

比完赛写作业 看看谷爱凌如何“体教融合”



“易”语中的

这正是比你优秀的人不可怕,可怕的是比你优秀的人却比你努力。

1月20日晚,2020年冬青奥会结束了女子自由式滑雪U型池决赛争夺,中国16岁入籍选手谷爱凌以93.66分轻松夺冠,这是中国队在本次青冬奥会上获得的第二枚金牌。这也是中国归化运动员历史性的第一金

归化运动员、天才少女、混血美女、美国名校,别人家的孩子真的是上天眷顾吗?看看18日谷爱凌夺得银牌之后的

采访,或许就能找到答案。

谷爱凌说自己没时间庆祝,因为还有作业要做,她希望在未来一年里完成2年的高中课程,提前毕业以获得更多的时间专心备战2022年北京冬奥会。而据媒体报道,谷爱凌就读的高中被称为硅谷的“人大附中”,想从这里顺利毕业可不容易,更何况用别人一半的时间完成。除滑雪外,谷爱凌还喜欢越野跑、足

球、篮球、攀岩、骑马等多项运动,还擅长钢琴、芭蕾、音乐剧表演等才艺。

这正是比你优秀的人不可怕,可怕的是比你优秀的人却比你努力。没有付出就没有收获,谷爱凌的成功,是她从小训练的成果。谷爱凌从3岁开始学习滑雪,中间也经历了无数难以言说的磨难。她的周末不是用来玩的,每个周末,她都要去滑雪场训练。现在,她还是一名学生,训练的时间比起专业运动员来说,少之又少,日常需要专注于学习、社区活动等,只有在周末才能开车到很远的雪场学习滑雪。

对她来说,在比赛结束后的汽车和飞机上完成作业已是家常便饭。在训练过程中,一个动作可能要重复好几遍才能成功一次,也累积了不少伤病。但谷爱凌从不叫苦,对于自己喜爱的事情,爱凌愿意投入精力和时间,这种自制力让爱凌妈妈都“自愧不如”。

体教融合,近年来全国各省也都在不断尝试新型竞技体育人才培养模式,或许从谷爱凌就是体教融合最好的典范,而最关键的一点其实就是自身的努力。

(易龙吟)

梯队效应显现 中国女乒剑指东京



甄才“品”能

女乒已从“百花齐放”的单兵作战转型成具备梯队优势的队伍。

丁宁、刘诗雯、朱雨玲、陈梦,这4个人的名字自2014年东京团体世乒赛开始已经连续三届“霸占”着冠军的位置。日前,中国乒协公布了2020年釜山世乒赛的参赛人员名单,除了她们4人外,孙颖莎也同样入选。这意味着全力出击的女乒在向五冠王的头衔进发。

丁宁和刘诗雯是从2010年开始成为中国女乒主力踏上世乒赛的赛场,从“兵败莫斯科”至今,他们二人早已从初出茅庐成长为中国女乒的中流砥柱;陈梦是去年外战输得最多的一名选手,却也是中国女乒巡回赛夺冠次数最多的选手,和触底反弹的朱雨玲同为中生代,有着丰富的经验以及过人的水准;在新生代的竞争中,孙颖莎去年在内战和外战中都有出色发挥,而王曼昱目前却遭遇困难和瓶颈,想要撑起女乒的未来,似乎还

要继续向师姐们学习。

1月初的时候,日本乒协公布了东京奥运会的参赛阵容。作为“养狼计划”催生出对手,也曾一度让人喊出“狼来了”的口号。

但是令人欣喜的是,从此役的排兵布阵可以看出,女乒已从“百花齐放”的单兵作战转型成了具备梯队优势的一支队伍。在笔者看来,中国女乒这份参赛名单,是老中青三代球员的完美融合。

