

在他们的故事里，感悟中华体育精神的魅力

本报记者 朱英杰

8名代表，50多分钟的发言，获得了50余次掌声。11月15日，北京人民大会堂，第33届奥运会中国体育代表团报告会现场，观众席上一次次自发响起的掌声、代表团成员一张张热情洋溢的笑脸、现场听众们一声声难以抑制的点赞，以最生动的方式诠释着奥运会中国体育代表团为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏的中华体育精神的魅力。

——敢于奋斗就有荣光。

报告会上，国家举重队运动员刘焕华讲述了自己为实现中国男子举重大级别突破，实现前辈未完成的梦想，面对短短三个月涨10公斤体重，完成体重和级别双重跨越，面对极限挑战毫不退缩的奋斗故事。“我一天要吃五顿饭，除了训练之外，嘴巴里一直在塞东西。”“体重涨上来之后，自己变得很笨重、体能跟不上。我踩着变速单车进行无氧训练时，体能教练和队医拿着垃圾桶站在我旁边，我踩一会儿吐一下，吐完了继续踩。”

奥运会赛场上，最让国家游泳队运动员张雨霏感到难忘的是女子100米蝶泳决赛的经历。张雨霏动情地说：“即使我拼尽全力，最终还是没能夺冠，起水后，我有些失落。颁奖仪式结束，我绕场致意，抬头看见观众席上挥舞的一面五星红旗，听到许多观众高喊‘张雨霏加油’‘张雨霏你很棒’……此时，万千思绪在心中翻涌，我突然鼻子一酸，泪水夺眶而出。大家对我的鼓励和支持，让我再次深切地感受到，我不是一个人在战斗，身后站着的是一直支持我的祖国和人民。”

最终，在巴黎奥运会上，刘焕华打破了欧美选手在这个项目上长达几十年的垄断，拿下了中国男子举重大级别第一枚奥运金牌，而张雨霏也成为了本届奥运会获得奖牌数最多的运动员。

——勤于坚持就有意义。

“在别人犹豫着是否要放弃梦想的年龄段，我们依然选择‘再拼一次’。”54岁的国家射击队男子手枪速射项目教练员张建伟掷地有声的话语令人动容。40余年的坚守，让他终于带领队员李越宏获得了奥运会金牌，也让他感慨：“奥运梦串联起来的，不仅是我个人的梦想，还有无数体育工作者艰苦奋斗的精神传承，更是综合国力增强、民族自信提升的时代缩影。”

“我已经获得了三届奥运会金牌，伤病在身，还要不要再拼一次？”“国家需要我、队伍需要我。我还能坚持！”国家跳水队运动员曹缘为使命坚守、为热爱坚持。“我爱起跳后在空中飞翔翻腾、我爱入水时波澜不惊、我爱佩戴世界大赛奖牌、我爱听到‘奥林匹克冠军——中国曹缘’。我最爱的是，站在领奖台上看五星红旗冉冉升起，深情歌唱《义勇军进行曲》，我期待着在国际赛场上，特别是在奥运会赛场上，再次唱响这首歌！”曹缘仅短短几十秒的发言，收获了两次震耳欲聋的掌声。

国家乒乓球队运动员马龙付出了常人难以想象的努力。“世界男子乒坛竞争日趋激烈，对我来说，不光是赢得冠军很困难，有时候甚至赢一场比赛也都很难。”“但冲刺巴黎奥运的这三年，我从未降低对自己的要求，我没放下球拍，也没缺席任何一次队内封闭集训。”从大家口中完美的“六边形战士”到现在自己心中更好的马龙。马龙表示，不想浪费每一分钟，因为某一天、某场比赛都可能是自己的最后一场比赛。坚持的背后是传承的信念，“接过前辈的接力棒，我们要努力延续国乒荣耀，将中华体育精神和奥林匹克精神发扬光大，让中华民族精神和时代精神交相辉映。”马龙说。

——勇于奉献就有收获。

巴黎奥运会赛场上，从黄雨婷和盛李豪的奥运首金到郑钦文的创造历史，从全红婵的成功卫冕到潘展乐的霸气夺冠……“00后”小将们在赛场上展现出了谁与争锋的气势、扛起了为国征战的大旗。

