴迪培训班,周洛平成为第一批学员,自此走上卡巴迪运动之路。

经过一个学期的培训,周洛平和来自洛阳十几所中学的师生初步掌握了这项运动的规则和技巧,随后便开始推广这项运动。

那个时候,卡巴迪在我国刚刚起步,周洛平作为第一批“吃螃蟹”的人,面临不少困难。没有现成的教材,他就和几名教师一起参照亚运会规程,总结基本玩法、技术特点、比赛战术等,手写成稿,再经过编辑、整理、校对,用蜡纸刻版,用油墨手工印刷,最终装订成册,免费送给我市中小学校的体育教师。在他们不懈的努力下,越来越多的孩子出现在卡巴迪运动赛场上。

2010年,在广州亚运会上,周洛平担任国际裁判,让世界领略到中国卡巴迪运动的风采。

2012年,洛阳市卡巴迪运动协会成立。这是中国首个卡巴迪运动协会,在此后的岁月里,该协会培养了大批教练和裁判,将这一运动推广到全国各地。

近些年,周洛平经常出现在国际赛场,还代表我国参与亚洲及国际卡巴迪联合会重要会议,了解各国项目的发展情况,及时掌握卡巴迪运动的最新趋势。



周洛平担任比赛裁判

无私奉献广受赞誉 年过花甲仍干劲十足

作为土生土长的洛阳人,周洛平常在国际舞台上担任家乡的“宣传大使”,将洛阳三彩制品赠予多个国家的技术官员,向他们介绍洛阳的风土人情,让更多的海外友人了解洛阳。

多年忘我付出,周洛平收获了海外同行的普遍赞誉。2022年,他被委任为国际卡巴迪联合会联席秘书,这是对他多年无私奉献的充分肯定。

常年坚持运动,也让周洛平收获了健康的体魄和豁达乐观的性格。在他眼中,卡巴迪运动不仅是竞技体育,更是一座连接友谊与健康的桥梁。他以学校为起点,耐心耕耘,逐渐让该项运动在国内“生根发芽”。

经过30多年的发展,目前,洛阳有数万人常年坚持该项运动,涉及中小学生、大学生等多个人群。

“在中国,卡巴迪运动发展潜力巨大。”周洛平说,他打算继续推动卡巴迪运动进校园,让更多的青少年接触这项运动;持续推动相关赛事进景区、进商圈,吸引更多人参与。同时,还要加强洛阳的协会与国外的协会之间的交流,积极争取在洛阳举办“卡巴迪国际邀请赛”这样的重磅赛事,邀请亚洲、欧洲等地区的高水平队伍来洛参赛,提升卡巴迪运动的影响力,发挥赛事平台作用,传播洛阳优秀文化。

关于未来,年过花甲的周洛平信心满满,干劲十足。

相关链接

卡巴迪运动

卡巴迪运动属于亚运会比赛项目,因其涉及激烈对抗和身体接触,还被称作“奔跑的格斗技”。比赛时,双方各派7名运动员站在己方半场,由进攻方派一名运动员,进入对方半场,触及对方队员后,成功返回己方半场后可得分,如果被对方抓住,则对方得分。两个队伍交替进攻和防守,得分高的一方获胜。



阿尔茨海默病患者 究竟咋照护

□洛报融媒记者 程芳菲

今天是世界阿尔茨海默病日。近日,记者采访了几位该病患者的家属,请他们分享照护经验。

警惕老人这些表现

镜头:“我奶奶72岁,她患病应该是在去年夏天。”小宋说,那时明显感觉到奶奶的记忆力变差了。她会忘记要买的东西,反复问家人几点回家。有一次,奶奶记不起回家的路,很晚还没回家。

提醒:如果发现老人经常迷路,搞不清日期,性格改变,对周围的事物不感兴趣,经常在电视机前呆坐等,家人要及时带其就诊。一旦确诊,最好保证患者24小时有人陪伴。建议给患者准备有定位功能的手机、手表、手环,并准备印有紧急联络人姓名、电话的布条,缝在衣服内侧。

接受患者的改变

镜头:市民赵女士的母亲患病4年了,有段时间,他们很发愁她的吃饭问题。刚开始,母亲闹别扭不吃饭时,家人会跟她讲道理,但没用。后来,他们找到了好方法。“我妈喜欢看手机,她不吃饭的时候,我们就让她看十几秒手机,然后锁屏,或者突然大声唱几句歌,然后停下。”赵女士说,母亲要是想看或者想听歌,家人就说吃了饭才可以,她就会再吃点。

提醒:照护该病患者,要接受其改变,学会“打岔”,帮助他们好好吃饭、按时服药。可以变着花样准备饭菜,吸引其注意。

让患者多跟人接触

镜头:张先生的父亲患病6年,通过药物控制,病情进展较缓。“我们经常带他逛超市和菜市场,让他选菜、问价钱。”张先生说,孩子每周给爷爷“留作业”,定期检查其是否背会唐诗、是否唱错歌词。

提醒:让患者多跟人接触,增强社会参与感。白天多聊天、多活动,控制午睡时间,保证晚上的睡眠质量。

照护患者也要善待自己

镜头:喂饭、喂水;翻身、按摩……依依(化名)的父亲患病14年了,现在多数时间都躺在床上。依依说:“我们这些年压力很大,家人间的相互支持很重要。”

提醒:照护病人很耗费时间、精力,照护者的心酸、委屈只有自己知道。建议家庭成员明确分工,多掌握该病知识及护理技能。照护者每周最好有至少半天的“假期”,调整情绪。如果经济条件允许,可以请护工帮忙。