

射击运动员杨倩——

“青春就是用来奋斗的”

本报记者 王亮

奋斗者正青春

秋日的清华大学，校园里时常能见到杨倩忙碌的身影。

“通常上午上课，下午进行专项训练，然后再练体能……”东京奥运会落幕一年多，杨倩的生活早已回归熟悉的节奏，射击和读书穿插进行。

东京奥运会上，2000年出生的杨倩脱颖而出。她先是在女子10米气步枪项目上射落东京奥运会首金，之后又与搭档杨皓然一起夺得10米气步枪混合团体金牌。一届奥运会，勇夺两枚金牌，初出茅庐的杨倩给人留下了深刻印象。赛场之外，杨倩的学业一直没有落下。“学业与职业，就像一个人的两条腿。无论是对职业的发展，还是对未来的生活，两条腿走路都会更稳，也会更远一些。射击运动员和清华学子，这两个身份都要努力做好。”杨倩说。

“比赛更是与自己的较量”

清华大学射击馆是校射击队的主训练场馆，同时承担普通学生射击教学的课程任务。一个阳光明媚的下午，记者在这里对杨倩进行了采访。一身运动休闲打扮的她刚刚结束体能训练。

2021年7月24日，杨倩夺得东京奥运会首金，一时间家喻户晓。那一天的很多画面，现在依然深深刻在她的脑海中，“尤其记

得升国旗、奏国歌时，我心潮澎湃，非常自豪，这种感受终生难忘。”很多观众对杨倩充满朝气的形象记忆犹新，头上戴着小黄鸭发卡，站在领奖台上可爱比心……在奥运舞台，她留下了很多令人难忘的瞬间。

作为一名年轻小将，杨倩在奥运会前并非夺金热门选手，资格赛中只排名第六。但到了决赛舞台，杨倩敢打敢拼，排名始终靠前，最后一枪前，她落后排名第一的选手加拉希娜0.2环。关键的决胜一枪，杨倩打出9.8环，领先对手0.9环，一举实现反超，将金牌收入囊中，总成绩251.8环还创造了新的奥运会纪录。

“射击是与对手的比拼，比赛更是与自己的较量。”杨倩介绍，在比赛中，她会尽量不看选手的排名，而是专注于自己的成绩，努力完善每一处细节，打好每一枪。在平时的训练和比赛中，她的态度同样是努力完善过程，不过分看重结果。

正是这份对过程的专注，让杨倩抓住了一个又一个机会。2020年3月，东京奥运会确定延期一年，国家射击队决定重新组织选拔运动员。进入国家队较晚、大赛经验较少的杨倩在连续4场高强度的选拔赛中全部夺冠，以总成绩第一名入选东京奥运会中国射击队阵容。

“既然坚持，就要全力以赴”

从默默无闻的学生运动员，到奥运会金牌得主，杨倩的成长轨迹说明，只要肯奋斗，未来一定充满希望。

杨倩出生于普通农家，与射击结缘要从10岁那年“垒弹壳”说起。这项测试考验的是专注力和稳定性。在参加宁波市体校射击队招生时，她垒了7颗弹壳，“别人一般只能垒三四颗。”启蒙教练虞利华对她的第一印象是“眼神有灵气，专注、自信、有胆量”。

练好射击，光有天赋远远不够。“射击是一个孤独且枯燥的项目。10多斤的训练服冬天僵硬、夏天闷热，经常一练就是好几个小时，端着气步枪一动不动。”杨倩说，自己刚开始接触专业训练时，也曾打过退堂鼓，但在父母和教练的鼓励下，她还是坚持了下来。

“既然坚持，就要全力以赴。”每一堂训练课，杨倩都认真完成，成绩突飞猛进。2014年，杨倩在浙江省运动会10米气步枪比赛中打出了40发399环的佳绩，达到世界先进水平。

之后，杨倩被特招入清华射击队，在清华附中一边训练一边读书。为了跟上学业，她经常在完成训练后，留在射击馆中学习，常常到深夜。

“在大多数高中生为高考全力以赴时，我需要兼顾两件事，训练和学习几乎无缝衔接。”杨倩认为，虽然辛苦，但走上体教融合的道路，意味着未来具有更多可能性，“青春就是用来奋斗的，努力一定能得到回报。”

“努力为祖国争取更多荣誉”

作为东京奥运会两金得主，杨倩获得了很多关注，但她表示，未来将继续努力奋斗，

争取创造更好的成绩，收获更加精彩的人生。

在今年5月3日揭晓的第二十六届“中国青年五四奖章”评选中，杨倩榜上有名；今年9月7日，杨倩当选2021年浙江省“体坛十佳”最佳女运动员……她坦言，与过去相比，现在自己会参加一些社会活动，但“荣誉属于过去”。

