

中国举重队累计打破710次世界纪录

永不服输，才能勇攀高峰

本报记者 李 硕

奋斗征程 体育足印

31枚奥运金牌、522个世锦赛冠军、710次打破世界纪录，这是中国举重队书写的辉煌。艰苦奋斗、顽强拼搏、挑战极限、追求卓越的优良作风在这支队伍里传承。在不同的时期，中国举重队的队员不断超越自己，用奋斗和汗水创造出一个又一个佳绩。

传承优良作风 刻苦钻研技术

新中国成立后，陈镜开等举重运动员在艰苦条件下刻苦训练，不断改进训练方法，摸索出“下蹲抓”技术，为世界举重的技术革新作出了重要贡献。

为了随时随地练习，陈镜开把床板拆开，做成卧推凳。如今，这两个卧推凳陈列在陈镜开家乡广东石龙的举重博物馆里，以艰苦奋斗的作风激励着参观者。1956年6月7日，在上海体育馆，陈镜开以133公斤的成绩打破了由美国运动员保持的男子最轻量级挺举世界纪录，新中国体育的第一个世界纪录就此诞生。

中国体育吹响了前进的号角，举重健儿冲在最前面。在这个展现力量的项目上，中国举重运动员“流血流汗不流泪，伤筋动骨不后退”，用一个个好成绩展示着中国体育人的奋斗姿态。

陈镜开先后9次打破世界纪录，他的弟弟陈满林和侄子陈伟强也成为创造世界纪录的举重名将，成就了中国特色的一段佳话。

核心阅读

从陈镜开为新中国体育创造第一个世界纪录，到2019年举重世锦赛上打破15项世界纪录，中国举重运动员取得了辉煌的成绩。荣誉背后，是举重健儿对艰苦奋斗优良作风的传承，对训练方法和举重技术的钻研。站上领奖台的是运动员，托举辉煌的是整个团队。

改革开放后，中国举重队在继承优良传统的基础上，不断创新训练方法，取得显著效果。1984年洛杉矶奥运会，中国举重队共获得4枚金牌。

“与老一辈相比，我们在训练手段、项目分配、专项力量上更加科学和细化，减少了伤病的困扰。”洛杉矶奥运会男子56公斤级冠军吴数德回忆说，“我们传承着中国举重队吃苦耐劳、永不服输的优良作风，在训练和比赛中‘斤斤计较’，不断超越自我。”

不断挑战极限 勇于突破自我

“要让世界纪录写上中国人的名字”，是

数年来举重运动员的执着追求：“升国旗、奏国歌”，是他们在比赛中的坚定目标。目前，在14个奥运项目的抓举、挺举、总成绩世界纪录中，有24个属于中国举重队。

1996年亚特兰大奥运会，唐灵生举起杠铃坚持12秒，打破男子59公斤级总成绩世界纪录并获得冠军。男子70公斤级冠军占旭刚在比赛中一举打破总成绩、挺举、抓举3项世界纪录，他独树一帜的“下蹲挺”体现了力量与技术的完美结合。

2000年悉尼奥运会，从70公斤级升到77公斤级的占旭刚在抓举落后对手7.5公斤的不利局面下，在挺举比赛中举起207.5公斤这个自己以往从未举起的重量，最终夺得冠军。2004年雅典奥运会，唐功红在女子75公斤以上级比赛中，最后一举加重10公斤，打破挺举和总成绩两项世界纪录并夺得冠军。这些让人热血沸腾的比赛画面，展现了中国举重健儿的自信和气魄。

“在举重这项比拼力量的项目上，中国队能长期处于优势地位，靠的就是举重健儿不断挑战极限、永不放弃的优良作风。永不服输，才能勇攀高峰。”中国举重协会主席周进强表示。

随着举重人才的不断涌现，激烈的队内竞争也让中国举重队的队员们互相激励，在训练中频出佳绩。

2016年里约奥运会前，龙清泉已经获得男子56公斤级的奥运资格，而落选的吴景彪在训练中依然向世界纪录发起冲击，这让龙清泉不敢有丝毫放松。最终，龙清泉在奥运赛场打破了尘封16年的男子56公斤级世界纪录，他也继2008年北京奥运会后，再次收获奥运金牌。

