

中国冰雪运动员通过比赛检验训练效果

吹响冬奥备战冲刺的号角

本报记者 季芳 刘硕阳

走向冬奥

11月5日，速度滑冰国家集训队开启了为期40天的外赛——参加国际滑联4站世界杯赛，为获得冬奥会参赛资格争取积分。出征前，新任速度滑冰国家集训队主教练兼领队李琰表示，队伍此行的目标是充分发挥训练积累的能力和水平，“希望每一名运动员都能在赛场上竭尽全力，超越自我。”

冰雪项目新赛季已经开启，中国冰雪健儿将陆续迎来国际赛场上的一场场“攻坚战”。这是部分队伍争取冬奥会参赛资格的关键阶段，也是队员们积累经验、提升状态的重要过程，各队训练备战的冲锋号已经吹响。

通过比赛提升状态

北京时间11月7日，国际滑联花样滑冰大奖赛意大利站结束。中国组合隋文静/韩聪在大奖赛首站温哥华站夺冠后，再次夺得冠军，他们在短节目创下了赛季最好成绩，总成绩获得224.55分，展现出不俗的竞技状态。

本赛季，他们的自由滑选用了《忧愁河上的金桥》，这是两人在2016—2017赛季曾经选用的曲目。当时的隋文静刚刚走出伤病的困扰，重回冰场，这套自由滑的编排融入了两人互相支持、共渡难关的故事，也成就了两人的第一个世锦赛冠军。隋文静说，这些年来，他们对这支曲子有了更深刻的理解，“现在，我们的训练参赛要克服很多困难，整个团队给了我们很大的帮助，希望我们可以更团结，一起战胜困难。”

阔别国际赛场1年多的短道速滑国家集训队目前仍在通过参赛努力提升状态。在已经结束的世界杯北京站和日本站比赛中，中国队的发挥可圈可点。北京站比赛，主场作战的中国队在混合2000米接力和女子3000米接力项目中获得金牌，以2金1铜的成绩完成了回归国际赛场的首秀。转战日本站，中国队的奖牌总数有所增加，获得了1金3银2铜，队员们在个人项目上的状态也有所回升，任子威在男子1000米项目中夺冠，此外，队伍在女子500米、男子1500米及接力项目上也均有很好的表现。

雪上项目的训练备战也不断有好消息传

核心阅读

冰雪项目新赛季已经开启，中国冰雪健儿将陆续迎来国际赛场上的一场场“攻坚战”。通过参加国际大赛的激烈竞争，中国冰雪健儿进一步检验训练效果，积累经验，查找不足，接下来的训练备战将更有针对性。

来：日前，正在奥地利训练的17岁单板滑雪小将苏翊鸣成功解锁“内转转体1980度”的超高难度动作，成为世界上首位完成该动作的运动员，另一名单板滑雪运动员杨文龙则完成了“内转空翻1980度”。经过几个雪季科学、刻苦的训练，队员们不断积累超越自我的“底气”，打磨雪上“飞驰”的感觉，不断冲击高难度，他们正向着北京冬奥会的赛场全力冲刺。

查找不足狠抓细节

再次与世界强手站到同一“起跑线”，短道速滑国家集训队通过两站世界杯比赛的磨砺，收获良多。通过参加国际大赛的激烈竞争，队伍展现了一段时间以来的训练效果，也找到了不足之处，接下来的训练备战将更有针对性。

本赛季的世界杯赛是北京冬奥会前练兵的宝贵机会，各队都派出了较强的参赛阵容，在两站比赛中，除了传统强队韩国队表现出色外，加拿大队、荷兰队、匈牙利队、俄罗斯队等强队也显示出不俗的实力。中国队在更加了解对手的同时，队员们也在努力找回大赛感觉，“我们的目标是要备战好北京冬奥会。”中国短道速滑运动员武大靖说。

作为短道速滑国家集训队的领军人物，武大靖在前两站比赛中的发挥不算理想。在北京站，他在男子500米1/4决赛、半决赛两轮比赛中均一路领先，凭借明显的优势晋级，却因在决

赛中犯规而痛失夺金机会。来到日本站，武大靖只报名参加了男子500米一项比赛，却最终止步于1/4决赛。赛后，他表示自己的心态还是有些着急，“之后的比赛还是要稳住心态，一轮一轮滑，争取尽快找回比赛状态。”

在日本站获得女子500米银牌后，中国短道速滑运动员范可新坦言，相比首站比赛“状态紧”，自己在日本站已逐渐找回了感觉。“本次比赛中能够放开拼，是获得奖牌的重要原因。”她说，“我们在场上会继续保持这股冲劲儿，请大家相信我们。”

在国家体育总局冬季运动管理中心训练二部部长李扬看来，近一个月来队员们在单板滑雪等项目中的突破令人振奋，背后则是运动员训练、保障等各方面科学性和针对性的增强，“我们根据每一名重点运动员的情况制订了不同的训练和保障方案，这也是近段时间运动员能够迅速提升状态的原因之一。”

