

时间地点你来定,器械计划我来备。今年以来,一种名为体育外卖的上门体育服务悄然在永城培训市场中兴起,这种打破传统场地限制、按需定制的体育教学模式正成为不少家长的新选择。

新潮的地点 『体育外卖』 永城也有了

8月9日,记者在小红书、抖音等社交平台搜索永康上门体育、永康体育外卖等关键词发现,提供此类服务的教练不在少数,其中既有专业教练,也有高校体育专业的学生。这类服务主要面向幼儿和青少年,授课内容涵盖体能、小学体测、中考项目、球类等,授课地点和时间可由家长自由选择,收费模式也较为灵活,通常根据课程类型、授课时长而定。

市民徐钰斯是一名独立接单的上门体育教练,据他介绍,他的课程时长一般在60分钟至90分钟,由家长定授课时间和地点,他根据家长和学员的需求制定个性化训练计划,并自带专业教具和器材上门教学。每节课他都会记录学员的训练情况,并在课后进行总结反馈。在所有下单学员中,选择辅导小学跳绳和中考球类项目的学员占比最高。一些训练内容可以在小区楼下进行,但球类等运动对场地的要求比较高,我一般会带学员去合作的场地进行训练。当然,下单长期课程的话需要购买相应的运动保险。徐钰斯补充道。

永康的家长对于上门体育接受度还是比较高的,目前我们团队已经招收了30多名学员。有多年体能教学经验的上门体育教练邓阿敏告诉记者,她提供的一对一课程每节课收费在260元至300元,而4至6人的小班课程则相对实惠一些,小班课程的学员大多来自同一个小区,这样既方便组织教学,也能让孩子在熟悉的环境中一起锻炼。

上个月,家住体育馆旁的市民周女士在朋友的推荐下,为孩子预约了一名上门体育教练,下单了十节上门体育课,每周星期二晚上和星期四晚上在体育馆或小区楼下进行体适能训练,如果遇到时间冲突则另外安排时间。周女士告诉记者:我报课主要是想请专业教练给孩子建立运动习惯,提高下体能,减

小孩子对电子产品的依赖。而且在比较熟悉的环境下上课,孩子没有陌生感,更容易参与进来。目前孩子已经上了好几节课了,体验感还是比较好的。

上门体育这样一种个性化服务不仅能根据学员实际需求定制相应课程,还打破了体育培训必须依赖固定场馆的固有思维。上门体育课听起来蛮新鲜的,主要是不用接送,能省下很多路上的往返时间,对于我们家长来说会很省心,以后孩子有体育培训需要的话我会考虑的。市民吕舒说,她的孩子就读小学三年级,这个暑假报名了书法、舞蹈培训班,辗转两个培训班要花费不少时间。在吕舒看来,上门体育的模式节省了家长的接送时间和精力,对于部分空闲时间少的家长很有吸引力。

尽管上门体育在便捷性方面有着传统体育培训机构无法比拟的优势,但行业仍处发展初期,存在没有统一标准、教练水平参差不齐、监管缺位等隐忧。业内人士提醒,在给孩子下单体育外卖之前,家长务必要选择正规合法的教练或机构,仔细核查教练是否持证上岗,以保障孩子的培训质量和安全。

融媒记者 张曼欣

查酒驾



珍爱生命远离酒驾

策划 陈旭东 漫画 应楚楚

用细节制造记忆点 解锁度假氛围感

夏日的阳光总带着几分热烈的邀约,这个暑假,不少人都有出游计划,是时候用一套好看的穿搭开启你的度假模式了。

上半身选用一件牛仔拼接背心,短款的设计恰到好处地露出腰身,悄悄拉长身材比例。牛仔材质自带一种随性不羁的感觉,拼接的设计又增添了几分独特与时尚感,让整体造型瞬间变得不一样起来。

下半身则搭配一条白色网纱不规则半裙,网纱材质轻盈飘逸,走起路来仙气飘飘,不规则的裙摆设计打破了常规的单调感,多了几分灵动与俏皮。裙边蕾丝的点缀为下半身注入了几分温柔气质,但又不会过分甜腻,让整套穿搭更具层次感。

这一身整体搭配下来,既保留了牛仔的复古摩登,又融合了网纱蕾丝的浪漫柔美,白色在视觉上自带降温效果,和浅牛仔蓝搭配起来清爽又亮眼。穿这一身出游度假,无需费心搭配配饰,随手拎一只大容量包、踩一双拖鞋就足够惬意。

穿搭图鉴

融媒记者 张曼欣 文
通讯员 陈威武 摄 模特 孔雯婕

