

冲刺全国残特奥会,我市30名运动员、教练员将代表山西省参赛

他们,为梦想全力以赴

□记者 郝丽莎 文图



▲聚精会神练习轮椅击剑



▲专注训练足球技能(资料图)

“想拿好成绩就得多练”“我要突破自己”“目标是冠军”……这些质朴坚定的心声,来自正在全力备战全国残特奥会的运城运动健儿。全国第十二届残运会暨第九届特奥会将于12月8日正式拉开帷幕,我市30名运动员、教练员将代表山西省参赛,在轮椅击剑、特奥足球、象棋和飞镖4个项目中角逐荣誉。

近日,记者走进训练基地,近距离感受残疾人运动员的拼搏点滴,聆听他们汗水背后的追梦故事。

目标:力争全国冠军

上午8时,运城市特奥足球训练基地内,11名运动员已开启新一天的训练。传球、跑位、射门……这些寻常动作,对智力残疾人而言,需要重复无数次才能形成肌肉记忆。而特奥足球比赛,正是为这一群体搭建的竞技平台,既能改善他们的身体机能,又能助力他们更好地融入社会。

“注意防守!”场外,教练张以刚和永济市残联联股负责人黄军平紧盯场上每一名队员。作为我市残疾人体育运动的优势项目,运城市特奥足球队自2016年4月成立以来,多次代表山西省出战,斩获全国残特奥会特奥足球项目、全国特奥足球比赛的冠军,战绩斐然。12月,他们将再次向最高荣誉发起冲击。

“9名运动员参加五人制足球项目,两人参加个人技术赛,年龄从15岁到43岁不等。这是我们第三次参加全国残特奥会,目标依然是冠军。”黄军平说。

为了这一目标,队员们1月份就进入备赛状态,近3个月更是增加训练强度。

他们上午练习个人技战术,下午主攻团队配合,每天完成10公里体能拉练。健全人三五遍能学会的动作,他们要练30遍、50遍,通过持续重复训练形成肌肉记忆。

球队中,杨子浩和隋未斌是经验丰富的老将,曾两次参加全国残特奥会。他们带领队员快速磨合,团队默契度日渐提升。训练场上,即使汗水浸透衣衫、身上带着伤病,也没人抱怨一句。“体育比赛,不上场永远不知道结果,但我们必须以最好的状态去准备。”黄军平说。

突破:努力超越自我

“一定要掌握主动权,多进攻……”11月25日,运城市残疾人体育训练基地内,两组轮椅击剑选手正进行花剑实战对抗,金属剑撞击的清脆声不绝于耳。队员们稳坐轮椅,一手紧握轮椅边缘保持平衡,一手持剑精准出击。一旁,教练讲解着技术要点,其他选手则专注进行个人击靶训练。

轮椅击剑是一项适合脊髓损伤、下肢截肢或其他肢体残疾运动员参加的运动项目,赛事包括团体赛和个人赛,分花剑、佩剑、重剑3个剑种。据主教练周明介绍,此次参赛的9名运动员(5男4女)大都身兼多项。

“我们两个月前开始集训,现在是技术提升阶段,下周将进入状态调整和赛前心理辅导阶段。”周明介绍,除常规的以老带新、以赛代练外,还安排了残健同训,让运动员接触更多类型的选手,提升实战能力。此外,教练团队还根据9名运动员各自身体条件制订了个性化训练方案。

“大家状态很好,虽然累,但都憋着一股劲想拿好成绩。”周明说,轮椅击剑项目中,江苏、上海等代表队实力强劲,他们的目标是突破历史最佳——此前团体最好成绩是第三,个人最佳是第五。

训练从8时30分到17时30分,包括各个剑种的专项练习和力量训练。休息间隙,记者看到每位运动员手上都布满老茧,新旧血泡层层相叠。“轮椅击剑不是用手腕,是靠手指发力控制剑尖。”运动员张帅一边介绍,一边展示手中770克的重剑,“这个看着不重,但要用手指精准控制剑尖,需要很强的力量和技巧。”

这是张帅第三次征战全国残特奥会,随着年龄和经验的生长,他对这项运动有了更深的理解:“训练肯定枯燥,但想拿好成绩就得多练。”