走上领奖台，一切从零开始。赛场上，杨倩不再是“冲击者”的角色，许多比她更加年轻的小将逐渐冒尖。在不久前的世锦赛选拔赛中，杨倩总积分位列第四，没能获得世锦赛参赛资格。她表示，这个结果让她感受到了压力和挑战，也说明自己需要在今后的训练中付出更多努力和汗水。同时，她也欣喜于更年轻运动员的不断涌现，“这说明我们国家射击人才储备厚实。未来，我将和她们一起努力，努力为祖国争取更多荣誉。”

对杨倩来说，接下来最重要的比赛是明年举办的杭州亚运会，她希望在“家门口”代表中国队参赛。她说自己必须挑起重担，展现出色状态。在奥运会上，还没有运动员在女子10米气步枪项目上卫冕成功，展望两年后的巴黎奥运会，杨倩表示自己将加倍努力，争取能够代表中国队参赛，收获佳绩。

学业方面，杨倩同样没有放松，目前已经读大四的她透露，自己有攻读研究生的打算。“希望通过不断学习，拓宽视野、收获知识，成为全面发展的新时代青年。”杨倩说。

体坛观澜

营造浓厚的校园运动氛围，既需要长久的努力，也需要开动脑筋，在体育课程设置上加一些巧思，在运动开展形式上多一份创意

在云南省红河哈尼族彝族自治州屏边苗族自治县湾塘乡湾塘小学，绿树掩映的美丽校园里，几乎看不到“小眼镜”，不仅本学期536名在校生中无一人近视，近年来该校学生的近视率一直为零；在河北省沧州市沧县杜生镇刘屯小学，学生的近视率也从2015年的8.5%降为4%，肥胖率则从9%降到了3%。

在青少年的成长过程中，“小胖墩”和“小眼镜”现象，引发社会广泛关切。解决这个问题，湾塘小学和刘屯小学有一个共同的经验，就是想方设法让孩子们“动起来”。刘屯小学自7年前起开展跳绳运动，湾塘小学的学生每天至少有3个小时的户外运动时间。

践行健康第一的教育理念，让青少年在体育锻炼中收获乐趣、增强体质，已成为社会共识。如何才能激发孩子们的运动热情？两所学校的经验可以借鉴。论师资条件和设施，这两所学校都谈不上优越，但校园里的运动氛围充分“拉满”。刘屯小学连续5年在当地跳绳比赛中获奖，小小一根绳，上下翻飞，便能跳出不同花样，而学校围绕跳绳磨出的活动，同样丰富多彩。设立赛事、举办“跳绳文化节”和“跳绳文化展”，带动学生积极参与，既形成了具有特色的校园文化，也营造了良好的运动氛围。在湾塘小学，体育锻炼同样融入校园生活，师生齐上阵，动手把身边的物件改造成运动器材，组织多个运动兴趣小组，激发同学们的运动热情。

营造浓厚的校园运动氛围，既需要长久的努力，也需要开动脑筋，在体育课程设置上加一些巧思，在运动开展形式上多一份创意。近年来，不少学校增强体育课的趣味性，比如通过“游戏闯关”的环节教授篮球动作要领、在“寻宝”的过程中练习慢跑、把旧轮胎等工具改造成锻炼道具，让学生在比赛中收获健康与快乐；另一方面，一些地方结合实际、因地制宜地设置体育课程，同样广受欢迎，如新疆阿勒泰地区的学生学习骑术，吉林省中小学设立“雪假”。这些活动既有地方特色，也让学生体验到了运动乐趣。

近年来，围绕提升青少年身体素质，各地通过完善运动场地、强化师资队伍建设和不断提升体育教学的质量。在此基础上，在校园生活中营造更加浓厚的运动氛围，以兴趣激发参与热情，让孩子主动参与体育锻炼、养成运动习惯便是水到渠成的事。

让校园运动氛围更浓

唐天奕

本版责编：塔怀阳 程聚新 杨笑雨

国际奥委会发布报告 北京冬奥会全球观众超20亿

本报北京10月21日电（记者季芳）国际奥委会北京时间20日发布了《北京冬奥会市场营销报告》，根据独立调研机构数据，共有创纪录的20.1亿人通过广播电视和数字平台观看了2022年北京冬奥会，比4年前的平昌冬奥会观看人数增长5%。

