

中国版 刀锋战士



李茂大在训练中奔跑。 新华社发

新华社青岛5月24日电(记者王凯)5月的午后,骄阳已按捺不住辣意,在李茂大的脸上留下片片痕迹。被称作中国版“刀锋战士”的李茂大像往常一样在田径场上飞奔着,他心中只有一个念头:拿到全运会冠军。

训前拉伸、慢跑热身、专项训练、力量辅助……在教练吴艳英的指导和辅助下,青岛市残疾人体育中心田径队队员李茂大先是进行了充分热身,然后进行了专项短跑训练和力量辅助训练。虽然穿着假肢,但李茂大动作标准,热身到位,发力精准,一套假肢和他的身体融为一体。

“假肢是我的好朋友,我身体的一部分。”身材高大的李茂大总是随身背一个书包,包里专门装着这支专业的跑步假肢。换上跑步假肢后,李茂大只在塑胶跑道等软底的场地才敢使用,如果要经过水泥砂石路面,他会蜷起假肢腿,用另一只腿一蹦一跳地跳过路面,直到跳到塑胶跑道才敢着地。

2015年9月13日,在第九届全国残运会暨第六届全国特奥会男子T42级100米决赛进行时,李茂大在鸣枪出发后假肢意外脱落,远远地甩到一边,李茂大也重重摔倒在跑道上。但李茂大很快站起身,不顾膝盖、胳膊肘、肩膀等身体多处擦伤,艰难起身,捡起假肢,用单脚蹦到了比赛终点。

3天后,在T42级200米的跑道上,李茂大最终获得冠军并刷新全国纪录。

“我们残疾人没有什么不一样,敢拼才会赢。”李茂大说,在日常训练中,自己绝对服从教练安排,无论寒冬还是酷暑,训练都放在第一位,每天都会认真按照训练计划奔跑在田径场上。

李茂大的事迹在网上传开后,有网友评论说:“你站在起跑线那一刻就赢了!”

2009年,李茂大在挖泥船上操作工程机械时右腿受伤。李茂大并没有沉浸在受伤的痛苦中,他在适应假肢的同时不断锻炼身体,于2013年以轮椅击剑运动员名义开始从事残疾人体育事业,此后在全国轮椅击剑锦标赛中获得第六名的成绩。随后,李茂大转练田径项目并在2014年的全国残疾人锦标赛中取得了T42级100米、200米的冠军。

国际奥委会主席巴赫

为举办奥运会必须做出一定牺牲

新华社北京5月25日电 国际奥委会主席托马斯·巴赫日前申明东京奥运会将会按计划如期举办,他表示,“为了举办东京奥运会,我们必须做出一些牺牲。运动员的奥运梦想一定能实现”。

对于巴赫“牺牲”这一表述,

招致部分日本媒体和民众的不满。国际奥委会一位官员解释说,巴赫指的“我们”不是日本民众的牺牲,而是奥林匹克大家庭中的每一个人。

尽管全球疫情形势依旧不容乐观,但国际奥委会对于安全地举

办奥运会充满信心。巴赫表示,有超过70%的运动员和工作人员已经接种了新冠疫苗,之后这一数字还会不断增长。同时,国际奥委会决定,将为日本约2万名奥运会工作人员提供疫苗,确保运动员们在一个安全的环境里比赛。

球服当校服 人人是球员

一所小学诞生258支“优等生”球队

高、瘦、黑,少见“小眼镜”“小胖墩”,个个穿着标有球队名称的球服,脸上洋溢着阳光自信——宁夏中宁县第九小学两千多名学生放学的景象颇为震撼,他们口中念诵着经典,活力扑面而来。

“烈豹队”“精灵队”“飞虎队”……全校43个班级,每个班级各有男女篮球队、足球队、乒乓球队共六支球队。并且,中宁九小连续25次在全县小学教学质量检测中,综合成绩排名第一。

