



# 一举夺魁

## 李发彬蝉联举重男子61公斤级奥运冠军



北京时间昨晚,巴黎奥运会举重比赛拉开大幕,在首个项目男子61公斤级决赛中,31岁的中国选手李发彬在抓举中以143公斤的成绩创造了新的奥运会纪录,最终以总成绩310公斤蝉联奥运冠军。这是中国代表团在本届奥运会获得的第23枚金牌,也是中国举重队本届奥运会上的首枚金牌。

中国选手李发彬在比赛中。新华社发

### “金鸡独立”被热议

人们记住李发彬,不只是他3年前在东京奥运会上获得男子61公斤级金牌,更是因为在举起杠铃的一刹那,做出了罕见的“金鸡独立”动作。当时,话题“举重运动员的核心力量有多强”一度登上热搜。

力气大,力量好,一直都是李发彬的突出特点。

小时候的李发彬个子不高,但力量很好,在被福建南安市体校选中后,仅试训三天,他就正式进入举重队。练了一段时间以后,李发彬从市体校进到了省队。

“教练说的东西,他基本上都能完成,不像其他一些孩子比较贪玩。”教练陈孝铭回忆。

陈孝铭带了李发彬将近9年,在这期间,李发彬也有过打退堂鼓的时候。当时,他一度认为再练下去也比不过师哥吴锦彪,既然如此,还不如不练了。陈孝铭就用激将法,暂时将他赶出了训练馆。当晚,李发彬还给教练写了封信,说不想练了。

第二天训练结束后,陈孝铭语重心长地对李发彬说:“教练培养你是希望你有一天能挑起大梁。你是举重的材料,有这种能力和水平,

不能轻易放弃呀!”

教练的不断开导让他下定决心在举重的道路上走下去。2011年获得世界青年锦标赛冠军后,李发彬心中有了更大的目标。

李发彬最早是56公斤级选手,考虑到在这个级别需要降体重,这对于他的日常训练以及身体恢复都带来了很大困难,因此在2018年,他升到了61公斤级,也正是那个时候,经验丰富的邵国强教练来到李发彬的身边,这对于他日后的成绩提升起到了关键作用。

2019年是李发彬成绩冒尖的重要年份,他在亚锦赛获得抓举、挺举以及总成绩三项冠军。此后又在世锦赛上以绝对优势夺冠,这让李发彬的信心提升了不少。而东京奥运会延期一年举行,给了他更多的时间去准备,所以李发彬当时能够一战成名并非偶然。

进入巴黎奥运周期,李发彬仍是61公斤级的绝对王者。过去三年中的亚锦赛、世锦赛、大奖赛、世界杯,李发彬虽然也面对着一些选手的冲击,但他仍在这个级别中占据明显优势。不过,与上个奥运周期相比,伤病的增加让他在备战过程中的难度增大了不少。

“两个膝盖的骨挫伤比较严重,这种伤病在试举起铃发力时,会带

来瞬间疼痛感。”李发彬说。

为了缓解疼痛,李发彬曾尝试过休息一段时间,但效果并不理想。他索性就一直坚持训练,学着与痛苦相伴,逐渐提高在疼痛训练中的忍耐力。

过去这3年,李发彬一直保持着绝对的实力,但在今年4月的世界杯上,20岁的美国选手莫里斯在挺举中以176公斤打破了李发彬保持的世界纪录,并排名总成绩第二,这在一定程度上刺激了李发彬。他提醒自己,必须得警惕了。

### 打破抓举奥运纪录

李发彬没有食言,在巴黎奥运会61公斤级决赛中,李发彬状态非常好,抓举从137公斤开把,三把全部成功,以143公斤打破抓举奥运纪录,并确立了8公斤的领先优势。在挺举中,虽然李发彬第一把167公斤失败,但他很快调整状态,在第二把成功举起。最终成功卫冕,并再次捍卫了中国举重队在该级别的统治地位。

“对于很多运动员来说,能够站上奥运会的舞台,就已经很不容易了,甚至大多数人一辈子都没法实现。我有机会去实现并蝉联冠军,当然应该更加努力,达成目标。”这是李发彬的人生信条,也是对他举重运动生涯的最好诠释。 据央视新闻、北京青年报



