

第十二届全国少数民族传统体育运动会比赛项目走红网络

“一家人共享体育乐趣”

本报记者 潘旭涛

“竹子上花式空翻有多震撼”“原来爬树真的有全国比赛”……微博上的这些热门话题，都与一场运动会有关。

11月22日至30日，第十二届全国少数民族传统体育运动会在海南省三亚市举办，6960名各族运动员参加18项竞赛项目和170个表演项目的比赛。56个民族欢聚一堂，共同奏响中华民族一家亲、同心共筑中国梦的华美乐章。

▲西藏代表团运动员次旺曲珍（右）和香港代表团运动员卢善衡（左）在活动中互赠礼物。
新华社记者 陈朔摄

比赛“火出圈”

龙舟竞渡、毽球激战、绣球飞舞……运动会上各项比赛轮番上演，一个个精彩瞬间让网友大饱眼福。

人民网微博发布视频“竹子上花式空翻有多震撼”，并配文：“广东队在表演项目中展示的‘竹上表演’引得现场‘哇’声一片。”视频中，运动员从竹竿上跳起，腾空旋转，然后稳稳地回落到竹竿上。在留言区，网友赞叹道：“身姿轻盈，技艺精湛，叹为观止”“心态和实力真强呀”“台上一分钟，台下十年功”。

本届运动会新增一项集趣味性、娱乐性和竞技性于一体的运动——攀椰子竞速。这几天，攀椰子竞速比赛在网上“火出圈”。

“人民日报”微博发布视频“酷啊！运动员6秒多爬上一棵椰子树”。视频中，运动员起跑冲刺到椰子树下，一个箭步跃到树上，手脚并用奋力向上攀爬，几秒钟时间就到达椰子树顶端……网友在留言区评论说：“整套动作一气呵成”“身轻如燕”“这个项目很有特色”。

新华网微信公众号发布文章《这段视频火了！网友：看得我一愣一愣的……》，详细介绍了攀椰子竞速运动：运动员在9米（男子）或7米（女子）的天然椰子树或人工制作的仿真椰子树上进行攀爬，参赛选手自选攀爬姿势，爬到椰子树顶端并触碰计时按铃，用时最短者获胜。攀椰子竞速关键在于起跑和攀爬的节奏，考验的是队员的攀爬技巧、体能耐力。



▲演员在第十二届全国少数民族传统体育运动会民族大联欢活动的欢迎仪式上表演竹竿舞。
新华社记者 陈泽国摄



▲代表团成员体验“踢毽鼓”游戏。
新华社记者 李志鹏摄



▲一名运动员在游艺区体验沙滩足球。
杜笑微摄（新华社发）

赛：头球、倒钩球……激烈的回合、精彩的比拼，引来观众连连叫好。毽球场地类似羽毛球场，比赛双方隔网相对。规则与排球相近，如在三人赛中，3名参赛者要在4脚内击球过网，比赛采取三局两胜制。毽球的技术动作十分丰富，观赏性不亚于花式足球。1995年第五届全国少数民族传统体育运动会上，毽球首次成为竞赛项目。

央视新闻客户端介绍了高脚竞速项目比赛：运动员的双脚踩在绑了脚蹬的两根长竿上，脚蹬的高度距离地面30—35厘米，两根长竿像是运动员在赛场上的“战马”。由于长竿的材质多是竹子，所以高脚竞速运动员也被叫作“竹马飞人”。高脚竞速不仅是速度的比拼，更是技巧的较量。

光明网报道了花炮项目比赛：“砰！”引线燃尽，花炮冲天。双方队员紧盯着花炮方向，心中默算落点，双脚不停踱步，随时准备冲上去抢花炮。传递、掩护、强攻——拿到花炮的一方要尽快将花炮投入己方得分区的花篮。追赶、搂抱、截断——防守方则需要干扰对手，并抢夺花炮。

别具一格的民族传统体育项目充满了生活智慧和乐趣。新华社客户端文章写道：“独竹漂”高手仅凭一根细长的竹竿，就能在水面上翩翩起舞；“高脚竞速”的比赛用具源自土家族、苗族群众在雨季代步或涉水过浅河的工具，赛场上运动员们双手各持一杆，“同手同脚”奔跑，上演“速度与激情”；民族健身操融合了多民族舞蹈动作，把民族舞蹈的柔美与健身操的力度相结合，实现了传统民族文化与现代健身运动的完美融合。

赛场情谊深

全国少数民族传统体育运动会是各民族大联欢、中华民族一家亲的盛会。各民族共学共乐，在欢乐的氛围中增进了解和情谊。在微信上，网友评论说：“比赛氛围和谐、融洽”“中华民族是一个大家庭，一家人共享体育乐趣”“各族人民共团结，同繁荣”。

据新华社客户端报道，珍珠球是本届运动会身体对抗最激烈的项目之一。记者在赛场看到，运动员们在场上每球必争，但在比赛期间如有运动员倒地，两队不分彼此，相互伸出援手。终场哨响后，双方列队握手致意，并向对方教练、裁判员及现场观众鞠躬致谢。新疆队安尼卡尔·艾尔肯说：“让我最开心的是，每次打球不管出现什么碰撞，对手都特别好。”

中国新闻网报道称，场上是对手，场下是朋友。11月24日，攀椰子竞速决赛结束，获得女子一等奖的海南队队员符诗军与获得二等奖的广西队队员韦姬华紧紧相拥。两人互道祝贺，热情邀请对方到自己家做客。“训练之余，我们会互相交流一些参赛心得，探讨攀爬技巧，她也教了我很多。”韦姬华说，她们相互学习、鼓劲，也期待以后常聚。