本次世乒赛在参赛选拔上,国乒打破了原有的规律,而这一切的目的,无非是为了东京奥运做准备。要知道,在男女两分名单中,除了在年初直通赛中获得资格的樊振东、朱雨玲,根据国乒奥运会主要对手打法,球队奥运会上可能面临的形势。硬件已经完备,如何排兵布阵就将是国乒教练面临的幸福烦恼了。(王品燊)

集体迷失 英超“争四团”需亡羊补牢



“刚”柔并济

“争四团”此时再不出手,英超怕是要越来越“冷”。

上周,英超“争四团”曼城、热刺、阿森纳和切尔西3平1负结伴丢分。豪门集体栽跟头,让不少球迷觉察到了当下英超的一丝悲哀:那些曾经高高在上的俱乐部都衰退到这地步了,还不想法拿出点新招新人?

不可否认,英超“争四团”同时不胜,有一点偶然的成分。但各家的表现都不是那么地有说服力,不能击败对手也是因为又犯了一堆老问题。

以热刺为例,在短暂的“换帅红利期”之后,穆里尼奥并没有找到化解热刺困境的根本解决办法,相反凯恩的受伤还加重了球队重回轨道的难度。而此时再看看让人跌破眼镜的曼城和切尔西,他们不能全取三分的症结也是老套路。

值得思考的是,瓜迪奥拉最近也开始公开承认“消费降档”。在平局之后,

曼城主帅提到了蓝月“必须努力确保下赛季的欧冠入场券”。但现在他们的主帅却要强调“不能跌出前四”,目的是为避免球队在失去夺冠希望之后一路不停地下滑。

此前被英媒造势为“拥有1.5亿引援资金”的切尔西,在禁转令解除后也仅仅是做了一笔预备队引进。同时主帅兰帕德亦有些改变口风,从之前的“要积极参与转会市场”变成了“不排除冬天不买人的可能”。

能够猜测到的是,冬窗特别适合出手的目标确实很少,再加上英超人脉不够广泛,买人又向来需要大量溢价,被敲竹杠也难买到好货就增大了英超诸强引援的难度。但有难度就得硬挺下去么?转会窗就快关闭,欧战也要回来了。此时再不出手,英超怕是要越来越“冷”。

(余敏刚)



广“字”视角

有人就是能凭着一股不服输的精神,硬是把这裂痕重新弥补起来。

“让我们把掌声送给八一队的邹雨宸,这是他时隔3年再次出现在CBA赛场。”伴随着吉林主场MC的致敬,八一男篮队员邹雨宸久违的复出,成为了第29轮CBA最值得纪念的瞬间。

为什么人们总对这样的事情充满着真挚的感情,因为坚持就是竞技赛场上最美好的品德。时隔1064天之后,邹雨宸终于回来了。2017年夏天,邹雨宸出战热身赛时左膝十字韧带撕裂,2018年为了备战亚运会,在并未完全康复的时候着急复出,左膝再次遭受十字韧带断裂……3年的时间,邹雨宸在受伤、治疗、复健、复出、受伤的循环中沉寂,鲜有音讯。

没有走上竞技体育的舞台,你便永远也无法体会到伤病对一个人心灵的折磨,也永远无法想象运动生涯从巅峰到低谷再从低谷中走出,需要多么强大的

毅力。从踏进体育这道大门的那一刻起,所有的运动员都曾梦想过自己有朝一日能身披国家队的战袍,为国争光。这一伤,撕裂了他们坚持已久的梦想。但有人就是能凭着一股不服输的精神,硬是把这裂痕又重新弥补起来,重新出发——邹雨宸做到了。

八一队,在这个没有外援的集体中,国内球员可以获得更多的上场时间,也能让邹雨宸慢慢找回状态。这个集体中还有始终支持他的“邛哥”。或许,这也是支撑邹雨宸回归、追求曾经的自己的动力。

现在,邹雨宸24岁了,他还年轻,他要努力追寻上曾经的自己。尽管伤病让他无法打球,但重新审视自己的训练、生活和职业生涯。因为坚持了就没有什么怕的。(王宇怀)

