

全军院校“强军杯”篮球赛拉开帷幕,王治郅、苗立杰等篮球名师进校园——

放飞篮球梦想

■本报记者 仇建辉 通讯员 杨浩强



「冠军龙服」彰显中华美学

东京奥运会中国体育代表团领奖服发布——

■王满琦 曹涌

奥运前奏

随着东京奥运会一天天临近,中国体育健儿的备战也更加紧锣密鼓。为了能够在东京升国旗、奏国歌,他们一直在努力。日前,东京奥运会中国体育代表团领奖装备正式发布。在东京,中国体育健儿将身穿新一代的“冠军龙服”走上领奖台,充分彰显中华美学。

据悉,本次“冠军龙服”由奥斯卡“最佳美术设计”奖得主、著名视觉艺术家叶锦添先生操刀设计,创新性地加入了小立领和一字扣等中式元素,将中国传统文化理念、哲学与运动版型相结合,彰显中华美学。此外,“冠军龙服”的面料也蕴含了大量科技元素,由多种功能性材料拼接融合而成。

奥运冠军领奖鞋,设计团队参考了汉代出土织锦文物“五星出东方利中国”,并在鞋面的飞织花纹中采用了织锦中云纹、瑞兽、日月等图案,寓意中国体育健儿能在奥运赛场上创造佳绩。在科技方面,采用了Nitro Speed氮气超临界科技材料和Smart Sam智能分子吸震科技两项顶尖科技,实现回弹减震二合一的功能,让运动员穿着更舒适。

即将出征奥运会的选手们跃跃欲试,希望身着“冠军龙服”登上奥运最高领奖台。2016年在里约为中国男子跆拳道斩获奥运首金的赵帅说:“穿上‘冠军龙服’,心中倍感亲切,期待能在东京再次站上领奖台。”这款“冠军龙服”美观大气,也赢得了徐嘉余、汪顺、肖若腾等知名运动员的喜爱,他们纷纷表示希望自己穿着它登上奥运领奖台。

除了“冠军龙服”,中国体育代表团还联合安踏共同发布了游泳、体操、举重、拳击、摔跤等队伍的奥运比赛装备。这些装备均采用了各自领域内先进的科技元素,为选手在奥运赛场上摘金夺银助力。例如,举重鞋采用超耐磨纤维,是普通材料的2.5倍,能承受超过1吨的重量;举重服设计了腰部支撑系统,防止大重量导致的肌肉损伤;摔跤服通过面料的防抓科技,降低了被对手抓握的机会;体操服则通过3D立体剪裁,实现全方位贴合人体,减轻空中的翻腾、旋转动作受风阻的影响。近年来,科技为体育赋能,为竞技助力,成为一个热门话题,中国体育代表团期待能在这方面走在世界前列。

在推动科技助力奥运备战的同时,这些国家队装备研发的创新成果也将运用在面向业余爱好者的产品上,旨在为每名体育爱好者提供更专业的装备选择,让大家在日常锻炼中体验科技的魅力。

7月23日,时隔5年的奥运会将再次走进我们的视野。中国体育健儿能够斩获多少枚奖牌,一直是外界颇为关注的话题。我们期待,能有更多中国健儿身穿“冠军龙服”站上奥运领奖台。

下图:运动员与小朋友一起展示东京奥运会“冠军龙服”。 石浩祺



花甲老兵的马拉松

■曾宪斌

接触马拉松后,我也希望通过自己的努力为这项运动添加一抹红色。于是,我组建了“红色马拉松”跑团,多次参加各地举办的马拉松活动,在宣传健康生活方式的同时,也让更多人了解红色革命历史。

在我的家乡——南雄市拥有很多红色景点。2017年,在精心设计路线后,我组织跑团及外地跑友,正式在家乡举行了第一届红色马拉松,用脚步将毛泽东群众大会演讲地、水口战役旧址等多个红色景点串联起来。极具特色的红色景点,让不少外来的跑友深受感动。这次马拉松,经过媒体的报道宣传和跑友们的口口相传,产生了很大的影响,不少跑友在比赛结束后还自发地前来打卡,对当地的红色文化传播、红色旅游起到了积极推动作用。

