

责任编辑:张秀娟 视觉编辑:任飞宇

冠军之路·河北奥运夺金运动员成长探秘

巩立姣:21年,坚持只为梦想

□记者 张艺萌 刘澜澜



2021年8月1日,32岁的巩立姣站上了东京奥运会的最高领奖台,此时,她已经有21年铅球生涯,经历了7届世锦赛和4届奥运会,“这一刻我等得太久了,我站在最高领奖台,所有的坚持都是值得的。”

少年萌芽铅球梦

1989年,巩立姣出生在石家庄鹿泉区一个普通的农民家庭,12岁时通过选拔进入了鹿泉体校,开始接受正规训练。“当时见到立姣的时候,她留着短发,非常利落,看

起来像个男孩子。”巩立姣在体校的教练曹志海说,“立姣投球出手快,爆发力强,是天生的爆发力好。”

上天给予的天赋加上后天的不懈努力,使立姣在进入鹿泉体校2年之后就再次通过选拔进入了石家庄市体校。

在石家庄市体校,立姣跟随教练范焕文训练铅球。“立姣刚来市体校的有效成绩是三公斤铅球能投8米48,在同龄孩子里是中等偏上的水平,但是她的爆发力非常好。”范焕文告诉记者,当时就是看上了

巩立姣的爆发力。立姣在训练时非常能吃苦耐劳,悟性好,学东西很快。范焕文说,立姣在跟他练习了三年以后,3公斤铅球的成绩就达到了17米57,进步非常快。

进入省队 崭露头角

2004年,年仅15岁的立姣参加了河北省运动会,立姣被河北著名铅球教练李梅素看中并招人麾下。

“从一进省队,立姣就把拿到世界冠军挂在嘴边,这是她训练时的目标和动力,更是她的梦想。”李梅素告诉记者。

2008年北京奥运会,19岁的立姣出战女子铅球,获得第五名,但因为有选手被查出违规,立姣递补获得铜牌;2012年伦敦奥运会,立姣获得第四名,由于有选手违规金牌被收回,立姣由第四名变成铜牌,再之后递补银牌。连

续征战两届奥运会,立姣一直没能看到中国国旗在奥运会的赛场上升起。

2016年,立姣转战里约奥运会。当时立姣27岁,正值运动生涯巅峰期,按她的话说,特别想在黄金年龄展现自己,在奥运会赛场取得突破,可惜事与愿违,立姣最终只获得第四名。

2017年,立姣开始迎来大丰收——伦敦田径世锦赛,立姣以19米94夺得金牌;紧接着在苏黎世举办的国际田联钻石联赛中再夺第一名,这也是钻石联赛创立以来,第一位拿到单项总冠军的中国运动员。

21年坚持 奥运梦圆

“世锦赛金银铜,奥运会银铜,就差金牌了,到东京奥运会是必须的,爬也要爬过去。”在立姣的心里,一直向往着奥运会的最高领奖台。

8月1日,东京奥运会女子铅球决赛在新国立竞技场举行,立姣发挥出色,以20.58米的个人最好成绩击败众多强敌,获得金牌。

21年的努力和坚持,都是为了实现这一个奥运梦想。在比赛结束后接受采访时,立姣说,“太难了!这一刻我等得太久了!所以人一定要有梦想,万一实现了呢,我实现了!”

热爱与梦想支撑着立姣走上铅球运动之路,坚持不懈让她赢得了又一个又一个全省冠军、全国冠军、世锦赛冠军,一直到奥运冠军。

再过一个月,立姣将要代表河北征战全运会。“同作为河北籍的队员,为巩姐感到骄傲和自豪。”今年22岁的张林茹一直把立姣视为自己的目标和榜样,“全运会,我们将和师姐并肩战斗,相信我们河北队员可以取得好成绩!”