强化后勤保障 打造过硬队伍

如今，中国举重队从力量、体能、康复、心理、营养、机能评定和伤病预防7个方面制订系统训练方案，保障队伍始终走在世界前列。

在绝对力量上没有优势，就靠先进技术弥补，更用赛场上的拼劲实现突破。2018年国际举联又一次更改级别，中国举重队为队员们及时调整参赛级别，迅速制订体重方案。一年后的举重世锦赛上，中国队共获得10个奥运项目的总成绩金牌，并打破了15项世界纪录。

站上领奖台的是运动员，托举辉煌的是整个团队。每次离开北京转训外地，全队都会前往红色教育基地，进行爱国主义教育；在大别山，举重队为老区人民捐款，与当地中小学生联谊；举行“祖国在我心中”主题演讲比赛，点燃运动员心中为国争光的热情。

目前国家举重队党支部共有党员37名，其中运动员党员17名，预备党员3名，列入培养计划的积极分子5名。“我时刻准备着，为国争光，关键时刻挺身而出，拼尽全力。”运动员党员、奥运冠军吕小军表示。

国家队建设蒸蒸日上，不但带动地方队和业余体校培养人才的积极性，也不断向海外输送优秀的教练员，带动举重运动在世界范围内的发展。

东京奥运会的脚步日渐临近，思想过硬、作风顽强的中国举重队，将努力在奥运赛场上再创佳绩。

体坛观澜

体育场地及设施不断优化，不仅能够吸引更多人参与健身，也能使人们对运动项目加深理解

“今天的羽毛球馆已经满了，这个时段目前可以预约后天的。”自职工健身中心开放以来，羽毛球场格外抢手，下班后，球场上或单打或双打，一幅热闹景象。乒乓球区、排球场馆、健身器材区，同样人气十足。升级装备、挑选运动服、参加比赛……自从有了专业健身场地，大家的运动热情被点燃了，业余时间约上三五好友，或交流运动装备使用心得，或在球场上较下高下，越来越多的人加入到锻炼身体队伍中。健身中心的建成开放就像一把钥匙，打开了更多人了解、参与体育运动的大门，让人们强健体魄的同时收获多彩的业余生活。

开展全民健身，“去哪儿”是个难题。如今，这个难题逐渐得到解决，近些年，各地在大力推动大型体育场馆建设开放的同时，也开动脑筋利用“边角地”推动群众身边体育场馆的建设。眼前这个职工健身中心，就是用搬迁后的空置厂房改造而成的，齐备的设施、规整的布局、细致的服务，不输专业体育馆，可以满足单位职工的基本健身需求。

体育场地增加，增强了健身爱好者的幸福感。据今年6月国家体育总局发布的《2020年全国体育场地统计调查数据》显示，截至2020年年底，全国体育场地较2019年增长16.94万个；人均体育场地面积较2019年增长0.12平方米。《2020年上海市全民健身发展报告》中提到，2020年上海市新增体育场地面积约76万平方米，上海市经常参加体育锻炼的人也越来越多，比例达45.7%。

体育场地增加，可以激发更多人的健身需求，对全民健身发展而言是一片可见的蓝海。体育场地及设施不断优化，不仅能够吸引更多人参与健身，也能使人们对运动项目加深理解。对某一运动项目从了解到参与到再到“钻研”，对这项运动的切身体会从看热闹到看门道……全民健身领域的点滴变化汇成江流，也将助推体育产业的蓬勃发展。

一块体育场地的建成激发一批人的运动热情。随着更多体育场地和设施的完善，将会带来更多惊喜，助推全民健身火热开展。

品运动快乐 享多彩生活

走向冬奥

北京冬奥会和冬残奥会国际广播中心正式交付

本报北京7月7日电（记者季芳）日前，北京冬奥会和冬残奥会主媒体中心（MMC）的国际广播中心（IBC）项目正式交付给奥林匹克转播服务公司（OBS）。这是推进北京冬奥会和冬残奥会赛事转播工作的标志性进展。