科学训练全力冲刺

11月4日，大雨使得正在奥地利备战的名将谷爱凌无法前往山上的场地进行训练，但她依旧在气垫上认真地完成自己的训练计划。“谷爱凌近来的状态不错，刚刚在U型场地中完成了1080度的难度动作，坡面障碍和大跳台项目的感觉也不错，训练的热情和积极性都很高。”李扬说。随着北京冬奥会的临近，中国冰雪健儿都在通过刻苦训练不断调整状态，提升竞技水平，力争在冬奥会赛场创造佳绩。

雪车国家集训队队员邵奕俊表示，备战已进入最后冲刺阶段，要将多年的付出和努力转化为赛场上的佳绩。“我们要时刻胸怀远大理想，刻苦训练，顽强拼搏，一步一个脚印，不断超越自我，挑战运动极限，在冬奥会上比出自己最好的水平。”邵奕俊说。

隋文静表示，冬奥会备战的最后阶段要更加专注，科学训练，合理规划，保证自己的状态。她说：“冬奥会的脚步越来越近了，很多冰迷对我们非常关注，我们很感动，非常感谢大家的支持，希望更多人关注花样滑冰，关注北京冬奥会。”

单板滑雪名将刘佳宇说：“我要珍惜每一次的训练机会，精心打磨细节，努力保持良好状态，争取在冬奥会赛场创造佳绩，为国争光！”

团体坛观澜

以举办运动会为契机，让更多群众享受到体育带来的乐趣，已经成为运动会肩负的新使命

10月，山西省晋城市的运动氛围格外浓厚。第七届市运会采取市县两级全城办赛模式，把运动会开到群众身边，引导更多城乡居民参与体育活动，掀起全民健身的新热潮。

以举办运动会为契机，让更多群众享受到体育带来的乐趣，已经成为运动会肩负的新使命。第十四届全运会以“全民全运、同心同行”为主题，如火如荼的群众赛事活动与紧张刺激的竞技比赛同样引人入胜。引入新的展演项目、集体项目采取县以下单位组队等新举措，让更多群众感受到全运会的独特氛围。

随着群众健身热情高涨，各地举办运动会纷纷敞开大门，创新办赛模式，不仅让赛会成为运动员竞技的平台，更形成辐射效应，成为全民健身的重要抓手。

办群众身边的运动会，要结合各地地区的优势。晋城市运会打破了以往常规市级单方面办赛模式，下沉到县级，将19个比赛项目进行

办群众身边的运动会

李硕

精心分配，助力县(市、区)积累办赛经验、提升办赛能力。

办群众身边的运动会，要设置群众喜闻乐见的运动项目。泽州县承办跳绳、门球比赛；高平市承办交谊舞、象棋比赛；阳城县承办武术、广场舞、气排球、台球比赛……群众观赛之余受到感染，进而走进家门口的运动场，推动了全市体育场馆向社会开放。

办群众身边的运动会，要营造文化、塑造品牌。在开幕式上，晋城各县(市、区)通过文体节目展示各自地域特色品牌、文化旅游标识，多角度全方位展示晋城旅游主题形象和城市发展风貌。“体育+旅游”深度融合，打造了富有特色的体育文化，让体育竞赛和全民健身与城市发展同频共振。

办一次运动会，带动起一个区域的健身热潮。要让这股热潮长久延续，就要想方设法使配套的公共体育设施和服务成为源源活水。晋城市实现了“城市社区15分钟健身圈”全覆盖，20个公共体育场所免费或低收费对外开放，截至2020年年底，人均体育场地面积达到2.3平方米。身边的运动会引发关注，而身边的体育场地和贴心服务，才能让群众切实享受到体育运动带来的获得感和幸福感。

央视奥林匹克频道覆盖31个省份

本报北京11月8日电 (记者刘阳)10月25日开播上线的中央广播电视总台央视奥林匹克频道(CCTV-16)及其数字平台，已实现31个省份覆盖。

据统计，奥林匹克频道单日观众规模从开播上线首日(10月25日)的262万人，迅速提升至1106万人(11月6日)。截至11月7日，频道累计观众规模超5643万人。31个省份IPTV平台均已上线奥林匹克频道，覆盖用户近3亿户。观众可通过当地电信、联通和移动的IPTV高清或4K机顶盒进行观看。28个省份广电网络公司上线奥林匹克高清频道，覆盖用户超1.16亿户。此外，北京、河北、内蒙古、辽宁、吉林、浙江、安徽、福建、山东、湖南、广东、重庆、四川、新疆等14个

省份已上线奥林匹克4K超高清频道，覆盖用户超过6100万户。

自开播上线以来，总台央视奥林匹克频道充分发挥“5G+4K/8K+AI”战略技术优势，打造“核心体育赛事+特色精品节目+社会文化活动”的频道内容体系。《逐冰追雪》《奥林匹克人》《五环纪事》《北京2022》《奥秘无穷》《冬奥山水间》等节目及《火炬诞生记》《奖牌诞生记》两部纪录片均受好评。此外，频道还设计了《现场直播》《实况录像》《赛事集锦》《体育直播间》《奥林匹克典藏》等多个赛事播出栏目。据了解，专题节目《艺术里的奥林匹克》正投入制作，并将于近期开播。CCTV-16还将陆续推出《奥林匹克荣光》《奥林匹克传奇》《体育达人会》等特色栏目。

本版责编：塔怀旻 史哲 杨笑雨



导演 曹盾 编剧 冯骥 领衔主演 陈坤 张天爱