孙颖莎:奶气的脸 霸气的球

□记者 张晓明 李皓



“最奶气的脸,最霸气的球!”中国乒乓军团“00后”小将孙颖莎第一次登上奥运会的舞台,两次力压日本队最有实力的运动员之一伊藤美诚,在东京奥运会上斩获一金一银两枚奖牌。

5岁结缘乒乓球:眼睛里全是球儿

2000年11月4日,孙颖莎出生在石家庄。5岁时,为了让她锻炼身体,孙颖莎的母亲把她带到了乒乓球特色学校石家庄市和平西路小学练习打球。

“孙颖莎刚来练球的时候差不多刚到台子,扎着两个小辫儿,奶甜奶甜的。”8月7日,正在石家庄和平西路小学乒乓球训练中心指导孩子打球的陈晓琳教练说起孙颖莎,张口就是夸赞。

“颠球的时候,有的孩子颠不了几个就去玩了,孙颖莎能把自己沉浸在里面,不受周围环境的影响。”陈晓琳告诉记者,一般的孩子颠两三板就不颠了,孙颖莎每次都能坚持5板甚至更多。

“跟谁打都认真,表情看不出一点厌烦。每次规定的练球

时间结束后,莎莎总是不走,只要场馆的灯亮着,她就会一直练。”石家庄市和平西路小学乒乓球训练中心主任吕钊说,刻苦加“痴迷”就是孙颖莎练球的日常。

8岁获得河北省苗子调赛冠军

天分和努力的加持,让孙颖莎很快脱颖而出。2007年,7岁的孙颖莎被选到了和平西路小学执教高年龄段学员的田跃祥教练的队伍里,当时她是年龄最小的队员。

田跃祥介绍,在河北省苗子调赛中,孙颖莎跟一群比她大两三岁的选手比赛,获得了冠军,那一年她刚刚8岁。

“莎莎对自己要求很严格,有争劲儿,咬劲儿,对每一板都不放弃,不会乱打一个球。”田跃祥教练有时候带了一天课会有一些疲惫,但一跟孙颖莎打球,他就来神了。正是孙颖莎的这种敢打敢拼、执着不放弃的态度,让她一路前进。

一路闯关升级变身“小魔王”

2010年,10岁的孙颖莎因

为在全国少年赛上的出色表现被选拔进了河北省队。

“我从来没有见过她这样的运动员。”在孙颖莎省队教练杨广弟印象中,她虽然在队里年龄最小,但练习最为刻苦。

生活里除了乒乓球还是乒乓球,在集训一个月后,孙颖莎就牢牢占稳了第一名的位子。

可即便是这般刻苦训练,孙颖莎从省队到国家队的进阶之路依然艰辛。

2014年全国少年乒乓球锦标赛上,孙颖莎意气风发,却意外止步16强,再次被国家队拒之门外。终于,孙颖莎在15岁那年,凭借过硬的技术和超乎别人的心理素质,敲开了国家队的大门。

17岁时,孙颖莎从国家二队跻身中国女乒一队。2017年,在亚洲青少年乒乓球锦标赛上,年仅17岁的孙颖莎在出战的四个项目上全部夺冠,拿到了女单、女双、混双以及女团四项冠军。这一系列成绩的取得,孙颖莎只用了21天。因此,她在国际乒联的世界排名从无到有,当年7月份一跃升至第十位。外界形容她犹如

“一阵旋风横空出世”。

一颗体育新星正在冉冉升起

在东京奥运会比赛中,第一场混双失利后,中国乒乓球队顶着巨大的压力。

“这时需要英雄站出来,就看谁能站出来。孙颖莎在应对伊藤美诚的时候打了一个漂亮的阻击战,使球队的士气得以迅速提升。”中国乒乓球协会主席刘国梁不只一次地表达对孙颖莎的肯定。

重压之下,孙颖莎在7月29日乒乓球女子单打半决赛中以4:0横扫伊藤美诚,与陈梦顺利会师决赛,提前为中国体育代表团锁定这枚金牌。在8月5日结束的乒乓球女子团体赛中,孙颖莎再次以3:1

击败伊藤美诚,帮助中国队拿下第二场对阵。最终,由陈梦、孙颖莎、王曼昱出战的中国队以3比0的大比分战胜日本队,获得冠军。孙颖莎也为河北乒乓史上增添了首枚奥运金牌。

“孙颖莎是这届奥运会最耀眼的新星之一。虽然她女单没有拿冠军,但在国人心中早已超越了冠军的影响力。”在刘国梁看来,孙颖莎的性格和打球一样,不纠结、很干净。

“单打比赛结束时,很多人问我,作为‘00’后运动员我最希望大家看到什么。我想就是勇敢和无畏吧,希望自己能一直带着这份‘莎气’继续前进,希望有一天我也能成为真正的‘大魔王!’”8月6日,孙颖莎在微博上写道。

(上接第一版)增强“四个意识”,坚定“四个自信”,做到“两个维护”,不断提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力,推动第一批教育整顿问题线索清仓见底,第二批教育整顿取得扎实成效。

