

9月16日,在长安常宁生态体育训练比赛基地举行的第十四届全运会男子10米气步枪团体赛中,我省东京奥运会冠军杨皓然率队友杜林澍、刘禹岐摘得金牌,为我省赢得本届全运会正式开幕后的首金。

此前,在男子10米气步枪混合团体比赛中,我省射击队也夺得了金牌。

我省射击队一直是国内的一支劲旅,这届全运会与以往略有不同的是,在常静春、张胜阁等名教练带领下,新一代的领军人物和小将们逐渐崭露头角,茁壮成长起来。

摘得本届全运会正式开幕后的我省首金,河北射击队——中坚「硬核」,小将崛起

河北日报记者 赵瑞雪



9月16日,河北射击队的教练王昆(左一)、谭万明(右一)与运动员刘禹岐(左二)、杨皓然(左三)、杜林澍(右二)站在冠军领奖台上。
河北日报记者 耿辉摄

现场:一次关键的暂停

“回归自己的动作,不要去想其他问题,专注你的单发。”赛后,刘禹岐回忆起教练常静春在比赛对他们说的这句话,认为这可以说是改变第十四届全运会男子10米气步枪团体金牌归属的转折点。

9月16日当天的男子10米气步枪团体金牌赛,与浙江队一同闯入金牌赛的我省射击队,原本发挥神勇。杨皓然一连打出10.6环、10.9环等优异成绩,率领队友很快以6:0遥遥领先。这时,浙江队叫了一次暂停。随后,在以0.3分的细微差距再丢两分后,他们的“手感”忽然来了,比分开始猛追。

8:2,8:4,眼看双方比分到了8:6,浙江队快要追平了。形势紧迫,常静春果断地叫了这次暂停。

这场比赛我省的参赛选手杨皓然和刘禹岐,都是常静春的弟子。喊了暂停后,他没有去管稳定发挥的杨皓然,而是径直走向从神态和动作上看都有些微起伏的刘禹岐,向他叮嘱一番;又轻轻拍了拍另一位运动员杜林澍的肩膀,细说了两句。

接下来,被很多人啧啧称奇的事儿发生了:下一轮,杨皓然、杜林澍、刘禹岐相继打出10.7环、10.5环、10.8环的高分,顺利拿下两分;随后又连胜两局,将领先优势进一步扩大,以14:8拿到赛点;最终,在一次失利和两次戏剧性的“打平”后,我省射击队以15:11夺得了胜利。常静春第一时间向他们送上了掌声和祝福的拥抱。

赛后,回忆起暂停时的情况,刘禹岐感谢教练常静春这次暂停的恰到好处,帮助他们稳定了心神,洗去了浮躁。

“教练和皓然围过来的时候,真的是很欣慰。队友给力,自己也没有‘拉胯’。”刘禹岐难掩激动。

“不到最后一枪,你永远不知道谁是冠军。”赛后,我省射击队领队彭多宝感慨,对于决赛里的一波三折,她尽管习以为常,深知这是射击比赛的常态,在观众席上还是忍不住揪心。

她说,上届全运会男子10米气步枪团体项目冠军还是以个人参赛成绩相加的方式决出,这一届改变了赛制,用资格赛、决赛的方式决出,比赛的偶然性进一步增加,更加考验运动员们的心态。

结果证明,久经大赛磨炼的杨皓然和长期在国家队训练的刘禹岐,在关键时刻能“HOLD”住。初出茅庐的小将杜林澍也顶住了压力,在发挥不佳的情况下能及时调整。大家齐心协力,终于为我省拿下了这枚宝贵的金牌。

团队:一群小将的崛起

“上一届全运会,我省射击项目的金牌基本上都是由庞伟、杨皓然这些老将拼来的。”彭多宝回忆。

年仅25岁的“老将”杨皓然是我省射击队的中坚力量,全运赛场堪称他的“福地”:2013年的第十二届全运会,17岁的他从一众奥运冠军、世界冠军手中,夺得男子10米气步枪金牌;出征里约奥运会失利后,他在2017年的第十三届全运会重新起步,以2金的成绩强势回归;本届全运会至今,杨皓然已经取得了2金1银的好成绩。