过去4年,无论严寒酷暑,都没能挡住我奔跑的脚步。我不仅自己跑步,还积极带动和鼓励身边的家人参与马拉松运动,追寻健康的生活方式。

我的弟弟,体重曾近200斤,肩周炎疼到举不起胳膊,去医院看看也只能短暂缓解。从2017年起,他在我的鼓励下开始跑步。不到一年,体重竟然下降了50斤。2017年底,我们兄弟一起参加广州黄埔马拉松,而且都完成了全马。2019年,我更是带着一家三代参加马拉松比赛。7岁的外孙女参加了她人生的第一场马拉松比赛,虽然只是走走跑跑的结合了8公里的迷你马拉松。

花甲之后,我希望自己有一个健康的身体,也希望影响更多人参与到运动中,为健康中国出一份力。



军体观察

6月的西安,烈日炎炎,酷暑逼人。空军军医大学的篮球场上,王治郅顶着烈日站在篮下,一边做着防守动作,一边对着队员大喊:“大家一定要注意,运球到篮下时要左手完成上篮,这主要是训练我们双手的运球、控球能力。”

面对来自空军军医大学篮球队的小伙子们,王治郅教得非常认真、细致。在训练之前,他亲自将训练用的标志物摆放在球场中圈、底线,还认真丈量标志物距离场边的距离,各项准备工作既专业又显专注。

“今天这节课,主要教大家一些基本功的训练方法,比如左手运球、左手投篮、传切配合、投篮动作等。别看这些都是基本功,但不少高水平的专业运动员也没掌握好。希望大家能认真学习,掌握训练方法后回去好好练,在‘强军杯’篮球赛中打出水平和能力,为自

己的学校增光添彩。”开训前,王治郅将当天训练的主要内容做了简要介绍,学员们则早已摩拳擦掌,跃跃欲试。

队员从底角出发,左手运球通过场上的障碍物,然后上篮;3名队员进行横跨全场的传切配合,定点投篮;队员分为两组,每组9人进行两手运两个篮球的接力赛……训练时,站在中圈附近的王治郅认真观察场上队员的情况,不停地提醒着:“左手运球,到防守人跟前做一个变向,然后继续向前运球……”

理论联系实际,才能学以致用。在上午的训练课结束后,下午一场篮球对抗赛悄然开赛。对阵双方分别为空军军医大学的研究生队和基础医学院队。随着裁判一声哨响,比赛拉开帷幕。赛场上,队员们精准的传球、快速的抢断、漂亮的外线投篮,赢得场内外阵阵喝彩。

一番激烈的对抗后,队员们迎来最开心的时刻。王治郅、张晗兰、张世龙、李明昊等篮球教练员与空军军医大学球队的学员们进行了一场篮球友谊赛。面对这些明星选手,官兵热情高涨,不仅

进攻果敢,防守也十分积极,每当王治郅拿球时都有两名队员快速上来包夹。接球、出手、命中……虽然运动能力已不复当年,但王治郅还是依靠超高的投篮命中率征服了现场的观众。赛后,等待签名、合影的学员排起了长龙,王治郅也一一满足战友们的愿望。

为推动军队体育建设转型,发挥体育运动在人才培养中的特殊作用,培养军校学员团队协作和顽强拼搏精神,促进全军院校体育创新发展,中央军委政治工作部、中央军委训练管理部今年筹划组织了全军院校“强军杯”篮球赛。赛事分为院校内循环赛、军兵种院校间选拔赛、全军院校交流赛三个阶段进行。经过各单位认真筹划准备,各院校内循环赛已陆续拉开帷幕。

据悉,为提升院校举办篮球赛的能力和水平,中央军委训练管理部此前专门在南京举办了全军院校裁判员培训班,系统教授篮球竞赛规则和裁判方法,为全军院校培养75名篮球裁判骨干;安排军事体育训练中心篮球专业教练员、运

动员组成4支小分队奔赴相关院校,进行篮球组训、竞赛等专业知识培训和实战技能教学。为官兵上一堂篮球教学课、打一场明星友谊赛、开一次研讨交流会……王治郅、蒋彤、张晗兰、宋忠义、胡克、陈丽莎、温克明、王中光、陈楠、苗立杰、倪淑华、李栋等我们所熟悉的球员及教练参与到了这次篮球进校园活动。

“篮球,一直是官兵特别喜爱的体育活动,也与我有着不解之缘。希望能通过我们的微薄之力,让篮球运动在军营更好地开展起来。”王治郅直言,此次篮球服务和指导进校园活动,只是一个起点,未来他们将在提升基层篮球运动水平方面做更多的尝试。