光明网评论称，跟随第十二届全国少数民族传统体育运动会的脚步，我们可以看到，最炫民族风“炫”在美美与共的民族大团结，“炫”在中华民族大家庭的一家亲，“炫”在人民参与的烟火升腾。办好一场盛会，凝聚千万人心，这也是全国少数民族传统体育运动发展锚定的目标。

央视新闻微博发起话题“原来爬树真的有全国比赛”。大量网民参与讨论：“运动员们身手矫健，每一个动作都充满力量”“这个比赛很接地气”“跟速度攀岩类似，值得好好推广”。

民族风情浓

珍珠球、民族式摔跤、高脚竞速、花炮等传统体育项目悉数亮相本届运动会。这不仅是一场体育盛会，更是一场民族盛典、文化盛宴。赛场上的“最炫民族风”深深吸引了现场观众和广大网友。

人民网发文介绍了毽球项目比

「厨房画家」的励志故事

本报记者 李贞

近日，“中央广电总台中国之声”微信公众号报道了一名“厨房画家”的励志故事，让很多网友看到了热爱与坚持的力量。

“厨房画家”名叫刘涛，目前在清华大学的一家餐厅当厨师。同时，他也是中国美术家协会会员，他的绘画作品被外交部永久收藏，在联合国教科文组织总部展出。

白天，刘涛在清华大学甲所餐厅，出品一道道凉菜；工作以外的时间，他几乎都在自己的“画室”里度过。“画室”也是刘涛的住处，就在离清华大学不远处的一处胡同里。这是一间5平方米的老房子，屋内除了木板搭起的单人床和堆满颜料、调色盘、手稿、书本的书架，剩下可挪动的空间只有两平方米。这间“陋室”里，装着刘涛三十多年的热爱。

刘涛来自河南农村。上小学二年级时，刘涛偶然看到书本上的一幅插图，觉得“画画很好玩”，于是他开始“画书”，临摹各种书本上的插图。过年时，村里放鞭炮，他就临摹鞭炮包装纸上的图案；拿到大人的空烟盒，他也能画半天。后来，全校、全村人都知道这个叫刘涛的小孩爱画画。

但刘涛贫困的家庭无力帮他实现“艺术梦”。后来，他开始跟着亲戚学习

厨艺，做起了厨师。可是无论工作多累，脱下厨师服，刘涛就想拿起画笔，他说这样自己心里才踏实。

2004年，刘涛来到北京，成为北京航空航天大学厨师。闲暇时，刘涛去了潘家园旧货市场，看到了齐白石、吴冠中、梵高等名家的画册，新世界的门打开了，他也开始寻找自己独特的绘画风格。

刘涛想起了幼时母亲赶庙会回来时带的泥泥狗。这种河南周口淮阳太昊陵庙会特产的泥塑，以当地特有的泥土捏成各类动物形状，黑色铺底，明艳的绿、黄、红、白四色彩绘点线和各种符号铺满全身。儿时的玩具为刘涛提供了灵感。他开始用家乡的胶泥为颜料，以白毛巾为画纸，勾勒出黑色的线条，着上五彩的颜色。

2009年，经朋友推荐，刘涛的作品被北航艺术馆创始馆长蔡劲松看到了。蔡劲松很受震撼，并很快为刘涛办了个人画展。一百多幅作品，大部分都是毛巾上作的画。“线描彩绘”，刘涛高兴地说，自己的风格终于有名字了。

“北航小厨师办个人画展”的故事，让刘涛半只脚踏进了画家圈。他依旧孜孜不倦地画画，也有了更多机会认识专业人士、获得新知。

一次画展中，他偶然看到清华大学

美术学院教授杜大恺的作品。画得真好啊！他想，如果能跟着杜教授学画画该多好！他对杜大恺任教的清华大学美术学院书画研修班向往之，但他又觉得“清华大学”这几个字好像离自己太远了。

最终，刘涛鼓起勇气，按流程提交了五六幅作品。2016年8月，他收到了研修班的入学通知书。35岁这一年，从未接受过科班训练的刘涛终于有机会系统地学习绘画。

初到清华大学的教室，同学们聊国外画家聊得热闹，刘涛在一旁又是自卑，又是激动：“我两眼发光，就在旁边听他们讲，确实学到很多东西。”

经过学习，慢慢地，刘涛知道怎么调色、怎么构图，也会设计人物了。每节课、每分钟，刘涛都很珍惜；用泥土作画的手艺，他也从没丢掉。每回一次老家，他便挖上几十斤家乡土，背到北京。

独特的画风、高产的作品……到清华后，刘涛参展的机会变多了。2017年，刘涛的作品《五色土和符号》受邀参加第七届中国北京国际美术双年展。也是这幅画，在联合国教科文组织总部展出，被外交部永久收藏。这是一个意外而巨大的鼓励，刘涛觉得，画画这件事有了水到渠成的感觉。

2019年，刘涛成为中国美术家协会



刘涛在进行绘画创作。图源：“中央广电总台中国之声”微信公众号

会员，并出版了自己的第一本绘本作品《仓颉大叔和汉字的奇妙故事》。

这一年，刘涛还成了清华大学甲所餐厅的凉菜师傅。他做的凉菜里，有清华的建筑、景观、文化，遇到主题活动，他更是绞尽脑汁：“一桌菜有时候我晚上构思到一两点，先画草图，画完草图以后才能把它呈现出来。用什么菜，叫什么名字，画清华哪个景点，菜

用什么原料，怎么呈现它的形。”刘涛说，厨师和画家，两个身份都给了自己成就感和快乐。

刘涛的故事激励了很多网友。网友“万事如常”说：“从厨师到画家，热爱的力量真强大！刘涛的故事催人奋进。”网友“紫丁香”说：“坚持的过程很辛苦，但也总有收获。相信坚持梦想的人，都能收获幸福。”