王东峰强调,要坚持目标导向、问题导向、结果导向,高标准高质量推进第二批政法队伍教育整顿各项任务落地落实。要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入贯彻习近平法治思想和习近平总书记“七一”重要讲话精神,深入贯彻习近平总书记关于加强政法队伍建设的重要指示和训词精神,突出政治建设、突出表率作用、突出建章立制,聚焦筑牢政治忠诚、清除害群之马、整治顽瘴痼疾、弘扬英模精神“四项任务”,切实抓好学习教育、查纠整改、总结提升“三个环节”,全面正风肃纪、反腐强警,使省级政法机关政治生态进一步优化、纪律作风进一步好转、素质能力进一步增强、执法司法公信力进一步提升,示范带动全省政法机关加强革命化、正规化、专业化、职业化建设,打造一支信念坚定、执法为民、敢于担当、清正廉洁的政法队伍,更好肩负起党和人民赋予的职责使命。

王东峰提出六点要求。一

深入开展第二批政法队伍教育整顿 坚定不移打造党和人民的政法铁军

要加强政治建设,确保绝对忠诚、绝对纯洁、绝对可靠。坚持把旗帜鲜明讲政治作为第一要求,把忠诚作为第一标准,持续深化党史学习教育和“四史”宣传教育,不断强化党的创新理论武装,深入开展政治性警示教育,大力弘扬英模精神,增强高举旗帜、听党指挥、忠诚使命的自觉性和坚定性。二要坚决清除害群之马,扎实营造风清气正的良好政治生态。落实“自查从宽”“被查从严”政策,深化自查自纠、线索收集和案件查办,充分用好“四种形态”,维护政法队伍肌体健康。三要持续整治顽瘴痼疾,切实解决执法司法突出问题,深入开展“我为群众办实事”实践活动和“我为基层解难题”活动,促进严格公正执法司法,让人民群众在每一个司法案件中感受到公平正义。四要强化建章立制,以制度化形式巩固政法队伍教育整顿成果。针对第一批教育整顿发

现的系统性、普遍性问题,结合第二批教育整顿查摆出的问题,加强改革创新,健全完善问题整改机制、正风肃纪长效机制和权力监督制约机制,加快构建上下贯通、内外结合、系统完备、规范高效的执法司法制约监督体系。五要全力抓好队伍建设,打造党中央放心、人民群众满意的政法铁军。强化政法机关领导班子建设、专业能力建设,持续巩固提升县公安局长跨市交流、派出所长市内跨县交流成果,加强政法部门主要负责同志和班子成员任职交流、政法机关纵向交流,不同政法部门横向交流和班子内部轮岗交流,依法依规依纪严格教育管理政法队伍,进一步提升政法干警的法律政策运用能力、防控风险能力、群众工作能力、科技应用能力、舆论引导能力。六要切实维护安全稳定,以教育整顿为契机建设更高水平的平安河北。切实把教育整顿成果转化为强大工作动力,着力筑牢“三道防线”,统筹抓好常态化疫情防控、信访积案化解、扫黑除恶、安全生产、森林草原防火和防汛救灾等工

作,不断增强人民群众获得感、幸福感、安全感。

王东峰强调,要坚持加强党对政法队伍教育整顿的全面领导,以严的标准和实的举措推动党中央决策部署落地见效。要强化组织领导,压实各级党委和政法机关党组织主体责任,充分发挥领导小组及其办公室和各成员单位作用,形成教育整顿整体合力。要强化统筹协调,推动第一批教育整顿与第二批教育整顿无缝衔接,持续推动教育整顿与党史学习教育、巡视整改、政法领域全面深化改革等有机结合,务求取得实效。要强化舆论引导,加大宣传力度,发动群众参与,切实营造良好的政治氛围、舆论氛围、社会氛围,确保圆满完成第二批政法队伍教育整顿各项任务,为全面建设社会主义现代化强省、美丽河北提供有力保障。

徐大哥的“致富经”:小土豆变成“金蛋蛋”

在德胜村的微型薯大棚里,一株株薯苗长势喜人。“再过一个多月,这批微型薯就能收获啦!”看着一个个鹤鹑蛋大小的微型薯,徐学海高兴地说,“现在这个棚里种的品种是‘V7’,去年一粒卖到了4毛钱,我种了三个大棚,挣了7万块钱!”作为籽种的微型薯,颗粒

