

16岁的网球小将商竣程

用一次次得分装点梦想

本报记者 李硕



商竣程在训练中。

资料图片

开栏的话

体坛新生代不断成长,为中国体育注入新活力。训练场上,他们付出努力和汗水;竞技场中,他们用顽强拼搏铸就青春风采。本版今起推出“体坛新秀在成长”系列报道,聚焦那些崭露头角的青少年运动员,讲述他们的成长故事。敬请关注。

连续4周参赛,对运动员来说体力消耗极大,商竣程却在紧密的赛程中展现出顽强的意志力。北京时间3月7日,在巴西克里丘马进行的ITF(国际网球联合会)青少年A级赛中,商竣程捧起男单冠军奖杯,将自己的青少年世界排名提升至第四位,而他也是世界青少年排名前50位中唯一的“05后”球员。

2021赛季,商竣程目前的战绩是13胜2负。左手持拍、步伐迅速、防守顽强,这名16岁的网球小将在球场上特点鲜明。

“学到新技术和战术就特别高兴”

商竣程的父亲是中国男足前国脚商毅,母亲是乒乓球世界冠军郭娜。5岁时,商竣程第一次拿起球拍。“我练大球,妻子练小球,我们都很喜欢网球,就让孩子开始接触这个中间大小的球。”商毅说。

从每周去俱乐部训练3次,到一周训练6次、周末参加比赛,商竣程一点点提升自己,他说:“我喜欢网球激烈的对抗,学到新技术和战术就特别高兴。”很快他就在全国青少年比赛中脱颖而出,10岁时获得全国青少年网球赛12岁以下组冠军,11岁前往美国桑切斯网校继续学习。在接下来的几年里,商竣程相继获得12岁组红土赛冠军、14岁组硬地赛冠军,摘取ITF青少年组两个单打冠军。2017年至2019年,商竣程连续3年在全美同

年龄段网球选手中排名第一,刻苦的训练和对胜利的渴望结出了硕果。

出色的战绩,让商竣程在14岁时收到美国IMG网球学校的邀请,不但拿下全额奖学金,还获得了与职业球员一起训练的机会。“与他们训练,让我意识到自己已有打职业比赛的能力。”商竣程坦言,“虽然还有一些差距,但我已经可以和他们‘掰掰手腕’了。”

2020年,15岁的商竣程在布莱顿邀请赛中直落两盘,击败世界排名第192位的加拿大球员波兰斯基。全场比赛,他敢打敢拼,展现了丰富的技术储备和多变的战术,第二盘更是用一个精彩的胯下击球获得破发点。“我把所有东西都打出来了。”全场比赛,商竣程挽救6个破发点,6次破发机会把握住4次,展现了稳健的心理素质。

“在赛场上突破自我,是一种享受”

和顶尖球员一起训练,商竣程见证着他们的自律,也不断提高对自己的要求。“日本球员锦织圭跟我打比赛时,每一球都抓得特别紧。”商竣程说,希望自己在比赛中能给对手留下永不放弃、拼劲十足的印象。

今年春节,商竣程是在比赛中度过的。连续4站比赛,考验着他的体能,更检验了他的意志。第三站比赛,商竣程在半决赛中遭遇美国球员布鲁诺,与对手苦战3个半小时后,商竣程遗憾落败:“那场比赛自己状态不

好,赛后也在反思,不但要发现问题,更要找到解决问题的办法。”几天后的第四站比赛,商竣程与布鲁诺再次在半决赛相遇。面对老对手,商竣程及时调整打法,最终在决胜局抢十中赢得比赛。

进入决赛,商竣程坦言自己体能已到达极限,但他却凭借灵活的战术打乱对手的部署,并不断调动对手,最终捧起了冠军奖杯。商竣程表示:“在困难时找到提升状态的方法,在赛场上突破自我,是一种享受。”

在比赛中发现问题,在训练中补齐短板。如今商竣程正在教练的指导下调整发球动作,“希望能通过改动作,拥有更好的发球节奏,减少双误,让发球成为更有力的得分武器。”商竣程说。

“目标就是今天要比昨天做得更好”

规律的日程安排、学习与训练兼顾、充足的睡眠、合理的饮食,商竣程始终以职业选手的标准要求自己。

商毅一直陪伴在儿子身边,“父亲从来不会干涉我的具体训练和比赛,但他会跟我复盘,帮我分析。”商竣程感慨,“父母教我更多的是如何做人。只有先成为更好的人,才能成为更好的球员。”而商毅深知成为优秀职业运动员的不易,因此他更希望商竣程在困难面前能够独立思考并解决问题。商毅表示,网球本身就是一个需要通过不断思考做出选择的运动,儿子在打球的过程中也能领悟许多道理。