图①:王治郅在空军军医大学组织队员训练。 李锐摄

图②:篮球教练员与火箭军士官学校的队员进行篮球友谊赛。 马启雷摄

图③:苗立杰在国防大学政治学院组织篮球训练。 周宇宏摄

图④:战略支援部队航空工程大学学员进行篮球比赛。 刘子平摄

精彩“篮”不住

■黄晨 王彦荣

体谈

篮球,作为军营中非常普及的体育运动,在无数官兵的军旅生涯中留下了难以忘却的记忆。

优雅的弧线、明快的节奏、团队的拼搏、多变的战术……在很多官兵心中,篮球已不仅是一项体育运动,更承载了军旅生活的激情、活力、执着与梦想。

众所周知,我军官兵与篮球运动的渊源颇深。早在1938年年初,八路军120师师长贺龙就组建了一支篮球队——“战斗篮球队”。在紧张的战斗岁月里,120师“战斗篮球队”始终是一边战斗,一边积极开展体育运动。1940年,“战斗篮球队”应邀赴延安参加比赛取得全胜。毛泽东同志接见了“战斗篮球队”全体队员,给予他们极大的鼓励。朱德总司令赠给他们一面锦旗,上书“球场健儿,沙场勇士”。

篮球运动可以丰富官兵业余生活。在篮球场上,忘情奔跑、全力拼抢、奋勇争胜,对部队官兵而言,篮球很多时候不仅仅是一场比赛,更是一种精神的放松和勇气的释放。

篮球运动可以增强集体凝聚力。篮球是团队运动,无论是上场比赛的选

手,还是在场边等待机会的替补队员,或是在场下加油助威的战友,比赛期间都会拧成一股绳,为了胜利而竭尽全力,这种精神是十分难能可贵的。一场篮球比赛,不仅可以活跃基层部队的氛围,更可以增强团队的凝聚力。



军体小知识

圆柱体原则

什么是圆柱体原则?

圆柱体原则,是在篮球运动中判断运动员相互接触时是否犯规的一种规则。在国际篮联的规则中,规定每名运动员都占据了一个假想的圆柱体空间,它包括该队员上方的空间,以及身体和四肢所组成的立体空间。圆柱体原则用来保护球员所占据的地面位置和他上方的圆柱体空间不被侵犯。

规则规定,一旦运动员离开他自己的圆柱体并与已经确立圆柱体的对方

走步

走步,是篮球运动中的一种违例,也被称为带球走步违例。

判断运动员是否走步,首先要明确运动员的中枢脚,这是个关键因素。确定好中枢脚后,走步就好判断了。在运球前,必须先离手,然后中枢脚再抬起,否则会被判为走步。而在运球结束后,如果球在手上,运动员走两步以上未将球出手,也会被判为走步。

在传球或投篮时,中枢脚可以抬起,但需要在中枢脚落地前将球出手,

走步

否则也会被判为走步。我们耳熟能详的“三步上篮”,就是这一规则的衍生品,所以“三步上篮”实际上是走了两步,最后一步抬起中枢脚并在落地前将球出手,而一旦你在落地时球还没出手,那就要被判为走步了。

如果运动员在场上跌倒,合乎规则地获得了篮球的控制权,此时运动员持球滑动、滚动或试图站起来运球,都会被判为走步违例。

(杨利博)

我与体育

马拉松对我来说,不仅是一项运动,更是一种积极向上的生活态度。

我爱跑马拉松,更喜欢跑有意义的马拉松。今年是建党100周年,作为一名老党员、一名老兵,我希望通过跑马拉松的方式来表达自己对建党百年的致敬之情。

4年多来我已经完成了89个全程马拉松,正在向“百马”进军。能够完成这么多马拉松,我最要感谢的是部队多年的培养。我的毅力、耐力、意志力和体魄,无一不是基于军队熔炉的锻炼。1976年,我进入青岛海军航空机务学校成为一名学员,此后15年的军旅经历对我影响深远。

我与马拉松结缘是因为一个非常偶然的机遇。2016年6月23日,酷爱游泳的我照例去游泳池准备游泳,可惜泳池因为维修不对外开放,我只能郁闷地往回走。在珠江岸边走着走着,我的脚步不由自主地就快起来,甚至赶上了一位晨跑的大姐。她惊叹:“哎呀,你走得比我跑得还快嘛。”我一听,心想不如今天干脆试一试跑步?于是,我从快走改为慢跑。没想到,我竟不知不觉就跑了10公里,回家后感觉十分舒畅。从那天开始,我就爱上了跑步。10天后,我在珠江江边完成了自己的第一个全程马拉松,用时5小时47分钟。

作为一名老兵,骨子里流淌的红色基因让我对革命历史有着很深的情结。