报告显示，全世界观众通过奥林匹克转播商的频道观看了总计7130亿分钟的奥运报道，比平昌冬奥会增长18%。

持权转播商在数字平台总播出时长达到创纪录的12.067万小时。奥林匹克官网和手机应用平台在北京冬奥会期间的独立用户达到6800万，是平昌冬奥会时的两倍多。奥运社交媒体在赛事期间的互动量也达到了32亿。

“北京冬奥会有史以来数字化参与程度最高的一届冬奥会。”国际奥委会主席巴赫表示。

射击(步手枪)世锦赛 中国队领跑奖牌榜

本报北京10月21日电（记者季芳）当地时间21日，国际射联射击(步手枪)世锦赛在埃及开罗继续进行。中国队选手苗婉茹在当天进行的女子50米步枪三姿比赛中夺冠，为中国射击队拿到1个该项目巴黎奥运会参赛席位。

本届射击(步手枪)世锦赛是2024年巴黎奥运会资格赛，10个奥运项目中的8个人个项目将产生32个奥运会参赛席位。

根据规定，每个协会在每个单项上只能获得1个席位，若该协会有2人或以上进入前四名，也只有1个席位，剩余名额顺延。在目前已结束的奥运项目比赛中，中国选手已获得4金2银3铜，顺利拿到了男、女10米气步枪和男、女10米气手枪以及女子50米步枪三姿各1个奥运席位。截至目前，中国队以较大优势位居本届射击(步手枪)世锦赛奖牌榜首位。

汉口银行光谷数据中心获评“国家绿色数据中心”，并成功全国碳排放权注册登记系统主数据中心落户地

汉口银行：打造科技金融创新模式 服务湖北“科技强省”战略

作为总部位于湖北省武汉市的地方法人银行，汉口银行围绕服务湖北“科技强省”战略，以打造“科技金融第一品牌”为目标，持续探索服务实体经济的差异化路径，高质量支持科技自立自强，助力推动湖北高质量发展，奋力谱写金融服务新篇章。

以科技金融践行新发展理念。汉口银行将科技金融作为践行新发展理念的最佳行动——持续推进科技金融服务创新探索，为中国银行业创新服务构建新发展格局，助力稳经济、促发展提供有益探索：在服务机构上，于2016年成立持牌经营的科技金融专营机构，创新打造“1+N”一站式科技金融服务平台；在体制机制上，形成支撑科技金融服务的客户准入、信贷审批、考核激励、业务定价、人才培养、先行先试等九项单独机制；在产品体系上，推出以“投融通”为品牌的20多项科技金融全生命周期创新产品。

将服务地方金融使命融入湖北“科技强省”战略。2009年，汉口银行提出打造“中国硅谷银行”。13年来，汉口银行自觉服务、主动融入湖北科技创新和高质量发展：从全国首批在光谷设立科技支行，到对接服务光谷科技创新走廊建设战略部署；从促成武汉城市圈获全国科技金融改革试验区的国内首张牌照，到助力武汉建设具有全国影响力的科技创新中心，成为湖北省企业创新积分制工作首批试点银行……在助力光谷成为世界创新高地、服务湖北创新策源能力提升的同时，汉口银行也赢得入驻光谷的众多科创企业的信赖。截至2022年9月末，汉口银行服务科技企业超过4100家，其中，初创企业超过2200家，90%为民营科技中小企业；科技企业贷款累计投放近2200亿元，其中，信用及准信用类贷款占比超过5成；服务专精特新企业1085家。此外，汉口银行服务湖北省上市科技企业超60家（其中，科创板上市企业8家），服务湖北省科创板种子企业47家，金融助力持续激发科创企业创新动能。

以金融活水浇灌科技自立自强关键领域。实现科技自立自强，人才是关键。2020年，汉口银行创新推出“人才抗疫贷”，后升级为“人才贷”，全力助企纾困，为单一人才企业或科研机构提供最高5000万元的授信额度。截至2022年9月末，“人才贷”授信金额39.9亿元，为126家科创企业提供资金支持，全力支持科技成果转化，助力武汉一批高新企业在数据库产品、“芯”存储研制和芯片生产等领域创新技术。

站在新的历史起点，汉口银行将继续坚持创新引领，推动金融“第一推动力”与科技“第一生产力”紧密结合，支持更多科创企业登陆资本市场，突出对科研领域人才支持力度，以金融之力推动各类创新要素向企业集聚，努力打造科技金融新模式，在湖北建设全国构建新发展格局先行区中贡献力量。

数据来源：汉口银行