梦想:绽放生命光彩

除了特奥足球和轮椅击剑,象棋、飞镖两个项目的运动员也在各自场地加紧备战,为共同的目标全力以赴。健儿们安心备战,也离不开我市各级残联的支持。

集训期间,完善的医疗保障、贴心的后勤服务筑起坚实后盾。餐厅根据运动员的能量消耗科学定制菜品,市残联的慰问更给大家送去了温暖与鼓舞。

“‘残健共融,天下大同’,残疾人勇敢走出家门、投身体育运动赛场的那一刻,便已是自我超越的胜利者。当前,正值深入学习党的二十届四中全会精神的关键阶段,在市委‘一城两区三门户’目标和思路的指引下,市残联将坚守‘服务、代表、管理’核心职责,扎实推进残疾人工作。”市残联党组成员、副理事长李志涛

表示,今后,市残联将强化残疾人体育运营管理,做精做细后勤服务保障,以昂扬姿态全力备战残特奥会,奋力为运城市、山西省增光添彩,让残健共融的暖流在拼搏中涌动,让生命的光彩在赛场绽放。

记者手记

对残疾人运动员来说,体育的意义早已超越奖牌与名次,它是打开心扉的钥匙,是重拾自信的底气。

绿茵场上,足球让孩子们敞开心扉,找到融入社会的自信和勇气。训练馆内,轮椅击剑运动员用布满老茧的双手,握住了属于自己的锋芒与尊严。

第四次征战全国残特奥会的韩秀秀坦言,接触轮椅击剑后自己变化很大,如今经常和大家交流,性格也开朗了许多。即便备赛压力大,她也能通过集体复盘、分析技术细节缓解焦虑。不光韩秀秀,特奥足球运动员杨子浩也因体育运动改变了人生,刚开始他不愿意和外界交流,现在他特别开朗,正常的人际交往没有问题。踢足球对他的康复很有帮助,更让他对未来充满信心。

“能参加国家级赛事,特别激动!目标就是超越自我,不辜负所有人的期待。”韩秀秀的话,道出了所有运动员的心声。不久后,他们将带着这份期待踏上赛场,那里不仅有奖牌的角逐,更有生命力量的精彩绽放。

记者 郝丽莎

我市两劳务品牌亮相全国劳务品牌发展大会

运城晚报讯(记者 范楚乔)近日,在广西南宁举办的第三届全国劳务协作暨劳务品牌发展大会上,我市两家劳务品牌参与其中,“永济面师”参加了大会品牌展示活动,“樱子好管家”代言人端木英芳当选特色劳务品牌形象代言人。

这场国家级盛会,由人力资源社会保障部、农业农村部、中央广播电视总台、广西壮族自治区人民政府共同主办,大会以“协作促就业 匠心树品牌”为主题,通过搭建全国性平台,集中展示各地以协作为纽带、以品牌为引领促就业的生动实践,促进劳动力市场供需对接。

一个劳务品牌就是一张就业名片,不仅能培养一大批技能人才,更能带动一方群众就业增收和产业发展。“永济面师”和“樱子好管家”均为我市培育的省级劳务品牌,此次在全国舞台亮相,展示出我市在劳务品牌规范培育、技能提升、带动就业、扶持创业等方面所取得的良好成效。

盐湖区第三实验幼儿园:爱心捐赠传真情

运城晚报讯(记者 陶登肖)11月26日,盐湖区志愿者协会收到盐湖区第三实验幼儿园的爱心捐赠,包括土豆、萝卜等价值240元的蔬菜及现金354.5元。该园教师还参与到“爱心早餐”备菜环节,以实际行动奉献爱心。

据悉,爱心物资将用于协会开展的各项公益活动,精准服务于需要帮助的群体。捐赠结束后,幼儿园教师们挽起袖子,在“爱心粥屋”忙碌起

来。她们和志愿者一起清洗、分拣、处理蔬菜,为制作爱心早餐做准备。

盐湖区志愿者协会副会长丁斌代表协会接受捐赠,对盐湖区第三实验幼儿园的善举表示衷心感谢。他表示,这些捐赠为公益活动的开展提供了宝贵的物质支持,教师的亲身参与志愿服务,是对志愿者精神最好的诠释。此次捐赠不仅是爱心的传递,更是一堂生动的社会实践课,更为幼儿树立了乐于奉献、关爱他人的榜样。