

内蒙古全民健身



内蒙古队(蓝色)出战毽球大学组男子三人赛。 本报记者 王磊 摄

网球项目男子团体比赛中,内蒙古运动员任毅奋力一击。 本报记者 王磊 摄

内蒙古队队员参与武术套路校园组角逐。 本报记者 王磊 摄

运动场

青春赛道我们一起拼!

□本报记者 柴思源

11月15日,随着最后一个比赛项目女子长拳+剑术全能比赛的结束,第一届全国学生(青年)运动会在广西南宁落下帷幕。学青会为2万多名青年和学生铺就了一条青春赛道,在这场继续开来的体育盛会里,内蒙古青少年运动员带着自信、开放、向上的昂扬锐气,展现竞技体育追求卓越而奋斗之美,展示内蒙古体教融合的新气象新成果,谱写新时代的青春乐章。

为梦而战,人人皆是冠军

本届学青会,内蒙古自治区及呼和浩特市、赤峰市代表团共有413名体育健儿参与田径、拳击、柔道、跆拳道、轮滑等25个大项的角逐中,最终斩获3金4银10铜的战绩。

一直以来,摔跤、柔道、拳击等重竞技项目都是内蒙古的传统优势项目。首届学青会赛场,来自内蒙古的青少年运动员让全国看到了内蒙古重竞技项目雄厚的后备人才基础。柔道项目赛场,内蒙古12名运动员参加6个级别的比赛,周佳夺得女子-57公斤级冠军,苏雅拉获得男子-60公斤级亚军。在学青会跆拳道项目中,内蒙古运动员车品毅获得男子-68公斤级铜牌,吕宇斌获得男子-80公斤级铜牌。在11月7日进行的学青会国际式摔跤比赛中,内蒙古运动员图格格稳扎稳打,以6比1战胜海南选手高飞龙夺金。

获得金牌后,柔道运动员周佳回顾了自己的参赛历程:“我的赛前备战阶段就是不停地训练,听从教练的指挥,按照教练的安排进行针对性的训练。到比赛中我也没有

想得太多,没有一直想着拿冠军,一场一场地往上去打,只想做好动作就行了。”成为冠军,不仅要展现良好的技术动作,还要有优秀的心理素质,周佳希望能在接下来更多比赛中延续好心态。她说:“我觉得比赛时最重要的就是自信,要相信我能、我行、我可以。希望未来能够赢下更多冠军!”

一个个潜力之星在学青会的舞台上脱颖而出,一幕幕顽强拼搏的赛场瞬间在青春记忆里熠熠生辉。这场激情四射的青春之约里,内蒙古体育健儿为荣誉而战,更为了梦想拼搏。

在广西民族大学思源校区的体育馆里,内蒙古代表队的毽球运动员们追逐着飞舞的毽子,用脚传递、扣杀,用身体拦网,将这项“足尖羽毛球”运动发挥得淋漓尽致,与来自全国各地的毽球少年们为观众带来一场场高燃对决。

“我们其实都是练习藤球的运动员,为了参加这次比赛,我们进行了为期1个月的集训备战。”内蒙古毽球运动员王泽鹏说。此次代表内蒙古出战的运动员来自呼伦贝尔市牙克石一中和呼伦贝尔职业技术学院。藤球和毽球在技术动作上有相似性,技战术上也存在差异。内蒙古毽球队22名运动员在备战阶段耐心磨合,成了毽球和藤球都能玩得转的好手。

“我们的学姐韩凯跟随国家女子藤球队征战杭州亚运会,她是我们的榜样。我们希望能够通过这些大赛的历练让自己的技术和心理

都更加成熟,争取站上国际赛场!”更高的目标在王泽鹏和他的队友们心里深深扎根,大赛让他们和强者相遇,遇见更好的自己。

夯实塔基,体教融合促成长

第一届全国学生(青年)运动会是我国深化体教融合的有益探索,设立公开组和校园组。公开组设项对标奥运会,更多承接了过去城市运动会、青年运动会的功能作用,注重挖掘和培养体育人才;校园组则聚焦在学生群体中普及发展较好的项目,重在通过体育运动促进青少年健康成长。

在学青会校园组赛场,记者接触到不少青少年运动员,他们在课堂和训练场奔波,紧张的训练和学习节奏让他们更加自律,这些看上去更像是“普通学生”的学生运动员,在运动成绩层面展现着不逊于专业运动员的实力。

在学青会武术套路校园组大学男子对练的决赛中,内蒙古运动员魏来、姜勇琪、陈钰坤3人以一场双刀进双枪的集体对决赢得9.700分,一举夺银。在中学女子对练比赛中,由贾善怡、李彬、王敬乔组成的双刀进双枪队伍默契配合,凭借扎实的武术套路功底和稳定的现场发挥,最终以9.666分的成绩摘得铜牌。

代表内蒙古出战武术套路校园组比赛的中学生运动员全都来自内蒙古北重三中。随队的体育老师卢芯说:“这次参加比赛的运动员都是高中生,他们备战阶段要平衡好繁重的课业任务还有训练任务。”内蒙

