

6 生态新青海 激情新省运 健康向未来

—— 聚焦省第十八届运动会第四届全民健身大会

2022年8月13日 星期六 组版编辑 谭晶晶 美术编辑 帕姆卓玛

“乒”出精彩 超越自我

一“决”省运

本报记者 王有力

“少给正手，别着急，还有机会，把心定下来。”这位“场外指导”是西宁市民王有祯，看着正在赛场上挥汗如雨的外孙，王有祯的脸上写满了自豪。

“我外孙贾镇宇正在打决赛呢，刚才落后我看他有点着急，给他定定心。”王有祯一边和记者说话，一边紧紧地盯着比赛的变化。

8月11日至13日，青海省第十八届运动会青少年乒乓球比赛在海南藏族自治州贵德县全民健身中心全民健身馆举行。这项比赛可谓是人气爆棚，因为是孩子打比赛，亲友阵容豪华又庞大。场地周围的空当处，家长们挤得满满当当。

8月12日上午8时30分，记者赶到比赛场馆时，运动员们已经开始热身了。

根据赛程，当日的比赛已经进入排名和冠亚军争夺赛，因此每一个人都很重视。孩子们在场上认真地练习，家长们则是自发当起了“勤务员”，孩子有能力上省运会打比赛，在很多家长看来这是一个了不起的开始。

青年男子组双打的半决赛最先开始，来自西宁七中的顾卓和湟川中学的贾镇宇组合是当日的夺冠热门，两人都参加过上一届省运会，最终在少年男子组单打决赛现场“会师”，是名副其实的冠军组合。这对组合非常有特点，顾卓显得更加活跃，贾镇宇则表现得更加沉稳，性格上的互补，让他们在赛场上朝气蓬勃不失稳重，配合十分默契。

一开始，两人打得还是比较拘谨，频频“吃”球，比分很快被拉开。第一局局末时，顾卓果断地叫了暂停。两人来到场边，相互交流存在的问题和应对的方法，相互拍拍肩膀鼓励：“别着急，稳一点，慢慢来。”小小的身体里散发着大大的能量，再次回到场上时，他们的眼神更加坚定，状态也显得更加沉稳。

一分一分地追，“咬”死每一个球，尽管第一局没能扳回来，但两人也通过这一局的回合基本掌握了对手的特点。第二局一开始，两人的跑动明显更加积极，进攻更加凶狠，防守更加严密。变化非常奏效，一下打乱了对方的节奏，两人快速拿下第二局。之后的比赛比分虽然胶着，但顾卓和贾镇宇更多地占据了主动，一鼓作气连胜两局，获得本届省运会青少年乒乓球比赛青年男子组的双打冠军。

赛后，顾卓显得非常兴奋。他说：“今天对手挺强的，我和贾镇宇就是抱着冲击对方的心态，做好困难准备，打好每一个球。等会儿我们还要一起打团体呢。”

贾镇宇的外公王有祯告诉记者，这次贾镇宇参加省运会的比赛，全家人都特别高兴，全家出动来给孩子当后援团。在王有祯看来，孩子能有一项体育运动的爱好非常好，和学习有很好的相互促进作用，家长应当全力支持。

当谈到乒乓球运动给自己带来的收获时，顾卓和贾镇宇都一致表示，乒乓球运动让自己变得更加坚强、坚韧、自信和不服输，是自己在课余之余最好的解压方式。

在他们身后的场地上，还有青年女子组、少年组的比赛，虽然他们的脸上还带着稚气，但在球场上却有着一颗令人惊讶的“大心脏”。胜不骄，败不馁，小小的乒乓球让他们的童年散发出更多的光芒，在省运会的赛场上“乒”出精彩，超越自我。

据青海省乒乓球协会秘书长于亮介绍，本届省运会青少年乒乓球比赛共有18支代表队的220名运动员报名参赛，年龄最小的5岁，最大的17岁，不论是报名人数还是规模都超过了历届省运会。本次比赛设置了15个组别，共产生47枚金牌。从报名情况和地域分布情况来看，代表队主要以西宁市和海西蒙古族藏族自治州为主，各县市也积极组队参赛，由此可以说明青海省青少年乒乓球项目整体发展平稳，目前正在进入一个上升阶段。

8月12日，第十八届省运会、青海省第四届全民健身大会各项目正在有序进行。赛事组委会发布的最新奖牌榜上，青少年组、成年市州组、高校组、行政企事业单位组和残疾人组奖牌排名均无变化。

