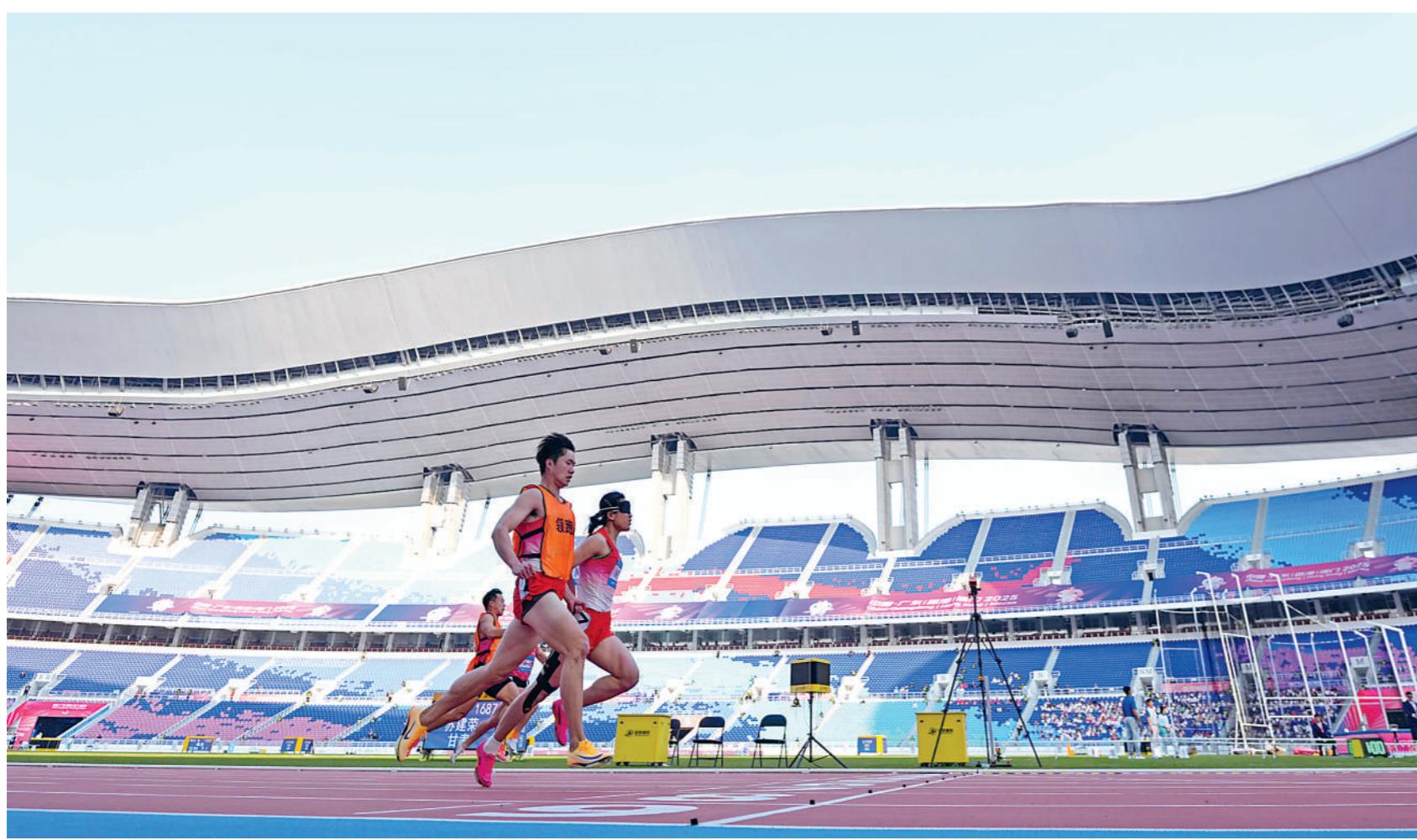


全国残特奥会于12月8日至15日举行,近8000名运动员参赛——

赛场之上,怒放的生命

■本报记者 仇建辉



体坛聚焦

12月8日至15日,全国第十二届残疾人运动会暨第九届特殊奥林匹克运动会举行。这是粤港澳三地首次联合承办全国残特奥会,也是全国残特奥会历史上第二次与全运会同年同地举行。

本届残特奥会共有全国34个代表团的7824名运动员报名参赛,代表团规模和大众项目报名参赛运动员数量均创新高。

据悉,本届赛事共设46个大项、1876个小项,包括大众项目11个大项,特奥项目9个大项。广东赛区承办34个大项、香港赛区承办4个大项和乒乓球TT11级比赛、澳门赛区承办2个大项比赛,粤港澳共有11个城市参与承办赛事。