如今的杨皓然,表现相当“硬

第十四届全运会的大幕已经拉开,竞技场上,健儿们的激烈比拼,吸引了众多人的目光。

这也难怪。因为一方面,许多竞技项目普及程度高,拥有数量可观的拥趸;另一方面,全运会奥运冠军、世界冠军、亚洲冠军、全国冠军等各类冠军选手云集,比赛水平高,他们训练中顽强拼搏、赛场上奋勇争先的故事,也自带热度和流量。

但如今的全运会,不只有竞技比赛,还有群众赛事活动;不只是专业运动员的“华山论剑”,也是健身达人的大舞台。

体育强国的基础在于群众体育。作为全运会重要的改革,第十三届全运会设立了群众组。本届全运会进一步扩大群众参与,项目进一步增多。除了比赛项目,还针对参与人数众多的广场舞、广播体操、健身气功、太极拳等4个项目,设置了展演项目,给了更多人特别是中老年人参与的机会。

这进一步激发了群众的健身热情——没有训练补贴,哪怕顶着烈日也要起早贪黑训练提升;无缘进入决赛一展身手的大叔大妈,居然也会难过得哭鼻子。这些身边人的全运故事,这些动人的场景,既生动诠释了全民健身战略唤起的民众对于体育健身的热情和日益增强的健康意识,又从侧面反映了以人民为中心的“全民全运”的巨大吸引力。

“灿烂星空,谁是真的英雄,平凡的人们给我最多感动。”相对于属于专业运动员的竞技场,属于大众的群众赛事活动或许离我们的生活更近。如果说专业运动员拼搏奋斗的故事带给我们的是青春洋溢的正能量,那么,群众参赛者的经历带给我们的则是朴实又真实的温暖。

在关注竞技比赛的同时,也别忘了为群众选手喝彩。喝彩的同时,也别忘了像他们一样,积极参加体育锻炼,从中收获更多的获得感、幸福感。

我的全运故事

石家庄市桥西区居民颜惠敏等做操做上了全运会

河北日报记者 张镜

“没想到我们普通老百姓也能登上全运会的舞台,这段备战经历太让人难忘了。”9月13日,虽然距离参加第十四届全运会第九套广播体操团体赛城市街道(社区)组比赛已经过去一个多月时间,代表我省参赛的石家庄市桥西区裕西街代表队队员颜惠敏仍激动不已。

广播体操作为大众普及率较高的健身项目,深受群众的喜爱。本届全运会,有着70年历史的广播体操作为群众赛事活动展演项目首次登上全运会舞台,在疫情防控常态化背景下,首次采用上传视频方式线上参赛,通过决赛进行线下评审最终评出各类奖项。

“我们坚持每天做15分钟广播体操两三年了。”今年63岁的颜惠敏是石家庄一家健身俱乐部的负责人,她说,今年6月,听说本届全运会群众赛事活动展演设立了广播体操项目,俱乐部就开始每天抽出专门时间积极练习。

“群众对于广播体操的热爱超出我们的想象。”省体育局群体处一级调研员宋丽萍介绍说,今年7月初举办的“我要上全运”河北省广播体操展演活动线上选拔赛,共有1000多人参加,上传视频187个。经过专家评审,7月11日,颜惠敏和另外28人胜出,开始了为期13天的城市街道(社区)组集训备战。

没有训练场地怎么办?经过协调,集训队员每天上午9时前可以使用石家庄市裕彤国际体育中心二楼的一间排练厅;没有教练怎么办?省体育局选聘广播体操方面的专家丰志杰、徐华、王平勉手把手地教。

广播体操普及率虽高,但易学难精,个人动作的到位率和整个队伍动作的同步性是裁判打分最重要的标准。集训队员中既有教师、公安民警,也有私企员工、老板,还有退休职工,平均年龄53岁,一些人还有伤病,如何提升他们做广播体操的美感?

“一点点地抠。”河北师范大学副教授丰志杰说,集训从基本功抓起,出现动作不到位时,就喊一拍做一拍纠正。经过反复练习,动作如果做到位了,就稍停一下,让队员们回想回想,“留住肌肉的本体感觉”。

7月的石家庄,正是炎热的时候,虽然集训安排在早晨进行,但两个小时练下来,队员们都会汗流浹背。

63岁的梁国跃四肢协调性不好,但集训中的认真劲儿却一点儿也不输其他队员。爱出汗的他每天带5件背心,随时准备更换。“都有希望参加全运会了,多光荣啊,苦点累点算啥?”梁国跃说,老伴儿之前也参加了“我要上全运”河北省广播体操展演活动线上选拔赛。他参加集训后,为了支持他,老伴儿就把带孙子孙女、做饭等家里的大事小情都揽了过去。