(上接第一版)孙贵英心里活泛起来。

“我们村离草原天路、中都草原都很近,而且七八月份正是张北的旅游旺季。”孙贵英把村里分到的两套住房租给了民宿公司,由公司统一代管经营,自己则到公司做了民宿管家。

“我在这里打工,一个月能拿到近3000元,我家两套房每年租金有3万元。”当起打工人的孙贵英心里有着自己的打算,“公司上岗有培训,工作中还能学到不少新东西。”

和孙贵英一样,德胜村的很多村民也把自家的房子租给了公司。“目前我们公司租用了14套村民的闲置房源作为民宿,德胜村有10位村民在公司打工,做民宿管家或者保洁的工作。”德胜村民宿经理樊琴向记者介绍,7月份民宿入住率达到80%。

徐大哥的“致富经”:小土豆变成“金蛋蛋”

在德胜村的微型薯大棚里,一株株薯苗长势喜人。“再过一个多月,这批微型薯就能收获啦!”看着一个个鹤鹑蛋大小的微型薯,徐学海高兴地说,“现在这个棚里种的品种是‘V7’,去年一粒卖到了4毛钱,我种了三个大棚,挣了7万块钱!”作为籽种的微型薯,颗粒

短新闻

1-4级分散供养困难残疾军人 10月8日起可申请资助

本报讯(记者万前进)为进一步推进党史学习教育“我为群众办实事”实践活动,用心用情用力解决困难退役军人“急难愁盼”问题,河北省关爱退役军人基金会联合河北省慈善总会推出“关爱1-4级分散供养困难残疾军人”项目。

此项目主要针对享受社会救助政策后,仍有困难的1-4级分散供养困难残疾军人进行资助。10月8日起,有帮扶需求的困难残疾军人可自愿委托家庭成员提出书面申请,书面申请由村(社区)退役军人服务站受理。

石家庄机关事业单位 门前1799个车位免费向市民开放

本报讯(记者康义通 通讯员郭俊岭)8月17日,石家庄市规范停车场管理工作领导小组办公室发布信息:即日起,石家庄市10个县(市、区)机关事业单位所属门前广场、空地设置的停车场(名单附后),向社会开放共享。

目前,石家庄正在全面清理规范占用公共资源私有停车场。据统计,截至目前,共清理占用公共资源的私有产权停车场40处,清退泊位1377个、面积20214平方米,清除隔离桩(墩)750个;整改私设停车场98个,打击非法收费违法犯罪24起,拘留非法收费人员9人;依法处理机动车乱停乱放等违法行为3万余辆次,排查治理“僵尸车”708辆,形成了强大的法律威慑。

图说



初秋的衡水湖,开始从盛夏的繁华进入秋日的静美。游走湖边,一荷一世界,一步一风景,更能感受到“秋荷独后时,摇落见风姿”的韵味。图为游客在衡水湖荷花园内拍照留念。 通讯员 申静摄

长城融媒

程李美家庭:愿做一颗绿色种子

她是一名“85后”,曾是青春靓丽的都市白领。而今,她却脱掉高跟鞋,回到家乡,扛起锄头种树。是子承父业,扎根承德基层,促使她做出这个决定,是父亲几十年潜移默化影响,是对“爱岗敬业、无私奉献”良好家风的传承!



理由不止于此,“我们要为村里发展再增加一个产业!”

今年德胜村集体流转了100亩土地用于艾草种植。除此之外,村内还在建设一个艾草加工厂,未来还会发展艾草产品的加工和研发,向着大健康产业大步迈进。

德胜“村晚”:好日子跳出来唱起来

坐标:德胜村文化广场
8月4日晚上8点30分,德胜村的文化广场上又点起了篝火,游客和村民围着篝火快乐地唱歌跳舞。

“我是从北京过来的,第一次参加篝火晚会,真热闹!”游客李先生告诉记者,“来的时候完全没想到,一个村子能如此有特色,非常好玩。”这边的篝火晚会热闹非凡,德胜村的小剧场内排练的节目也精彩纷呈。

《德胜锣鼓庆丰收》《四大嫂夸德胜村的新面貌》……一个个村民自编自演的节目,戏里戏外都透着新生活的喜庆劲儿。

“现在生活变好了,大家晚上没事就会聚在一起排练节目,如果有外地游客来参观,我们还会给他们表演。”舞蹈队队员刘桂英说,“节目表现的都是我们在这里的好日子,跳出的都是我们的幸福生活!”