本届残特奥会筹办工作坚持“绿色、共享、开放、廉洁”的办赛理念,严格落实“简约、安全、精彩”的办赛要求,实现节俭办赛。

二

8日,全国第十二届残疾人运动会在广州体育馆迎来了男、女两场决赛。此前,轮椅篮球项目三人制比赛在广州体育馆迎来了男、女两场决赛。此前,轮椅篮球在残特奥会上有五人制的比赛,这是三人制比赛首次出现在全国残特奥会的赛场上。

三人制轮椅篮球比赛时长只有10分钟,两队攻防转化快。运动员在赛场上顽强拼搏,展现了精湛的技术和坚韧进取的精神。在男子组比赛中,辽宁队凭借40岁老将黄徐楠的数记关键球反超比分,最终以13比9逆转击

败北京队,夺得冠军。在女子组的决赛中,广东一队依靠稳健的防守,以11比7击败北京队,拿下了三人制轮椅篮球的金牌。

皮划艇项目于10日全部完赛,云南队展现强大实力,以13金领跑奖牌榜。在女子500米VL3级决赛中,巴黎残奥会铜牌得主、云南队选手钟永渊以2分36秒839的成绩夺金。赛后,钟永渊坦言,“体育既残酷又令人难忘,不仅改变了我的人生,更练出了我面对困难不放弃的韧性。”

生命,在赛场上重塑;超越,远不止于成绩。在盲人足球男子小组赛中,天津队逆转辽宁队。天津队队员范海林赛后说:“因为视力障碍,我起初连走路都怕,更别说在场上奔跑,带球过人了。关键是要战胜心理这一关,撞两次,摔两跤,就不怕了。我们都是在跌跌撞撞中成长起来的。”

特奥会田径项目中,来自澳门的陈晓琳、曾恺悠在女子8~11岁组立定跳远中分获二、三名。她们的教练胡炳驷道出了特奥会的真谛:“特奥比赛的意义不在奖牌,而在于一个孩子跳出属于自己的第一米。”

田径赛场上,运动员们不断上演超世界纪录的精彩表现,让现场观众大呼过瘾。12月11日,江苏队选手邹莉娟在女子铁饼F34级决赛中,以23米29超世界纪录的成绩收获金牌。前一天,她在女子标枪F34级决赛中以22米73的成绩夺冠,超过了她去年在巴黎残奥会上创下的世界纪录。

邹莉娟表示,没想到能投出超世界纪录的成绩,未来要继续超越自己,朝更高的目标努力。“明年亚残运会是我的新目标。走下领奖台,一切从头开始,做全新的自己,才能持续突破。”她说。

随后,辽宁队选手李英粒在女子铅球F38级决赛中掷出13米12,同样超世界纪录并夺冠。在跑道上,残奥会金牌得主史逸婷在女子400米T36

级决赛中,以1分05秒64的成绩超世界纪录,强势夺冠。

将不可能变为可能的故事,出现在残特奥会的多个赛场上。10岁的澳门小将王德康接触垒球不过数月,就在特奥会垒球项目中摘得银牌。这个曾经不爱与人交流的孤独症男孩,因为练习垒球而变得开朗起来。

获得特奥会滚球双打冠军的澳门选手欧阳彦曾是一名特奥田径运动员,因为年龄增长转而练习体力消耗较小的滚球运动,用了近8年时间从滚球“小白”站上冠军领奖台。

体育,为他们打开了梦想之门。

三

科技助残,在赛场内外都得到了充分的体现。比如,康复训练为残疾人运动员日常训练和赛后恢复提供科学支撑,智能辅具从多维度帮助残障运动员和观众克服困难等。

在残特奥会盲人门球比赛间隙,广东队穆雪娜接触了一个特殊“伙伴”——智能机器导盲犬“六足导盲机器人”。这个机械犬步伐稳健,能自主调节行走快慢,具备雷达避障、语音提醒、对话等多种功能。

在它的引导下,穆雪娜慢慢迈出了勇敢的步伐,她高兴地说:“感觉很智能。如果这项科技能运用到生活中,肯定会对我很大帮助。”

走进广东奥体中心,集成语音盲文服务桩、蓝牙播报、三维手语翻译等功能的智慧无障碍服务系统,充满科技助残智慧。

打开小程序“全运广州”无障碍服务,听障运动员可以即刻呼叫手语翻译,只需几秒就能接通来自全国各地的手语志愿者视频通话,为运动员用手语答疑解惑……在残特奥会的各比赛场馆里,充满科技感的无障碍设施给残障人士提供多重便利。