省运“青春”

亲历省运，感受青春的力量

本报记者 公安安加

8月12日，在所有田径项目顺利完成比赛后的第一天，秦敬雯和她的朋友终于获得了短暂的休息时间。

立秋后的贵德县城天气异常闷热，连吹过的风里都裹挟着一丝热浪，偌大的田径场更是流金砾石。作为志愿者，在田径场火辣辣的阳光下忙活了近一个星期，秦敬雯和朋友原本白暂的面庞变得有些发暗，按她的说法，这叫“健康色”。

秦敬雯是西安交通大学城市学院的一名学生，眼看暑假即将来临，她原本打算利用暑假的空闲时间复习，备考专业资格考试，不料“贵德中学高三班级群”转发的第十八届省运会招募志愿者的消息，让她鬼使神差般地改变了原定计划，和朋友约定，一起报名参加。

“作为土生土长的贵德人，在家门口参与这么盛大的赛事，我觉得非常值得。”在匆匆逝去的年华里，能以这样的身份，在家乡参与四年一届的省运会，感受田径场上奋力拼搏的勇者精神，亲历和见证青海体育事业的蓬勃发展。秦敬雯认为，这是成长路上弥足珍贵的一次经历，也是青春年华上写下的浓墨重彩的一笔。

在省运会赛场上，志愿者们忙碌的身影，成为一道亮丽的风景线。维持开幕式秩序、引导嘉宾和老幼观众入场、帮运动员按时检录、保管运动员衣物，为运动员领取补给、为获奖者准备奖杯和吉祥物……看似简单的事情，秦敬雯和200多名同伴却模拟练习了无数遍。

8月1日下午报到集合以来，招募的200多名志愿者反复彩排练习，直到8月6日开幕式前夕，他们不惧赤日炎炎，不管汗流浹背，精益求精，将所有流程熟记心里。每一个人的辛勤付出，为的是同一个目的——让省运会更加精彩，让每一项竞技比赛进行得更加顺畅。

“虽然辛苦，但借此认识了很多志同道合的人，也从运动员身上学到了很多，这是一件很有意义的事儿。”秦敬雯对8月6日男子成年组10000米比赛中，来自青海柴达木职业技术学院的运动员负伤坚持，最后被劝出跑道而泪洒赛场的一幕记忆犹新。她说，那一幕幕为了胜利而咬牙坚持的场面，不禁令人感到震撼和感动，这一切，无疑将凝结成她成长路上宝贵的精神财富。

亲历省运会，用心感受运动员锲而不舍的勇者精神和赛场上的得失成败，秦敬雯感慨颇多：“回去就大三了，我的目标就是把我们的‘创新工作室’办好，多参加学校和省级大学生创新创业比赛，像省运会的健儿们一样站上领奖台，让大学生涯更加充实，更有意义。”

赛场掠影



因热爱而快乐 因热爱而成功



参赛选手奋力拼搏



参赛选手等待出场



超越自我 未来可期

赛场也是人生 青春处处可期

心中有火，总会燃烧；眼中有光，总会向前。在乒乓球比赛现场，参赛队员们精力充沛、各显神通，一方发球时专注地盯着乒乓球，抛球，挥臂，只见球快速越网而过，在球桌上划出一道优美的弧线。球桌的另一端，接球的运动员重心前倾，双脚分开，两

膝微屈，全神贯注判断落球位置，随后大步向前，侧身反击，你来我往挥汗如雨，场面精彩刺激，充分展现了省运会青少年积极向上、奋发有为的精神面貌和自强不息、永不言败的拼搏精神。

本报记者 王湘琳 摄

我与省运会

小小乒乓 快乐无限

讲述人：西宁市城中区代表队运动员汪晗予

8月11日下午，我和小伙伴王诗涵、穆应悦一起来到海南藏族自治州贵德县全民健身中心全民健身馆签到，在场馆的墙上，我们看到了少年女子乙组单打比赛的时间以及要和我们“一决高下”对手的名字。

这可是我们第一次参加这么大型的体育比赛呢，别看我们年纪小，为了这场比赛，我们也做了充足的准备。

学校放假后，教练就开始带领我们加训，一对一纠正我们的握拍姿势，指导我们练习发球，还会带着我们爬楼梯，做一些简单的体能训练。虽然我们练习乒乓球的时间比较短，但这一年多，我们很享受一起训练的时光，最重要的是，在“乒乒乓乓”的节奏中我们感受到了体育运动的快乐。