“比赛时不去想结果,把过程做好最重要。目标就是今天要比昨天做得更好。”商竣程总是着眼当下,脚踏实地完成每一天的任务,他希望能从不同的优秀运动员身上学习他们的优点。

青春就是一往无前,年轻总是无所畏惧,未来总有无限可能。16岁的商竣程挥动球拍,用一次次得分装点着梦想。

体坛新秀在成长

体坛观澜

从比赛到训练,节奏犹如一根绳子,或急或缓、或先或后地牵引着运动员行进的步伐。找到自己的节奏,对运动员来说是考验也是制胜关键

找到自己的节奏

史哲

赛季首秀便夺冠。最近,田径赛场上两位名将备受瞩目。

一位是苏炳添,在全国室内田径邀请赛(西南赛区)男子60米比赛中,他跑出6秒49获得冠军,该成绩在男子60米项目赛季世界排名中位列第三;另一位是巩立姣,她在2021室内田径邀请赛(华北赛区)女子铅球决赛中,投出19米45的今年世界第五好成绩,轻松问鼎。不过,这两位名将面对自己的成绩并不满足,均表示奥运在前,重要的是找回比赛的感觉,找到自己的节奏。

节奏,一种萦绕在训练与比赛中的无形力量,事关运动员能否发挥出自身能量。找到自己的节奏,往往能化被动为主动,稳定发挥;而失去节奏,则会令人迷失方向,无法专注比赛。面对东京奥运会延期,国际体育赛事停摆,长期训练缺少比赛刺激等难题,运动员该如何把握节奏?

最近,伤愈归来的苏炳添,正努力找回自己在竞技场中的节奏。缺席正式比赛一年多,赛前苏炳添坦言自己心里没底。发令枪响,前半程加速确立领先优势,冲刺阶段调整节奏放缓加速,他专注做好每个细节。有看自己训练节奏的巩立姣,在谈及近期该项目世界高手的优异表现时说“我的对手就是我自己”,会按照自己的节奏走下去。自去年10月封闭集训开始,引体向上从一个都做不了到现在最多能做11个,巩立姣屏蔽了外界杂音,专注于提升自己,有条不紊地执行训练计划。

从比赛到训练,节奏犹如一根绳子,或急或缓、或先或后地牵引着运动员行进的步伐。找到自己的节奏,对运动员来说是考验也是制胜关键,对一支队伍而言也是如此。临近大赛,运动员保持专注,狠抠细节;运动队主动求变,组织网络赛、区域赛、队内模拟赛等竞赛活动,营造赛时氛围,促使运动员状态提升。

挑战在前,找到自己的节奏坚定走下去,方能处变不惊。这种力量,贯穿于竞技体育,又不止于竞技体育。

蹦床项目开启东京奥运会选拔

本报北京3月19日电 (记者季芳)蹦床项目东京奥运会选拔积分赛第一站18日在上海崇明训练基地开赛,国家集训队队员朱雪莹发挥出色,在女子网上个人项目中排名首位。

共有8名国家集训队运动员参加了此次女子项目比赛。23岁的朱雪莹从预赛到决赛一直保持第一的位置,并以57.265分夺冠。有伤在身的刘灵玲以56.775分获得亚军,李丹以56.120分获得季军。

中国蹦床队领队陆春龙表示,从整体看,女队在此次比赛中的表现很好,有两名选手的得分接近或超过了57分,说明她们在国际赛场上已经具备了较强的竞争力。部分年轻队员由于前段时间出现了伤病,目前的竞技状态还没有恢复到最高水平,成绩稍显逊色,但未来仍有希望。

蒙特雷网球赛郑赛赛晋级女单八强

本报北京3月19日电 (记者李硕)当地时间16日,WTA(国际女子职业网球)蒙特雷网球赛在墨西哥蒙特雷展开女单1/4决赛的争夺。3号种子、中国球员郑赛赛以6:1、6:2战胜另一名中国选手朱琳,晋级八强。

郑赛赛和朱琳目前同属星河湾俱乐部,去年在广州一起训练了大半年,彼此非常了解。郑赛赛从比赛开始就手感火热,取得5:0的领先,并以6:1先下一盘,第二盘她也只让朱琳拿到两局。全场比赛郑赛赛把握住了9个破发点中的4个,而朱琳拿到5个破发点全部无功而返。

郑赛赛赛后表示,“很久没有打这么多高水平的比赛,这两场胜利对我来说非常积极。我会好好抓住这种感觉,希望下一场有好的发挥。”郑赛赛将在1/4决赛面对8号种子、美国球员李安,双方此前没有交过手。

在当日进行的双打比赛中,郑赛赛搭档英国选手沃森以1:6、6:3、10:5战胜头号种子克拉维茨克/奥莫斯组合,闯进女双四强。由于半决赛对手退赛,郑赛赛组合直接晋级女双决赛。