四

8天的比赛中,人们在全国残特奥会的赛场上见证了怒放的生命,感悟直抵人心、震撼心灵的力量。

全国残特奥会,是以残疾人运动员为主体的舞台。运动员在赛场上顽强拼搏,与命运抗争,将不可能变成可能,并向全世界宣告:我残并不可怕,每个人的人生都有无限可能。

他们在赛场上展示了体育的力量、生命的力量,这种力量已经从赛场内“辐射”到人们的心中,激荡出一波又一波的涟漪。粤港澳三地的赛场,不俗的上座率证明了人们对于残疾人运动的热情和支持。未来,当他们走下赛场、回归日常时,希望也能得到社会更多的包容和认可。

世界以痛吻我,我却报之以歌。无论对于健全人还是残疾人来说,全国残特奥会都是一种积极的启迪和莫大的鼓励。运动员们在赛场上的坚持、不屈和永不放弃告诉我们,只要有梦想、有方向,然后去努力,每一个人都会被看见,都可以闪闪发光,都能成为照亮他人前行之路的一束光。

上图:12月9日,全国第十二届残疾人运动会暨第九届特殊奥林匹克运动会田径女子100米T11级决赛在广州举行。图为广西队选手刘翠青、领跑员陈圣明在决赛中。最终,她们夺得冠军。

新华社发

平相当的“姐妹俩”,备战期间互相督促。她们将弹力带套在彼此的腰上,一人练习起跑时,另一人往后拉,相互配合进行10~20米的爆发起跑抗阻训练,提升起跑爆发力。同时,她们还通过阶梯跑和摆臂专项练习,强化速度和耐力。练得腰酸腿疼想放松时,两人就相互鼓励、相互监督。

几个月的备战时间,女兵们全面提升自己的体能素质,也着重打磨了自己的专项能力。

比赛当天,女子100米跑的起跑线前,第一次参赛的胡钰嘉紧张到干呕,胡佳月过来拍拍她的肩膀对她说:“深呼吸,放松,并在心里默念,我已经准备好了。”决赛终点,两人几乎同时压线,包揽冠亚军。看台上,话务连的女兵们把连旗举过头顶,一起喊:“好样的,真棒!”

在这次比武竞赛中,话务连一举夺得女子组4个冠军、总评第一。姑娘们在竞技场上展现自我、追逐梦想,成为一道亮丽的风景线。

话务女兵展英姿

■姚东江 本报特约记者 汪学潮

名时,看到战友们对比武信心不足,话务连连长冯雪娜决心以身作则,率先报名了3000米跑项目,指导员王春丽也报名参加手榴弹综合运用比拼。她们的报名,激发了话务女兵的参赛热情。

“我要争取再夺100米跑冠军!”去年夺得女子100米跑冠军的胡佳月,今年因为训练不系统,担心不能蝉联冠军,起初并没有强烈的参赛愿望。看到连队官兵都奋勇冲在第一线,她也重燃斗志。很快,全连官兵都预选了自己的比武项目。

紧锣密鼓,积极备赛。为了让大

家的训练更科学、更有效,该团为官兵请了军体教员,依据摸底测试出的乳酸阈值、步频步幅、心率曲线等数据,为每名官兵制订了个性化训练套餐。冯雪娜的训练关键词是“间歇跑”。她在工作之余进行体能强化训练,间歇训练的距离从400米逐渐增加到800米、1000米、2000米。刚开始,她一个人在操场上奔跑,后来吸引了不少女兵与她一起训练,共同提升。

胡佳月和胡钰嘉都报名参加女子100米跑比赛,两人一个是上届冠军,一个是后起之秀,既是队友又是对手。水

长镜头

日前,第八届中国大学生中国式摔跤锦标赛在内蒙古乌兰察布市落下帷幕。本次比赛由中国学生体育联合会主办,共有来自全国59支代表队的483名选手参加。其中,陆军军种大学和武警工程大学两所军队院校派出代表队参与角逐。

中国大学生中国式摔跤锦标赛是我国在高校推广民族传统体育的重要赛事。本届比赛为期3天,根据参赛选手水平划分为甲、乙、丙、丁四个组别,设置了男、女共10个级别。赛场上,选手们全神贯注,动作沉稳有力——抱腿、转体、发力,一招一式都展现了扎实的技术功底与昂扬的青春斗志。来自军队院校的军体健儿不负众望,以卓越的表现、顽强的作风和精湛的技艺,一路过关斩将,取得不俗的成绩,赢得广泛赞誉。