“奥运会不仅是对个人能力的检验，更是国家体育综合实力的展示。”“每一块金牌背后，都离不开祖国的支持，离不开整个团队的支持和付出。”当梦想照进现实，潘展乐以46秒40的成绩打破世界纪录，获得中国在该项目上的首枚奥运金牌后，潘展乐这样感慨，“我深知，我不是一个人在战斗，我的背后是强大的祖国！我在水下前的一刻更加深刻地感受到了大家的期望。我要把这块金牌，献给伟大的祖国！”

“以国之名，奋楫争先时，我已不再是自己，是一名昂扬向上的中国青年运动员。奥运赛场上我反复告诉自己‘我必须做到，我也一定能够做到！’”为国争光，黄雨婷选择将“小我”融入“大我”，她说其实自己在奉献中收获了更多：“我也曾感到过疲惫，但想要突破自己的信念，实现为国争光的梦想，让我战胜了这种疲惫。越是在低谷的时候，训练越教会我坚持的意义。努力有时候不一定会有收获，但只要朝着正确的方向坚持努力，总有一天会有收获——一个更强大、更坚定的自己。”

■ 记者手记

掌声的背后是什么？

雷动的掌声不时地响起，在人民大会堂上空回荡着，经久不息……

掌声的背后，蕴含着哪些个人情感？记者亲临现场体会，其中有骄傲和自豪、有鼓励和支持、亦有理解和心疼。

掌声的背后，又有着怎样的群体共识？我想是民族精神的振奋，是奋进力量的凝聚，是新时代中国精神、中国力量、中国风貌的彰显。

习近平总书记在8月20日会见第33届奥运会中国体育代表团时强调，中国体育代表团的优异成绩，既是我国体育事业发展进步的集中体现，也是中国式现代化建设成就的一个缩影，充分彰显了新时代中国力量。

透过运动健儿们可钦可敬的故事，中国力量得以更加具象化地刻在每一位观众心中。

据悉，在当天的报告会现场，3000余名观众中有不少都是青年及大中小学学生代表。而通过网络的传播，还将有千千万万青年人、学子们透过这场精彩的报告会感受体育荣光背后所蕴藏的力量。相信这份力量将激励每一位参与者、聆听者在漫长的人生路上更加勇敢地面对困难、更加昂扬地积极进取。

也相信，这样的活动也会促使更多人对运动员多些包容与理解：值得我们鼓舞的远不只是光鲜的成绩。拼搏过就无怨无悔，奋斗过就值得赞扬！

（朱英杰）

委员履职“服务为民”

冠军们将思政课送进中小学校园

11月11日至14日，全国政协教科卫体委员会专题调研组赴海南开展调研，派出小分队赴10所中小学开展委员履职“服务为民”送体育下基层活动，为孩子们开设多场别开生面的“冠军思政课”。委员和嘉宾们通过分享赛场上的拼搏故事，让同学们近距离感受世界冠军的魅力，引导学生深入了解中华体育精神的价值意蕴、中国体育事业的发展历程、中华体育文化的精神内涵。本版邀请随行记者整理分享。

——编者

短道速滑冠军杨扬：

强健之体魄，筑强健之中国

说到中国体育大家首先可能会想到金牌，但实际上体育在不同时期一直与我国社会发展紧密相连。

在新中国成立初期，毛泽东同志提出，“发展体育运动，增强人民体质”。体育课成为我们必不可少的一门课程。20世纪70年代，“乒乓外交”以“小球转动大球”成为中美关系史上的佳话。改革开放时期，我们回到了奥林匹克大家庭，体育界最早喊出“冲出亚洲，走向世界”口号。1984年，中国射击运动员许海峰在第23届美国洛杉矶奥运会上获得了我国第一块奥运金牌。

20世纪90年代，随着我国经济的快速发展，我们再次提出“奥运三问”，中国什么时候能够举办奥运会？2001年7月13日，我正在备战2002年盐湖城冬奥会，当天晚上我们在前往北京的火车上，守在收音机旁焦急地等待申奥结果，忽然间听到北京申奥成功的喜讯，那一刻整个火车都沸腾了，那天晚上全中国也都沸腾了，我们向全世界证明了中国的实力，同时也表明了全世界对中国的肯定。