“学业与球技并进,知识和运动共舞”的体教融合理念,在中宁九小成为现实。



中宁九小五年级篮球队女队员在体育课上打篮球。 新华社发

每天一节体育课 全员上阵不停歇

创新体育课模式是中宁九小推进体教融合的“杀手锏”。

“教会、勤练、常赛”是学校体育教育的核心——“教会”才有兴趣,“勤练”方能健体,“常赛”才可锤炼意志。

学校取消每天运动效率并不高的40分钟大课间,将其改为每天20分钟晨跑,加上以年级为单位每天上一节体育课,以球类运动教学为主,确保每名学生每天扎实运动1小时。

小满初至,阳光热烈。操场上,篮球撞击地面的声音此起彼

伏。五年级七个班级的学生被划分为足球、篮球、乒乓球三个大组,在各自教练指导下,同上一节体育课。

绕圈跑步、成列跳跃、绕桩拍球……充分热身后,篮球组学生在教练指导下,男生轮流上篮,女生列成两队面对面胸前传球,随后男女交换运动模式。

哨声一响,男生组分为两队,列队鞠躬致意后,开始五人制篮球赛;女生组在助教指导下进行拍球、传球等活动,没有一个人闲着。

“学生掌握一项球技后,体育课四十分钟一直运动,绝不‘放羊’,这样才能真正达到锻炼效果。”中宁九小校长刘明星说。

作为优质教学资源相对匮乏的县城小学,中宁九小只有3名在编体育教师。为保证学生受到尽可能专业的教育,学校聘请校外专业人士及本校有相关特长的教师代课,班主任担任助理教练。

“教师考核、绩效都和学生体育成绩挂钩,没人占用体育课。”数学教师兼乒乓球教练张立玲说。

读书不忘运动 运动不忘读书

“我们以前一直觉得孩子如果打球好学习就不行,但校篮球队的学生个个品学兼优。”篮球教练杨海强欣慰地说。

11岁的控球后卫杜庆霖在篮球场上挥汗如雨。从二年级起,他便开始接触篮球,球技随着兴趣渐浓而突飞猛进。作为队长,他曾带领队员在校级、县级联赛中获奖,学习成绩亦是名列前茅。

“上课久了会觉得没精神,但是打完一场球,就‘满血复活’了,我觉得打球不但不会影响学

习,还能帮助我集中注意力。”杜庆霖说,他曾经内向寡言,遇事畏缩不前,篮球让他变得勇敢——他渴望冲锋在前,为班级赢得更多荣誉。

“读书和运动是让孩子终身受益的事。”在大力推进体育教育同时,中宁九小着力培养学生阅读习惯,要求上下学、早操前及体育课前都“口中诵经”,刘明星还制定了“考试不及格不能进入校队参加联赛”的校规,激励学生努力学习。

令刘明星感动的是,学生每

“将孩子推到阳光下、赛场上”

为实现“以球润德、以球健体、以球启智、以球育美”的教学目标,刘明星十分注重比赛对于学生成长的促进作用。

一场市级球类联赛,他和副校长张东往往不计麻烦,组织800多名学生参加。每学期开学,全校所有学生都要参加为期一个月的“小骏马”杯班级联赛,成绩以荣誉榜形式张贴在宣传栏里。

“比赛只是手段,培养学生对运动的热情及坚韧不拔的品格才是最终目的。”刘明星说。

全员参与,也让更多“苗子”脱颖而出。学校篮球队在2018年获得全国小篮球联赛两个全国大区赛冠军,并数次在区、市、县级比赛中夺冠。

德育也贯穿在体育教学中。“友谊第一、比赛第二”的理念、团结一致攻克难题的决心、对教练的感恩、规矩意识……都潜移默化融入了学生脑海。

“要想铲除一块地里的杂草,最好的办法是种上庄稼。”刘明星说,当一个孩子在校园里热

衷于一项运动时,很多教育问题会迎刃而解。

中宁九小的心理咨询室已久未启用,改成了团员活动室。“一到球场,每个学生都阳光、自信,这胜过任何心理咨询。”学校外聘的足球教练米建利说。

如今,中宁九小有了“人人会打球,男女齐上阵”的浓厚运动氛围。“很多学生成了运动爱好者,现在我明显感觉到六年级有些孩子打得比我好了。”张立玲说。

据新华社电