诗涵的妈妈曾经是校队的主力，特别喜欢乒乓球运动，我们常和她开玩笑：“你在妈妈肚子里就会打球了吧！”平时训练中，诗涵既自信又努力，进步非常快，她现在都有自己喜欢看的体育明星哩。悦悦年纪虽小，但性格古灵精怪的她很快就和我们“打成一片。”她的哥哥穆应轩也参加了本次比赛，参加的组别是青年男子组单打，是我们当中最厉害的，相信他能赢得比赛。

赛前热身练习时，我们看到旁边的哥哥姐姐们动作既标准又娴熟，心里特别羡慕，当时就想：什么时候能和他们一样应对自如？

我们三个人的比赛在同一时段进行，入场前，我们互相击掌加油，“亲友团”在场边为我们鼓劲。站在赛场上的那一刻，和平日训练的感觉确实不一样，裁判在一旁说明规则后，比赛正式开始。那一刻，其实我有点不知所措。第一局，我获得了发球权，失误后不禁心里一紧。想起教练叮嘱我们的话：“不要着急，放轻松去打。”

专注于比赛后，我的状态越来越好。只是从技术动作到战术思维，对来自黄南藏族自治州的小姐姐明显要比我强很多。三局比赛很快就结束了，我们相互握手示意，签字确认成绩后离开了赛场。

遗憾的是，我们三个人都止步于第一场比赛。输了比赛的我们，内心都有些失落和沮丧，但我们明白，未来还有很多机会。

“大家都很棒！”“你看，我还给你们拍了比赛的视频呢！”没关系，这是你们第一次参赛，努力积累经验，赛场上勇敢的你们就是我们的骄傲！”走出赛场的路上，“亲友团”一直在鼓励我们。

回想这一年多，接触乒乓球运动后，我发生了很多变化。在学习中，我的专注力比以前更高了，爸爸妈妈经常夸我学习的效率和完成作业的质量都提高了。而且，我也比以前更开朗，结识了很多好朋友。如今，每个周末我们都会相约打球，大家在一起打球很开心。

这一次，我们亲身感受到了体育运动的魅力，看到这么多人在打乒乓球，我们也要坚持下去。因为，乒乓球不仅可以锻炼我们的身体，还能让我们感受到体育运动的快乐。

（本报记者 张慧慧 整理）

“参加省运会是这个暑假最有意义的事情”

共享时光

本报记者 王有力 公安安加 张慧慧

参加完青海省第十八届运动会的比赛后，海东市平安区代表队的祁秀峰和刘晓婷踏上了回家的路，虽然在本届省运会上他们没有取得理想中的成绩，但两个小姑娘还是显得很高兴，因为这是他们第一次省运会经历，就像他俩自

己说的：“这是我们参加省运会的开始，以后还要积极参加体育锻炼，下一届省运会我们再来。参加省运会是这个暑假最有意义的事情。”

在本届省运会上，刘晓婷参加了女子少年乙组400米和3000米的比赛，祁秀峰参加了女子少年乙组100米和200米的比赛，他俩均是各自项目中年龄最小的队员。“我们都坚持下来了，虽然名次不理想，但我们对自已的表现很满意，看到了和别人之间的差距，才会让自己有更大的动力。”两位小姑娘侃侃而谈，除了说项目，谈得更多的还是收获和难忘的赛场回忆。

是的，四年一届的省运会是很多像祁秀峰和刘晓婷一样的孩子们向往的赛场，在他们眼中，省运会的“舞台”除了比赛的经历，更多的是收获了友谊，共享了赛场时光，还有每一次成败带给他们的成长和感悟。

在乒乓球赛场，刚刚夺得青年女子组双打冠军的王月颖和孟飞羽笑得特别灿烂，这场冠军之战打得非常艰苦，打满了5局，他们是在决胜局10比4落后的情况下，连续挽救了6个赛点反败为胜的。

王月颖告诉记者，在省运会的赛场

上遇到了很多强大的对手，自己是抱着学习的态度来参赛的，享受比赛的感觉非常美好，也让自己少了很多压力。因为即将升入高三，课业压力不小，所以也是在开赛前五天才参加了集训，能拿到冠军自己也有点小意外。“参加省运会让我的这个暑假更加充实，有欢乐、有感动，也有思考，也为我写作积累了素材呢。”

的确，省运会正值暑假，很多中小学生在纷纷走上省运会的赛场，在这里，他们为各自的代表队争金夺银，不但磨砺了意志，也扛起了荣誉和责任。