本版责编:塔怀怩 唐天奕 高 倩



一起游戏 健康你我

3月19日,贵州省毕节市黔西县金碧镇红岩小学的老师和学生们的校园里做游戏。近年来,红岩小学通过开展形式多样的体育活动,让孩子们在运动中强健身体、快乐成长。

周训超摄(影像中国)

(上接第一版)对于安全隐患往往治标不治本。”山东潍焦控股集团有限公司相关负责人杨明正介绍,在中国人寿的帮助下,可以让员工通过移动端参加安全培训,还可以将生产数据上传至后台,帮助企业进行风险评估,“企业风险降低了,生产效率提高了。”

截至2020年底,昌乐经验已推广至山东、湖南、重庆等9个省份,相关安责险为13.36万家企业提供风险保障达4373亿元。

推出“政采贷”等免抵押贷款、为复工复产开发“企安心”保险产品……中国人寿不仅提供多渠道资金“输血”,还通过事前风险防范、事后经济补偿及时“止血”,双管齐下为各类企业纾解困境。

金融保险需求。”王滨说。

资金有保障 产业增动力

金沙江下游,大凉山深处,一边是高峡平湖,一边是碧浪奔涌,一条拦洪发电的“巨龙”横亘在崇山峻岭间。这是位于云南、四川两省交界的乌东德水电站,2020年6月,其首批机组正式投产。

中国人寿将“绿水青山就是金山银山”的理念融入企业经营,大力践行绿色投资,与中国三峡集团开展水电、风电、光伏等方面的产业合作。近年来,已累计投资30亿元支持建设乌东德水电站、溪洛渡水电站和白鹤滩水电站,组成世界级清洁能源基地,为长江经济

带高质量发展提供源源不断的绿色动能。

作为世界排名靠前的水电站,乌东德水电站建成后预计年均发电量可达389.1亿千瓦时。机组全部投产后,每年可贡献工业增加值约119亿元,使地方财政收入增加13.5亿元。

扩大战略性新兴产业投资,培育壮大新增长点,立足目标,不断前行。位于江苏省南京市的中国电子熊猫集团,以电子整机、装备研发和制造为核心业务。2020年初,突如其来的新冠肺炎疫情对集团的经营造成了一定影响。得知情况后,中国人寿旗下的广发银行第一时间对接该集团,为其下属公司提供综合金融产品,包括为新型显示制造公司熊猫平板提供票据融资支持,为电子装备制造公司熊猫汉达、三

乐集团提供流动资金贷款支持等,有效地缓解了企业压力。

“我们在广发银行(中国人寿为第一大股东)的贷款授信约50亿元,目前已经落地20亿元,可以说是公司的‘及时雨’。”中国电子熊猫集团总会计师赵冀说,如今的园区内,厂房生产线机组齐开,车间流水线又恢复了往日忙碌的节奏。

创新服务生态文明建设,支持战略性新兴产业发展,中国人寿为推动实体经济做实做强做优提供了可行方案。

着眼大棋局 推进一体化

“以前的黄花沟就是一条臭水沟,河堤上杂草丛生,堆满垃圾。”河北省保

定市市民罗永志说,“现在经过治理,河水变清澈了,愿意来这儿游览休闲的人也多了。”

改善保定市水质,中国人寿积极投身其中:2017年,发起设立国寿水务母基金240亿元,投资保定市府河水系综合治理黄花沟工程,该工程落成后将有效改善保定市城市景观,提升白洋淀上游水质;2019年8月,再次参与设立雄安新区白洋淀生态环保基金,总规模达65亿元。

除了参与水环境治理,还投资近400亿建设京津冀交通轨道线路,为京津冀约1000万人提供大病保险服务,在当地成立金融发展中心……中国人寿多维度服务京津冀协同发展,增进当地民生福祉。

发挥保险资金长期稳定优势,提升风险防控水平,中国人寿持续助力区域

协调发展。投资30亿元支持位于京津冀、长江经济带等区域的多个垃圾焚烧发电项目,预计投产后年处理生活垃圾502万吨;作为共保主体参与港珠澳大桥建设期、运营期保险,提供风险保障达280亿元;为江苏南沿江城际铁路项目提供贷款额度20亿元,助力长三角交通建设……

此外,中国人寿积极参与“一带一路”建设,深度融入京津冀协同发展、长江经济带发展、粤港澳大湾区建设、长三角一体化发展等国家重大战略,2020年重点区域投资规模达1.16万亿元。

立足新发展阶段,贯彻新发展理念,服务新发展格局,站在新的历史起点上,中国人寿“百尺竿头更进一步”,以保险引活水,以实干显担当,为高质量发展注入新动能新活力。