古北重三中是一所有着深厚武术底蕴的学校,也是自治区体育传统项目学校。学校武术队先后斩获400多个区内外单项冠军,还先后向北京大学、中国人民大学、北京体育大学等国内各大知名高校输送了近百名高水平运动员。“站上学青会这样的赛场对我们来说意义重大,不仅可以让学生积累比赛经验,也是一次难得的学习机会。”卢芯说。

学青会不仅是对竞技体育后备人才储备情况的一次检阅,更重要的是引领带动体育运动的普及提高,切实提升青少年学生体质。

自治区体育局青少处处长史小平表示,自《内蒙古自治区关于深化体教融合 促进青少年健康发展的实施意见》颁布实施以来,内蒙古以青少年体育需求为导向,充分发挥体育综合育人功能,把体育教育和提高学生体质摆在更加突出的位置,推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。从检阅、培养内蒙古竞技体育后备人才来看,内蒙古参赛选手在学青会赛场上顽强拼搏,屡创佳绩,展现出了良好的精神风貌和竞技状态。希望通过学青会的舞台,更多的青少年了解体育、喜欢体育、参与体育、从事体育。

接下来,内蒙古将持续深化体教融合,着力推动体校与中小学校合作,联合建设一批体育传统特色学校,规范青少年体育社会组织建设,支持青少年俱乐部发展,培育更多青少年体育品牌活动,扎扎实实筑牢竞技体育基础,为青少年健康成长、全面发展搭好桥梁。

百余名残疾人共享运动乐趣

□本报记者 李存霞

为丰富残疾人文化体育生活,鼓励残疾人走出家庭、融入社会,营造助残扶残新风尚,日前,赤峰市喀喇沁旗残联联合喀喇沁旗文化旅游体育局,举办了以“生命阳光、激情绽放”为主题的喀喇沁旗第一届残疾人运动会。

本届残运会设有乒乓球、羽毛球、50米竞走、足球定点射门等10个比赛项目,共产生33枚奖牌,来自全旗各乡镇的残疾人运动员、裁判员、特教学校师生等共200余人参加了活动。

羽毛球比赛中,运动员们敢打敢拼,出色的表现引得现场喝彩声此起彼伏;50米赛跑时,大家各显身手,相互加油;跳棋项目中,选手们各不相让、激烈角逐,比赛过程趣味横生;投篮、掷沙包等比赛中,运动员们克服身体上的不便,全身心投入其中;套圈比赛中,运动员瞄准奖品轻巧投掷,现场笑声连连……

残疾人运动员们顽强拼搏、争创佳绩,展现出自尊、自信、自强、自立的精神风貌。大家纷纷表示,能参加这次运动会非常开心,今后会更加积极地参与此类活动。

喀喇沁旗残联相关负责人表示,本届残运会不仅为残疾人运动员提供了一个展示竞技水平和精神风貌的舞台,也为他们搭建了一个交流平台,对推动全旗残疾人文化体育服务体系建设,进一步丰富广大残疾人的文体生活,激发残疾人参与体育活动和竞技体育的积极性,具有重要意义。下一步,我们将推进残疾人运动多元化,积极筹备喀喇沁旗第一届残疾人冰雪运动进基层活动,吸引更多残疾人共享冰雪运动乐趣。

我区开展青少年残疾人运动员选拔工作

□本报记者 李存霞

为进一步推动自治区残疾人竞技体育发展,加强残疾人运动员后备力量和人才队伍建设,今年以来,自治区残联联合自治区教育厅、自治区体育局深入各盟市选拔青少年残疾人运动员,着力建立项目分布科学、年龄结构合理、新老衔接顺畅的优秀运动员梯队。

“今年,我们赴兴安盟、通辽市、赤峰市和呼伦贝尔市等地开展了青少年残疾人运动员选拔工作,主要为田径、举重、冰雪、乒乓球、羽毛球、盲人柔道等项目选拔后备人才,共对300余名残疾青少年进行了选拔测试,通过体能测试等环节对残疾人的身体素质进行细致了解,将有运动潜力的残疾人登记在册,并就残疾人专项训练、科学运动等方面进行了专业指导,初步达成培训意向105人,通过选拔的运动员将有机会参加自治区组织的统一集训,备战2025年全国残疾人运动会。”自治区残联宣教部一级调研员刘学军介绍说,同时,我们依托自治区残疾人综合服务平台,启动全区残疾人运动员数据库建设,探索开展残疾人运动员动态管理。

据介绍,自治区残联积极动员各级残联广泛开展残疾人趣味运动会、残疾人那达慕等群众性体育活动,在各项活动中发现和培养残疾人体育人才,并着力打造残疾人体育训练基地,不断提升残疾人竞技体育水平。

快讯

柔道冠军来到我们身边

日前,杭州亚运会柔道项目团体季军、第十四届全运会冠军布和毕力格来到锡林郭勒盟苏尼特右旗青少年柔道俱乐部开展“亚运健儿进校园 榜样力量促成长”活动,同学们近距离接触冠军,感悟冠军精神。