53岁的吴梦棠患有滑膜炎,行动受限,有时候连蹲下都比较困难,就套了两个护膝坚持参加集训。决赛当天拍完视频那天,她每10分钟就要喷一次药。

“有的队员住在西三环外,为准时参加集训,每天不到5点就要起床,捱饿捱饿,赶6点半的第一班地铁前往训练场。”颜惠敏说,集训期间有两天下雨,但队员们没一个迟到的。

对着大镜子纠正动作,闭着眼睛把动作练到位后再睁开眼找肌肉的本体感觉,录下集训视频反复观看找不足,每天的集训课结束后自己再找时间加练……大家全身心投入,精益求精,动作美感日益提高。经过进一步筛选,20人进入决赛名单。

“参加集训的积极性都很高,都想能跻身全运会,所以决赛没上场的队员难过得都哭了。”宋丽萍回忆。

7月24日,石家庄市桥西区裕西街代表队的20名队员整装待发,精神抖擞地走上决赛视频录制现场。最终,他们获得了最佳人气奖。

“知道我参加全运会并获奖了,最近一段时间总有朋友打电话、发微信问和广播体操相关的事。”颜惠敏高兴地说,“现在,我们俱乐部日常锻炼增加了做广播体操的时间,身边越来越多的健身爱好者准备加入呢。”

快评

为群众选手喝彩

张镜



防疫,全运会的“第一战场”

河北日报记者 杨明静

“你好,请打开全运通,并出示全运码……”记者乘火车抵达西安的第一时间,前来接站的志愿者就开始对记者进行“健康检查”。

为做好第十四届全运会新冠肺炎疫情疫情防控工作,西安疫情监管系统全运通APP于7月11日正式上线。来陕前,记者就接到通知要提前下载这个APP,里面设置核酸检测结果、新冠疫苗、健康打卡、防疫健康信息四个板块。记者需按要求每天在里面打卡上报体温。抵陕前,除接种两针新冠肺炎疫苗外,记者还需进行不低于三次、最后一次距离抵达西安48小时内的核酸检测,同时同步上传检测证明等,从而保证APP内四个板块

均为绿码。

第十四届全运会是自新冠疫情暴发以来,国内举办的规模最大的体育赛事,疫情防控绝对是头等大事,可以说是全运会的“第一战场”。细致而又严格的疫情防控工作,让记者感触颇深。

在火车站检查完所有绿码后,志愿者引导记者们通过绿色通道前往乘车点,再进入媒体记者村。到达媒体记者村后,记者们集中进行测温,再次出示四个绿码,再次进行核酸检测。

根据相关要求,进入媒体记者村后,记者们须时刻保证48小时内的核酸检测阴性结果。为保证记者们能随时进行核酸检测,媒体记者村内常设两处核酸检测点,从

早6时至晚24时免费提供检测服务。进村人员还需每日持续进行体温测量,关注是否有发热、咳嗽等症状,并打卡。

媒体餐厅里,每个餐桌上都设置了挡板;记者村房间、服务中心等各处摆放着免洗消毒洗手液、消毒湿巾、口罩等防疫物品,供大家随时随地取用……

本届全运会除西安赛区外,还在陕西多地设置不同项目的赛区。为实现所有行程闭环管理,记者们如到西安之外的赛区采访,需统一乘坐组委会班车,点对点到相应赛区。抵达其他赛区后,需第一时间进行核酸检测。部分赛区甚至需要每24小时进行一次核酸检测。

不仅仅媒体记者村内管控严格,为做

好疫情防控工作,第十四届全运会坚持“一赛事一方案、一场馆一方案、一群人一方案”,严格执行“疫苗接种+21天隔离或14天健康监测+核酸检测+闭环管理”的防控措施,力保赛事期间疫情“零发生”,确保涉赛参赛人员健康和生命安全。

第十四届全运会铁人三项比赛在陕西省汉中市举办。新闻发布会上相关负责人表示,该项目赛场外圈全部做到了封闭隔离,所有入场人员必须持证并通过安检后才能入场。所有运动员和裁判员全部入住指定接待酒店并实行封闭隔离,出入酒店采用专用车辆点对点运输,以确保疫情防控措施到位。