2008年北京奥运会，我们向世界展示了一个富强起来的中国，开幕式至今仍是经典，同时也是我国体育史上的一个里程碑，中国队第一次拿下金牌榜第一。

可在此之后，突然有一些疑问说：“拿这么多金牌和我们老百姓有什么关系？”随后，党中央提出“从体育大国向体育强国迈进”。新时代，我国大力发展以人民为中心的体育事业，把全民健身和健康中国上升为国家战略，推动全民健身和全民健康深度融合，全民健身工作取得了历史性成就。

体育是国民健康程度的标尺，是社会文明的表现，是国家实力的象征。“体育强国”不是一个形容词，而是一个动词，如何用体育强大国家，如何让更多人参与体育活动，让每个人都有机会去参与体育，也成了我们体育人的使命和目标。“少年强则国强”，面向未来，我们还要以强健之体魄，筑强健之中国！

（讲述者系全国政协委员、世界反兴奋剂机构副主席）

跆拳道冠军祝林芳：

做追梦者，当圆梦人

同学们，你们有梦想吗？你们的梦想是什么？

我最初也只是一名普通的中学生，并没有想到能成为一职业运动员。一次暑假，我陪朋友参加体育专业队选拔，自己却意外被录取，误打误撞开启了跆拳道职业选手生涯。成为职业选手之后，我想着光靠苦累可不行，要想办法拿全国冠军才行，那怎么拿全国冠军呢？那就必须练习别人没有的技术。

看了上千场比赛后，我发现男生有一个旋转踢的动作是女生极少做的，练好了很可能为我带来机会。于是我用别人休息时间坚持练习，死磕动作，直到动作娴熟。也正是通过这项技术，我获得了世界军人跆拳道锦标赛女子51kg级别冠军和女子最佳技术奖。

在成为世界冠军后，我放弃

体育工作者吴宇红：

努力拼搏是最美姿态

8月3日，21岁的郑钦文以6：2、6：3战胜了克罗地亚选手维基奇，为中国网球赢得史上首枚女单奥运金牌。同时，她也是第一位站上奥运会该项目最高领奖台的亚洲运动员。

在巴黎奥运会男子100米自由泳决赛中，中国选手潘展乐以46秒40的成绩夺冠，并打破了世界纪录，尊重对手、遵守规则，以实力说话，生动诠释了公平竞争的真正含义。

在万众瞩目的里约奥运会女排决赛现场，观众的加油声如潮水般汹涌，响彻云霄。郎平教练率领的女排队伍，在先失一局的不利局面下，展现出顽强斗志，力挽狂澜。最终，朱婷一记势大力沉的重扣，造成对方打手出界，成功战胜塞尔维亚队，再次站上了奥运的最高领奖台。

努力拼搏是最美姿态，超越自我是最佳状态。中国女子自由

（本组稿件为本报记者杨岚整理）



▲海南省五指山市南圣中心学校的同学们在“冠军思政课”上积极向委员、专家们提问。

（全国政协教科卫体委员会办公室供图）

射击冠军金泳德：

不服输、不放弃、顽强拼搏

今天我想给同学们介绍一个既熟悉又陌生且充满激情与挑战的领域——军事体育。

军事体育是结合军事理论和体育训练的一种特殊体育形式，它不仅要求参与者具备高超的体能和技能，还要求具备坚强的意志和纪律性。在现代社会，为了促进世界和平，国际军事体育理事会通过各国军队间的体育比赛来加强交流互信。

我出生在一个军人家庭，小时候父亲经常用他的经历和精彩的英雄模范故事来教导我，也因此我从小立志当一名军人。机缘巧合之下，我接触到了射击这一项目。然而冠军之路从来不是一帆风顺的，除了刻苦训练之外，还需要克服伤病等诸多困难。我曾一度因为骨龄问题被迫中断训练，在重新加入射击队后，我的专业能力被同龄人拉开一大截。