## 整顿奥运,且看“00后”的松弛感

当松弛和不内耗成为当代人“重新生长”的核心命题时,“00后”运动员在巴黎奥运赛场上展现出的“遥遥领先”的自信和鲜活,不仅唤醒了人们内心的深刻共鸣,更展现出中国青年一代顽强拼搏的精神风貌。

这其中最直观的一个显现,就是他们不再是刻板的。

巴黎奥运会女子10米跳台决赛后,比全红婵更早出现在混合采访区的是她的玩偶。工作人员拿着两个透明袋子走在前,里面最显眼的是她最爱的小乌龟。

这几天,同样被大家热议的,还有潘展乐的“告状”。面对媒体的提问,他的回答依然“直给”——面对压力怎么消化?为什么要自己消化,全部忘记就行;如何看待“飞鱼”的称号?称号是别人给的,人生是自己的;自己的时间怎么安排?想怎么安排怎么安排。

巴黎奥运会,中国体育代表团运动员平均年龄25岁,“00后”成为主力。从首金的“干饭哥”盛李豪、“阿条姐”黄雨婷开始,参加奥运报道的记者正在收获越来越多这样的“非常规”素材。不过,仅仅是作为在赛场上打过几次照面的记者也很快发现,这些远非他们的全部。“小孩姐”“小孩哥”们想说什么就说什么,对自己的要求“没有最高只有更高”的拼劲更是真的。

“谁不累啊!”这是全红婵对自己累不累的回答。比赛中,全红婵不仅首跳让全部裁判打出满分,更把一度成为“心魔”的动作207C跳出了92.40分的高分。全红婵说,自己并不是别人所说的天才,而是要靠一遍遍地练习。三年中,有辛苦、泪水,拿到这枚金牌很不容易。

从“00后”整顿职场到“00后”整顿奥运,年龄与时代的交织让他们注定不同。一代代运动员的传承,让年轻运动员在丰茂的阳光雨露中茁壮成长。一代代中国人的奋斗带来经济社会迅速发展,年轻人在各个领域崭露头角。自信上场是中国年轻运动员的底色,更是中国年轻一代的底色。洒脱之下,他们正更为勇敢地向奋斗与拼搏的美好内核前行。

现代奥林匹克之父顾拜旦曾说,要把全世界的年轻人吸引到奥运赛场上来竞赛。时间,是历史最好的回声。

观海新闻/青报全媒体特派记者 马晓婷

### 奖牌榜

排行	国家和地区	金牌	银牌	铜牌	总数
1	美国	24	32	32	88
2	中国	23	22	16	61
3	澳大利亚	17	12	10	39
4	法国	13	16	19	48
5	英国	12	16	19	47

截至北京时间8月8日 00:30

北京时间昨天,在巴黎奥运会拳击女子60公斤级决赛中,中国选手、中国海洋大学2013级运动训练专业校友杨文璐,为中国代表团赢得一枚银牌,创造了中国拳击队在该级别上的历史最佳战绩。在本届奥运会上,杨文璐是中国拳击队第一个亮相、第一个晋级、第一个锁定奥运会奖牌的选手。据悉,海大共有3位女将参加本届奥运会女子拳击项目。

昨天的这场巴黎奥运会拳击女子

## 海大校友奥运夺银

### 杨文璐获得拳击女子60公斤级亚军

60公斤级决赛,杨文璐对阵爱尔兰名将哈灵顿。杨文璐开场便打得积极主动,但哈灵顿凭借稳健发挥在前两局占据上风。第三局,领先的哈灵顿略显保守,杨文璐奋起直追形成多次有效击打,该局比赛结束,在总比分上哈

灵顿仍占据优势,最终以4:1成功卫冕,杨文璐摘得银牌。

海大2012级运动训练专业校友杨柳晋级拳击女子66公斤级决赛,她将于8月10日冲击金牌。

观海新闻/青岛早报记者 钟尚蕾



北京时间	项目
13:30	马拉松游泳女子10公里
18:54	运动攀岩男子速度赛决赛
21:00	男子3米跳板跳水决赛
21:00	举重女子59公斤级