北京冬奥组委副秘书长徐志军表示，在北京冬奥会和冬残奥会筹办过程中，北京冬奥组委创新北京冬奥会和冬残奥会主媒体中心运行设计方案，将主媒体中心和国际广播中心两种功能合二为一，不仅节省占用面积、集约场馆空间，共享设备设施，而且提高了运行效率，使转播商和全球媒体能够在这里享受更好、更优质的服务。

北京冬奥会和冬残奥会主媒体中心位于国家会议中心二期主体结构南区，国家会议中心二期是北京赛区建筑规模最大的且开工最晚的新建项目。

奥林匹克转播服务公司总裁亚尼斯用“非凡”一词形容国家会议中心二期的工程质量和设计。他表示，国际广播中心交付标志着奥林匹克转播服务公司在奥运会举办城市的工作正式开始。未来数月内，将继续与北京冬奥组委、场馆运行团队等开展合作。

据介绍，预计参加北京冬奥会的国际宾客数量约3万人，其中媒体记者约1.5万人、转播商人员约1.2万人，预计收看北京冬奥会和冬残奥会的观众将超过40亿人次。作为奥林匹克转播服务公司和持权转播商的工作总部，国际广播中心将对传播和展示北京冬奥盛会发挥重要作用。

意大利队晋级欧洲杯决赛

据新华社伦敦7月6日电（记者张薇）6日，与意大利队以1:1战平进入点球大战的西班牙队最终以2:4告负，意大利队晋级欧洲杯决赛。

这场本届欧洲杯半决赛在伦敦温布利球场展开。西班牙队上半场控球率超过60%，但射门只有5次。意大利队整个上半场只有一次射门。

下半场，意大利队第六十分钟由多纳鲁马手抛球发动快攻，球经两次传递来到西班牙队禁区前，虽然拉波特铲断破坏，但跟上的基耶萨“捡漏”拿球横向摆腿，一脚漂亮的弧线球破门得分。20分钟后，西班牙队替补登场的莫拉塔中路和队友打出贴墙式二过一闯入禁区，左脚推射扳平比分。

又一场加时，之前两场淘汰赛都经历加时的西班牙队完全掌控局势却破门乏术，几乎只守不攻的意大利队则把比赛拖入点球大战。意大利队球员洛卡特利率先出场，他的射门被西班牙队门将西蒙松扑出，紧接着登场的西班牙队前锋奥尔莫直接打飞。接下来两轮两队球员的点球全部命中，但意大利门将纳代斯基为意大利队命中后，莫拉塔点球被意大利门将多纳鲁马救出。随后，若日尼奥为意大利队锁定胜局。

本版责编：塔怀愉 唐天奕 杨奕雨



趣味游戏

7月7日，在贵州省黔东南苗族侗族自治州施秉县杨柳塘镇望江小学校园里，老师和学生一起玩“老鹰捉小鸡”的游戏。

为丰富校园生活，望江小学根据当地实际开展乡村体育、趣味游戏等多种课外活动，让学生充分享受运动快乐，锻炼身体、快乐成长。 邵胜智摄（影像中国）

中国女排公布东京奥运会阵容

全力以赴 争创佳绩

本报记者 李 洋

日前，中国排球协会公布了参加东京奥运会女子排球项目的运动员名单。队长朱婷领衔，中国女排将以最强阵容征战东京奥运会。

中国女排出战东京奥运会的主攻阵容空前强大。朱婷、张常宁、李盈莹成为主攻线上的“铁三角”，为主教练郎平排兵布阵留出充足的选择空间。

朱婷近几年愈加成熟，进攻犀利、手法灵活、线路丰富。尤其在面对各种“困难球”时，朱婷总能挺身而出，下球得分。在不久前进行的2021年世界女排联赛中，张常宁展现出很好的竞技状态，带领替补队员跟一众强队过招，将自己在国家队的单场得分纪录提升到37分。作为名单里唯一的“00后”选手，小将李盈莹同样进步飞快，无论进攻还是防守都是中国女排可以依靠的重要力量。奥运赛场上，两人将扮演“朱婷对角”的角色。