陆军军种大学代表队由军用角术俱乐部的5名学员组成,他们在赛场上全力以赴、敢打敢拼,最终收获1枚金牌和2枚铜牌的好成绩,在甲组团体总分中排名第八。

在男子甲组70公斤级的较量中,来自陆军军种大学代表队的许恩阳连续战胜了上届比赛的冠亚军选手,获得冠军。“在平时的训练中,我们主要是钻研技术动作,打牢基本功,加上在实战对抗中积累经验,才能在赛场上做到不慌不乱。”赛后,许恩阳总结了自己的夺冠经验。

带领学员参加中国式摔跤的比赛,李昭阳教练感到十分高兴:“在摔跤场上,两名选手是面对面的直接较量,这不仅有助于他们提升体能和技术,更能锤炼学员的血性与胆气。”

武警工程大学军用角术俱乐部选出10名运动员组队参赛,取得2个第三名、4个第五名,并且取得甲组团体总分第七名的好成绩。

为了备战本届中国大学生中国式摔跤锦标赛,队员们在两位知名教练董雅臣、王来宁的率领下,进行了为期一个月的系统性强化训练,有针对性地提升了技术应用、战术意识和临场应变能力。

在男子甲组60公斤级的比赛中,来自武警工程大学代表队的陈帅将武术的步法、发力技巧与战术思维巧妙融入摔

跤比赛中。凭借敏捷的移动和精巧的发力,他最终取得了该组别第五名的好成绩。

他的队友李嘉楠在男子甲组82公斤级比赛中获得第三名,将军校学员优良军事素养转化为竞技体育的优势。比赛中,李嘉楠展现出作风硬朗、意志坚强的特点。尤其在相持与逆境中,他经常凭借沉稳坚韧的心理素质与永不放弃的战斗精神拖垮对手,逆转局势。

中国式摔跤是一项深具文化底蕴的民族传统体育运动,融合了技巧、对抗与智慧。对于军队院校的学子们来说,这项运动不仅能强健体魄,更有助于培养他们坚韧不拔的意志。

下图:武警工程大学学员李嘉楠(左)在男子甲组82公斤级比赛中获得季军。

盖戈摄



中国式摔跤的演变

■黄浩然 徐浩坤

军体小知识

摔跤,是一项古老的民族传统体育项目。自诞生时起,就与军人有着密切的联系。

所谓摔跤,是两名运动员按照一定的规则徒手相搏,以各种技术和技巧摔倒对手。

摔跤,产生于原始社会。原始人在狩猎过程中,在人与人或部落与部落之间的冲突中,利用徒手搏斗的形式,以求得食物或自卫,从而产生了摔跤。后来,人们有意识地练习和传授这些技术,经过不断发展,摔跤演变为一项体育运动。

早在5000多年前的黄帝时代就有了古代摔跤活动。据《礼记·月令》记载,周代把角力、射箭和驾车三者列为军事训练项目。

由于我国历史悠久,地域广阔,摔跤的名称繁多。古代还将摔跤称为角抵、角力、相扑、争跤、掼跤、摔角等。新中国成立后,为了与古典式摔跤、自由式摔跤等奥运项目相区分,最终定名为“中国式摔跤”。

古代式摔跤强调上肢动作,不允许使用脚绊,主要通过手臂和肩膀的力量来控制对手的重心。相较之下,自由式摔跤则允许使用脚绊,动作更为灵活,注重使用全身力量进行缠斗,通过累积分数或压制双肩获胜。中国式摔跤,常以“穿裆腿、系腰带”为服饰特色,注重瞬间的技法精度,禁止攻击下肢,在比赛中选手倒地即分高下,规则简洁,充满东方智慧。

古式摔跤强调强调角抵之术,角为角逐、角斗之意,术是方法。如今角斗进军营,向实战化靠拢,军用角斗就应运而生。

军用角斗,就是在古式摔跤技术的基础之上增加了一招制敌的内容,提升对抗性和杀伤力,还能锤炼官兵勇敢、果断、坚毅、顽强和拼搏的精神。

军用角斗,其内涵实则是徒手格斗制敌之术,官兵在训练中强化一招制敌的本领,在未来战场的直接对抗中就能获得更大的胜率。

军体擂台

第一个冲过女子3000米跑的终点后,冯雪娜顾不上擦汗,转身就给连队的女兵王振青加油。看到王振青冲过终点线,跑出了自己的最好成绩后,两位姑娘兴奋地拥抱在一起庆祝。

冯雪娜和王振青都来自沈阳联勤保障中心某团话务连,三尺机台是她们的主战场。

为了强化官兵体能,该中心近日组织了群众性军事体育比武竞赛。报

中国大学生中国式摔跤锦标赛落幕,军校学员表现不俗——