体育精神，是不服输、不放弃、顽强拼

曲棍球冠军马弋博：

人生不会因为一次胜负被定义

中国女曲被称为“冰山雪莲”，雪莲精神用4句话来诠释：不畏困难的生存精神，持之以恒的坚持精神，始终如一的团队精神和永不言败的拼搏精神。

我从16岁才开始练曲棍球。刚进队时，我们每月要通过测试淘汰队伍的最后一名队员，而幸运的是，我每个月都是倒数第二名，直到20岁那年，我被选进了国家队。作为国家队年龄最小的队员，刚开始更多的是去学习 and 控球，当我看见打过奥运会的师姐们在训练中穿着国家队运动服，心里特别羡慕，我也希望有一天可以穿上国服，为国争光。当找到梦想后，我开始没有休息日地加练。终于在半年后的一次训练中，我作为替补上场，此后我在主力的位置上再也没有下场过。

我觉得永不言败不是一种盲目的坚持，人生不会因为一次胜负而被定义，当下让我们最痛苦的事也是让我们成长最快

羽毛球冠军王懿律：

如何面对失败，会让人生不同

在竞技体育比赛中，冠军往往只有一个。

我原本比较不爱争抢。2018年亚运会上，我们半决赛遇到了中国香港的一对选手。恰好在一个月前的世锦赛上，我们刚和他们交过手，并且赢得非常轻松。这让我在心态上有些放松，导致最终输掉了比赛。

亚运会对于我们来说是非常重要的比赛，也承载了很多人的期望。输球后，我整个人都蒙了。也由于我的输球，让决赛出现了巨大的悬念。在回住地的路上，我不断回想总结这场比赛我们到底输在哪，总结下来，我认为一个月不足以让技术有质的飞跃，是我的心态出了问题，我对拿金牌的欲望远远不够。当天，我在备忘录里写下了一句话激励自己：2018年8月26日，你对金牌有多渴望，就有多大希望拿金牌。

▼祝林芳委员在海南省五指山市第三小学上完“冠军思政课”后，被孩子们团团围住。

祝林芳 摄



搏的精神。在这样的自我要求下，一步一个脚印，踏踏实实按照教练员的要求练习基本功，在别人休息时，我继续练习，才有了现今的26次世界冠军。

作为社会的新一代，你们身处在一个瞬息万变的时代，面临着前所未有的机遇与挑战。首先，应当树立正确的价值观，明确自己的使命和目标，注重全面发展，提升自我素质。其次，要勇于担当，将个人发展与社会进步紧密相连，努力成为一个有理想、有道德、有文化、有纪律的人，以实际行动践行社会责任。最后，提升体能素质也是我们必须要做的事情，要积极锻炼，提高身体素质，只有拥有健康的身体，我们才能更好地面对未来的挑战。

让我们“砥砺奋斗、为国争光”。（讲述者系全国政协委员、中央军委训练管理部军事体育训练中心军用射击队副队长）

的时候，比如训练，比如学习和考试。永不言败是要明确自己的理想和目标后，在追求的路上不管遇到什么困难都不轻易地放弃。当我们还不是冠军时，经常会觉得训练很累，很难坚持。而当我们获得冠军后，训练再没有人喊过累，因为我们很享受赢得比赛的滋味。当我站在最高领奖台上时，能深深体会到电视上看到的，我国运动冠军面对国旗升起时眼泛泪光背后的含义，所有的努力在短短的国歌声中像电影一样快速滑过。而当我们走下领奖台的那一刻，一切又从零开始，我要继续为下一个冠军而努力，让梦想在国旗下继续闪光。

冠军不是一天成就的，满分也不是听一堂课获得的。在追逐梦想的同时，要勇敢做自己的英雄和冠军！

（讲述者系辽宁省水上运动管理中心曲棍球教练员、辽宁省鞍山市台安县下薄村驻村第一书记）

在这之后，不管在生活中还是训练中，我有了改变。每天六七个小时常规训练后，我会跟年轻人一起晚上去加练，我想你们在训练中能杀100个球，我就能杀120个。生活中，我从心理上暗示自己要去拿冠军，在参加奥运会前那段时间，大家拍照喜欢比耶，我就要比1，因为1根手指代表第1名；3个人走在马路上，我要走中间位置，因为领奖台中间是第1名。在这样疯狂的心理暗示下，我激励自己必须成为冠军。

失败是我们生活中的一种常态。如何面对失败，会把人分成不同的样子。有的人会被失败击垮，有的人能够不断地爬起来继续向前。当我们失败时，要去拥抱失败，总结经验，然后继续前进，这样才能让失败更有意义。

（讲述者系浙江大学教师）