副攻袁心玥、颜妮组合堪称实力超群，接应龚翔宇越发全面。攻传配合方面，主二传丁霞分配球极为灵活，她与袁心玥在二号位的高点背飞配合日趋成熟，对中国女排在前排两点攻轮次的过轮很有帮助。王梦洁是2019年女排世界杯最佳自由人，对球队技战术体系的熟悉程度、与主力阵容的磨合更具优势。可以说，

状态在线的主力阵容是中国女排冲击奥运金牌的最大底气。

替补队员虽然出场时间有限，但往往能扮演“奇兵”角色。2016年里约奥运会，刘晓彤作为替补队员发挥出色，助力中国女排在1/4决赛战胜巴西女排。如今，这位31岁的老将再度出征奥运赛场，大赛经验丰富、关键场次敢于出手让她得到教练的信任。替补接应刘晏含进攻能力突出，世界女排联赛中，郎平就安排她在主攻和接应位置轮番锻炼。

姚迪则凭借稳定的表现、与主力球员的默契配合锁定替补二传的位置。从世界女排联赛来看，姚迪在东京奥运会上的确有为中国女排多做贡献的潜质。替补副攻王媛媛与姚迪一样来自天津女排，进入中国女排后，她的拦网和进攻比较均衡，也都有继续提升的空间。

还有不到20天，东京奥运会女排小组赛将拉开帷幕。与美国队、意大利队等强手同处一组的中国女排，从首战开始就将面临严峻考验。“我们即将走上大赛赛场。这次比赛很特别，但我们有国内广大球迷的支持和鼓励；这次比赛也会很艰难，但只要上场，我们就全力以赴！”郎平说。

中国击剑队东京奥运参赛名单出炉

本报北京7月7日电（记者王亮）国际击剑联合会6日公布了东京奥运会击剑项目全部参赛运动员名单，中国击剑队将派出15名选手参加9个小项的角逐。

东京奥运会击剑项目共设12枚金牌，第一次实现全部项目设项。即将出征东京奥运会的中国击剑队15名选手中，9人既参加个人赛又参加团体赛，3人只参加个人赛，另有3名选手作为替补只参加团体赛（P卡）。15名选手中，除了奥运冠军许安琪和名将孙一文有奥运会参赛经验，其余选手均是第一次参加奥运会。

中国击剑队15人名单如下：女子重剑个人：林声、孙一文、朱明叶；女子重剑团体：林声、孙一文、朱明叶、许安琪（P卡）；男子重剑个人：董超、兰明豪、王子杰；男子重剑团体：董超、兰明豪、王子杰、石高峰（P卡）；女子佩剑个人：钱佳睿、邵雅琦、杨恒郁；女子佩剑团体：钱佳睿、邵雅琦、杨恒郁、郭怡琪（P卡）；男子佩剑个人：许英明；女子花剑个人：陈倩倩；男子花剑个人：黄梦恺。

中国游泳跳水花样游泳东京奥运参赛名单揭晓

本报北京7月7日电（记者孙龙飞）6日，中国游泳协会在官网公布了游泳、跳水和花样游泳项目的东京奥运会参赛运动员名单。在游泳项目阵容里，奥运冠军叶诗文、名将刘湘和傅园慧等无缘东京奥运会赛场。

根据中国游泳协会公告，有女子19人、男子11人，共30名运动员将出战东京奥运会游泳项目的34个小项。女运动员：艾衍含、陈浩、程玉洁、董洁、李冰洁、柳雅欣、彭旭玮、汤慕涵、唐钱婷、王简嘉禾、吴卿风、辛鑫、杨浚瑄、于静瑶、余依婷、俞李妍、张一

璠、张雨霏和朱梦惠。男运动员：程龙、何峻毅、洪金权、季新杰、孙佳俊、覃海洋、汪顺、徐嘉余、闫子贝、余贺新和张子扬。

跳水阵容新老结合，10名运动员将参加奥运会跳水8个小项比赛。女运动员：施廷懋、王涵、陈芋汐、全红婵和张家齐；男运动员：谢思埸、王宗源、杨健、曹缘和陈艾森。

此外，8名女运动员将参加东京奥运会花样游泳双人和集体项目比赛，她们是孙文雁、黄雪辰、芮俐、黎馨梓、尹成昕、冯雨、肖雁宁和王芊懿。