

秋千项目运动员赛场外互交朋友 友谊让她们“飞”得更高

■ 海报集团全媒体记者 周静泊

11月24日下午，海南队完成了第十二届全国少数民族传统体育运动会秋千项目的所有比赛。这是海南队首次参加秋千项目的全国赛事，4位黎族姑娘捧回了6枚奖牌，但在她们心里，这一路收获的友谊和成长，比手里的奖牌更加闪耀。

“10月刚到三亚集训的时候，高度项目最好成绩也就8.6米，今天决赛，已经能荡到10.2米了。”海南队秋千项目教练王锋说。

但4位姑娘仍有遗憾：“我们觉得自己还能做得更好。”

这是一支年轻的队伍。从2019年到2024年，5年时间，海南的4名秋千运动员从“新手村”出发，一路走向全国大赛的赛场。

和17岁的队友刘家爱、田晓婵比起来，海南队运动员罗赵妹与搭档文梅霞不算年轻，但日常训练时，大家都一样拼。“站在秋千上，那种飞翔的感觉让她们忘记自己的年龄，忘记训练的辛苦，一心只想‘飞’得更高。”罗赵妹说。

友谊还体现在毫无保留的经验分享中。

海南队运动员吴安珍和费廷红，是秋千项目强手。面对海南队的后起之秀，她们毫不吝啬地传授自己的经验与心得。

“今年5月在秦皇岛参加交流赛时，费廷红就教我怎么发力，怎么调整动作。”田晓婵说。

“这群小姑娘进步真大！”此次运动会赛场重逢，费廷红看着海南队在场上的表现，由衷欣喜。

当海南队的队员遇到瓶颈时，海南队的教练龙波给王锋解开了疑惑。

“有段时间，我们一直卡在3.4米的高度，就上不去了。试图荡得更高时，秋千就开始打转，秋千绳拧成麻花，一直突破不了，是龙教练给我支招，队员才有了新的突破。”王锋说。

在彼此的支持与鼓励中，来自全国各族的运动员们朝着突破自我的目标，不断努力。
(本报三亚11月24日电)

广西老将陆品鑫 连续四届参加运动会 “负重”秀创意洪拳



陆品鑫展示洪拳。海报集团全媒体记者 刘晓惠 摄

■ 海报集团全媒体记者 蔡曼良 刘晓惠

11月23日上午，一声声清脆的金属碰撞声和气势十足的呐喊声响彻三亚学院体育馆。正在进行的是第十二届全国少数民族传统体育运动会(以下简称运动会)民族武术男子传统四类拳比赛，来自广西代表团的运动员陆品鑫双手套着铜环，连贯有力地打出一整套洪拳。

出拳有力，收拳迅速，每一次来回挥拳，陆品鑫手上的铜环就会相互猛烈撞击发出巨响。一套拳展示结束，陆品鑫已是满头大汗。作为该项比赛唯一套着铜环打拳的运动员，陆品鑫的亮相引得现场掌声连连。

海报集团全媒体记者注意到，他双手各套着7个铜环。“每个铜环约1斤，每次练习都被打得很难受，但这些都是可以承受的。”陆品鑫告诉记者，戴铜环打拳是在此次比赛上的特别的事，日常练习时，手臂被打击淤青是常有的事，但基于对洪拳的喜爱，他都克服了。不仅如此，他还在洪拳套路中加入广西南拳，希望借此展示广西文化。最终，他在比赛中取得三等奖的好成绩。

今年28岁的陆品鑫是一名体育专科学校老师，今年是他连续第四次参加运动会。原本他还在犹豫是否参赛，但看到有不少比他年长的选手报名，他还是深受鼓舞便再次报名。“民族武术没有年龄限制，大家这种情怀和精神给人力量，也是一种文化交流的方式。”陆品鑫说。
(本报三亚11月24日电)

木球项目运动员 尽展拼搏精神和民族情谊 场内是对手 场外是朋友



广西队队员与河北队队员在木球小组赛中拼抢。海报集团全媒体记者 张茂 摄

■ 海报集团全媒体记者 刘子榕

“谢谢你们！我们学习到很多！”在第十二届全国少数民族传统体育运动会(以下简称运动会)木球项目小组赛第三轮比赛结束后，互为对手的宁夏队和贵州队运动员互相握手、鞠躬，随后拥抱在一起。

11月24日，运动会木球项目迎来小组赛第三轮和第四轮比拼。赛场内的他们，是竞技较劲的对手，赛场外的他们，是团结友爱的朋友。

在宁夏队和贵州队赛场上，两队频频进攻，但均未进球。10分钟加时赛的上半场，宁夏队运动员虎晓东抓住时机，挥棒一击，木球冲向球门，落在门线。按照规则，球体压线就算进球。随着裁判宣布得分，宁夏队瞬间沸腾雀跃。

今年40岁的虎晓东是宁夏大学的体育老师，他经历丰富，曾是珍珠球的教练，率队参加过全国少数民族传统体育运动会，也担任过全国木球邀请赛的裁判。这是他首次以木球运动员的身份参加运动会，在本届运动会开幕式上，虎晓东还担任宁夏队牵手手。在比赛后，虎晓东和队员们手牵手向裁判台和贵州队运动员鞠躬，队员们也纷纷鼓掌欢呼。“比赛后双方队员相互致谢，这是体育比赛潜移默化中的规则，也是尊重对手、尊重裁判、尊重比赛的表现，是体育精神的诠释。”贵州队运动员王皓民说，友谊第一，比赛第二，他和队员们也从宁夏队运动员身上学习到了许多。

“欢迎你们来宁夏玩，我们有壮丽的大漠风光和美味的烤肉大餐。”“也欢迎大家有空去贵州走走，我们的酸汤鱼和魔芋烧鸭都很美味，还有黄果树瀑布和千户苗寨等你们来。”在结伴走出赛场的路上，宁夏队和贵州队运动员们相互发出热情邀约。
(本报三亚11月24日电)

海南代表队三人板鞋队刻苦训练 伤痕是运动员独特的“勋章”

团结

射弩竞赛 项目规则有变化 预赛成绩将不在决赛中累加、 比赛观赏性提升

本报讯(海报集团全媒体记者胡丽齐 实习生李耀星)11月23日，第十二届全国少数民族传统体育运动会(以下简称“运动会”)射弩竞赛项目在三亚开赛。本届运动会该项目规则有哪些新变化?将带给运动员哪些方面的挑战?