活动现场,布和毕力格向同学们分享了自己的运动经历和心路历程,讲述自己在柔道道路上如何克服困难、坚持梦想的故事。他的奋斗精神深深感染了在场的每一位同学,让大家感受到了榜样的力量。在互动环节,布和毕力格还亲自指导同学们进行柔道基本动作的练习,让同学们亲身体验了柔道的魅力。同学们纷纷表示,这次活动让他们对柔道项目有了更深刻的理解,也更加坚定了自己追求梦想的决心。布和毕力格表示,今后将继续参加优秀运动员进校园、下基层活动,让更多人感受到体育的魅力,为青少年成长注入更多正能量。(刘立)

内蒙古体彩中心开通“心理咨询热线”

日前,内蒙古体彩中心开通的“心理咨询热线”正式上线,第一时间为购彩者提供心理疏导、解惑答疑。

据了解,为夯实引导理性购彩在销售一线的落地,强化社会公众对理性购彩的认识,对购彩者非理性行为进行识别与劝阻,减少非理性购彩行为发生,内蒙古体彩中心结合2022年购彩者理性购彩水平调研评估结果,引入外部专家力量,推动“心理咨询热线”搭建、上线,旨在帮助购彩者了解非理性购彩行为的危害,为非理性购彩者提供专业的心理咨询建议、理性的思考和应对策略。

热线服务时间为周一到周五9:30-18:30,服务热线是15647177093。该热线由专业心理咨询师团队提供支持和指导,团队成员均具备心理学或相关专业的学历背景,拥有丰富的心理咨询经验和相关资质证书。(李欣)

视点

室内健身运动热起来

□文/图 牛天甲

连日来,户外气温持续走低,寒冷的天气并没有降低人们对健身的热情,许多健身爱好者将运动场地由户外转向室内。呼和浩特市各大游泳馆、乒乓球馆、网球场、羽毛球馆、保龄球馆等场馆客流量开始增多。



畅游泳池。

冬奥会“三朝元老”的坚持

□文/图 本报记者 柴思源

申鹤觉得,用“永不言弃”来形容自己是最精准不过的了。

作为内蒙古医科大学的一名退休教师,授课曾是她最熟悉的日常。日常之外,她还有最热爱的事情——短道速滑。

31岁成为短道速滑裁判,39岁从零开始学英语,47岁成为ISU(国际滑联)短道速滑裁判员,61岁被任命为索契冬奥会短道速滑男子组比赛编排记录长,65岁成为北京冬奥会组委会体育部体育协调处短道速滑项目竞赛主任……今年70岁的申鹤是目前国内唯一的ISU短道速滑编排记录长。因为短道速滑,申鹤成为冬奥会“三朝元老”,因为永不言弃的人生信条,她把热爱的事做到极致。

12岁开始练习速滑,申鹤有过短暂的运动员和教练员生涯。在高校执教后,因为对冰场的不舍,申鹤在朋友的建议下尝试走上裁判之路。

“我当运动员没有像叶乔波那样滑过国旗;我当教练,也没有培养出像王濛那样的运动员,那么我当裁判,我就想走到最高级。”申鹤的人生轨迹总是和滑冰有着千丝万缕的“羁绊”。

想要做到“天花板级别”的ISU裁判,首先要过的就是英语关。平衡好本职工作

家庭的申鹤跟着广播电台的函授节目和电视大学学英语,她还请学校的外教把短道速滑的规则逐条朗读后记录下来,反反复复聆听,熟悉英文规则。

2000年,申鹤成为了ISU裁判,成为ISU裁判意味着有了执裁奥运会资格,“我的梦想就是能够到奥运做些什么,但那时候我没想到会让我去(执裁)奥运会。”申鹤说。

2014年索契冬奥会前,申鹤收到了来自国际滑联的任命书。她被任命为索契冬奥会短道速滑男子组比赛的编排记录长。“这

不是天上掉馅饼吗?怎么就掉到我头上了?我甚至不敢相信这是真的。”申鹤回忆自己当时的心情。

事实上,申鹤口中的幸运是靠多年的坚持和努力换来的。在此之前,她已经在世界大学生冬季运动会、短道速滑世锦赛等多项国际赛事的编排记录组积累了丰富的工作经验。随着计算机系统介入比赛,50岁时还只会开关机的申鹤开始学用电脑,赶上年轻人的步伐。“作为编排记录长,我必须掌握这些东西。现在的年轻人思维敏捷,也很能干,我没有年龄上的优势,所以我要比年轻人更努力!”申鹤说。

接收报名表,统计参赛人数,编排竞赛日程,记录运动员成绩,进行下一轮次的编组,及时下发分组表……每次比赛,编排记录长总是所有裁判员中最先开始工作的,这个位置不仅需要十足的细心和耐心,还需要丰富的经验。

到了2018年,冬奥会来到韩国平昌,因缘际会,这项繁琐而重要的工作,又落到了申鹤头上,成就了独一无二的工作经



申鹤与她的奖杯、奖牌。