竞赛表演部项目裁判长吴广琳介绍，在历届比赛中，总分成绩为资格赛20支箭的成绩加上决赛10支箭的成绩。而本届运动会中，预赛成绩将不会在决赛中累加。比赛观赏性提升，对运动员的稳定性和心理素质提出更高要求。

“资格赛的成绩进了前8名之后，在决赛阶段，所有人的资格赛成绩全部清零，等于进了前8名的运动员要重新开始计分。”吴广琳说，决赛阶段的10支箭比赛中，运动员先在限定的时间内自行发射5支箭。从第6支箭开始，每支箭射击时间限时30秒并宣布每箭成绩，“从这两天赛事来看，比赛争夺非常激烈，尤其是决赛环节的这10支箭要求每个运动员必须发挥自己的最佳状态，在10支箭内展现自己最强的能力，才能夺得优异的成绩。”

■ 海报集团全媒体记者 余育豪

“先用绷带把脚趾缠住，减少板鞋摩擦带来的疼痛。”在三人板鞋竞速检录前，海南队队员何文福小心翼翼地脱下那双充满褶皱的运动鞋，熟练地用绷带将脚趾和脚面上一圈一圈缠住，留下伤口仔细缠一圈又一圈。

11月24日上午，第十二届全国少数民族传统体育运动会(以下简称运动会)板鞋竞速男、女60米比赛即将开始，海南队队员在场馆外一角稍作休整。

何文福一边缠着绷带一边谈起了以前的经历，他在海南中学白沙学

校上学的时候以田径项目训练为主，后来在教练的鼓励下，开始接触板鞋。至今训练了大概5年时间。

“要让板鞋发力，需要微微抬起脚掌，让脚掌上钩住板鞋上的黑色皮带，长久训练，脚上就出现了擦伤。”何文福说，刚开始训练的时候脚上出现伤口会觉得不适应，训练时速度也不快，后来逐渐习惯，慢慢适应，开始有了自己的控板节奏。

“脚上的伤痕我们都习惯了。”对

他而言，不管新伤旧伤，早已习以为常，这些伤痕，就像一枚枚独特的勋章，让板鞋在赛场上飞驰。

“加油，我们的努力不会白费，今天跑完去吃清补凉。”海南队队员韦平一边热身一边鼓励队友。他说，队友的伙伴们经常在赛后去吃清补凉，一边吃一边交流比赛的经验。

“以前没有经验的时候会紧张，现在习惯后就平常心了。”张欣欣是

队里的小师妹，在脚上缠好绷带后，一边热身一边说道。

海南队板鞋队的教练钟进华回忆，2009年板鞋队刚成队时，队员们往往没跑多久板鞋就掉出来，这些孩子都是经过无数次的训练才达成了如此默契的配合，他们的经验是，只要保持正常心态就能发挥出日常训练时的水准。
(本报三亚11月24日电)

海南代表队在蹴球项目中收获友谊 比赛“蹴”进民族团结

■ 海报集团全媒体记者 杜倩荷 潘頔

“作为东道主，能在家门口比赛很激动也很开心！”11月23日，第十二届全国少数民族传统体育运动会(以下简称运动会)男女混合蹴球比赛在三亚学院风雨球场拉开序幕，海南代表队分别迎战安徽、广东、山西、北京、湖北代表队。

身体微微前倾，左脚撑地、右脚踩球，轻轻一“蹴”，蓝球撞击红球，滚出场外……比赛在一张长、宽约10米的正方形平坦地面上进行，海南代表队蹴球运动员们聚精会神，全身心投入比赛中。

边不停做着记录，一边为队员们出谋划策。据悉，海南代表队此次参赛的选手均来自黎族、壮族和布依族，均为海口经济学院的学生。其中，含一名在校生、两名应届生和一名毕业生。

蹴球运动员金仕蕊是第二次参加运动会了，相较于队友，她有较为丰富的参赛经验，也希望将这些经验分享给队友们，为海南代表队比赛助力。

“我们在一起训练了三个多月，训练期间我们会及时沟通，有什么问题都会给对方指出来，这样有利于我们更快地培养默契和信任度。”作为金仕蕊的搭档，陈振兴坦言相比于单人项目的单打独斗，双人项目可以和队友相互鼓励，在赛场上有个“战友”会让自己心里更踏实。

在本届运动会中，海南代表队遇到了不少“老朋友”，也结识了不少“新朋友”。

“之前跟贵州、广州等队伍借过比赛，大家都挺熟的，也算借着运动会大家老友相聚了。”金仕蕊笑着说道。

“这次参加蹴球项目的少数民族朋友有很多，大家在一起沟通无障碍，关系十分融洽，在比赛中也会帮对方捡球等等，很多小细节都会有爱。”赵倩倩表示，希望大家通过比赛展示自己训练的成果，在比赛中收获友谊，促进各民族运动员的交流互动。
(本报三亚11月24日电)



蹴球男女混合双蹴球比赛中。新华社记者 陈泽国 摄