



# 以开放的姿态备战奥运 为世界体育贡献中国智慧

中青报 中青网记者 张 艺

2021年9月，中国跳台滑雪队男选手、20岁的宋祺武在欧洲跳台滑雪奥运资格赛与积分赛上，锁定了一个家门口的冬奥会参赛席位。他代表中国队第一次在国际A级比赛中进入前30名，创造了中国男子跳台滑雪新的历史。

2001年出生的宋祺武是四川资阳人，从小练田径，13岁就入选了四川省田径队，主项是400米跨栏。17岁转项跳台滑雪项目，迅速成长，通过了一系列的选拔和淘汰，最终成为国内男子跳台滑雪领域的佼佼者，包揽了一系列国内比赛的冠军，是跨界跨项运动员的代表之一。

事实上，现有的跳台滑雪国家队就是由原有的国家队和跨界跨项选材来的运动员融合构成。

跨界跨项运动员来自全国海选。在进队之前，队员们都没有接触过滑雪，所练习的都是武术、蹦床、跳水、田径、球类等传统项目，对于雪上项目可以说是零基础。

通过科学训练选拔和优化，留下的一批跨界运动员不但掌握了新项目技能，还逐渐成长为主力队员，宋祺武就是其中的一员。

跨项到滑雪之前，宋祺武不仅没有任何滑雪经验，甚至都没有见过雪，面对第一天雪场的正式训练，他非常紧张，还有些害怕。

进入雪场的第一次训练，就是要跳过一个4米高的小跳台，宋祺武当时想着，只要不断手断脚就行。

作为曾经跨栏项目的运动健将，宋祺武将他优秀的腿部爆发力迅速转化为跳台滑雪运动的优势，成为跨项的一个成功的典型案例。那么出身河南登封武校，现中国自由式滑雪大跳台及坡面障碍技巧运动员05后小将何金博，可以称之为跨界的典范了。

在前不久奥地利进行的冬奥会训练备战中，何金博完成了倒滑空翻两周转体1800动作，成为我国首位完成这一高难度动作的男子运动员。

武术作为中国传统瑰宝，遍布全国的武术学校给跨界跨项选材项目提供了大量的优秀运动员苗子，其中最知名的便是少林寺脚下河南登封的武术学校群体，何金博便是来自少林延鲁武术学校的一名学员。

何金博8岁进校习武，少年的刻苦训练，不仅让他获得了河南省内各项武

## 北京冬奥 跨项 出来

术比赛的奖状和奖杯，更训练了他强大的身体基础素质、核心力量，以及在空中对肢体的控制能力。

跳台滑雪和武术技能的一个相似点，也是最大的难点，即在空中无任何接力的情况下，控制自己的躯体，做出规则要求的动作。

2018年入选自由式滑雪大跳台和坡面障碍技巧国家集训队后，何金博凭借武术打下的功底在滑雪运动中如鱼得水，频频刷新个人纪录，一年后便在全国第二届青年运动会跨界跨项比赛中斩获两金一铜，当时年仅14岁的他，展现出极大的潜力。

在接下来的两年，何金博没有停滞不前，他在2020年的训练中做出了正滑空翻两周转体，成为当时全国仅有两名能做出这个动作的运动员之一。在不久前的奥地利备战中，他频频练习倒滑空翻两周转体1800训练动作，并在社交媒体晒照片，分享成功的喜悦。



2021年12月19日，国际雪联城市越野滑雪中国巡回赛上海站，中国队的工作人员在给雪板打蜡。

中青报 中青网见习记者 朱彩云

曾让中国经济得以腾飞的改革开放，也正在影响着中国体育运动的质和量，一个体育强国、健康中国的形象日渐清晰。

在2020东京奥运会上，中国代表团以38金32银18铜的成绩，排名奖牌榜第二，创下境外奥运最好成绩。

为备战东京奥运会和北京冬奥会，尤其是实现北京冬奥会全项目参赛的目标，近年来，中国的体育人正以更开放的姿态、更进取的改革精神，走出一条更快、更高、更强的备战路径。

事实上，体育也是向世界展示改革开放后中国人精神与气质的窗口。

在国门打开的20世纪80年代初，中国男排反败为胜，进军世界杯，北京的大学生由此喊出团结起来，振兴中华。在之后的1984洛杉矶奥运会上，中国运动员不仅实现了金牌零的突破，还获得了32枚奖牌。当时有国外媒体惊叹，奥林匹克舞台上出现了一个新的体育大国——中国。这些运动员出发时，顶着10亿多人的期望：展示走向世界的形象。

开放也正引领中国参与到全球体育治理，为世界体育贡献中国智慧。

### 备战享用开放红利

对很多体育人来说，2018年意义重大。在改革开放40周年的历史节点，体育人也迎来了寻找突破的契机。这一年，备战冬奥的工作起步，《2022年北京冬奥会参赛实施纲要》等两个纲要和三个计划，对2022年北京冬奥会参赛及服务保障工作作出战略规划。

这套顶层设计框架提到，要坚持以运动员为中心、以教练员为首要、以条件保障为基础，着力打造现代化、国际化、科学化、规范化的服务保障团队。

资本、人才、知识、技术、贸易，这些在中国开放历程中为人们所熟知的要素，再一次被置于体育领域的革新与开放，带来了创新的、更科学的训练方式、训练技巧，甚至是康复保障理念。

以训练设备为例，人马机、飞行器数字化设备的引入，改变了运动员过往的训练模式与方法，更精准地实现对心肌群的训练。

自改革开放以来就越发凸显的人才红利也在备战冬奥的过程中深度释放，既有运动员的顺利入籍，也有外籍教练、医学康复专家等多种人才助力训练。

一些入籍运动员表示，在中国训练可靠。作为中国队的一员，各类需求都有专人对接，在配套保障上，集中力量办大事的举国体制更能显示效率优势。

备战东京奥运会和北京冬奥会的很多队伍都有与整脊师合作的经历。被运动员称为整脊师的其实是运动医学康

复专业团队，他们是掌握脊骨神经医学康复技术的专业人士。

这项技术在国外体育训练比赛中已经有100多年的历史，其核心逻辑是通过康复使神经肌肉控制达到最佳运动标准状态，从而提高运动员的运动表现。

目前，与整脊师合作的脊骨神经团队正在积极备战北京冬奥会，为短道滑冰、花样滑冰、冰壶以及速度滑冰等队伍进行保障。

### 用开放的思路更快地补齐短板

像多年前中国选择的开放道路一样，中国体育人也选择了放眼世界，学习国外先进经验，以全球视野和发展的眼光认清各备战环节中的短板，并有针对性地补齐以提高备战效率。

自备战工作开启以来，一个明显的变化是，22个夏季项目和7个冬季项目的相关队伍和备战单位都根据实际需要，聘用了上百名专家，在恶补短板思路指导下，为运动员提高体能提供有力支持与保障。

通过开放，更多的技术被引进来，更专业的训练理念与技巧被激活。进入冬奥会备战后，越来越多的中国运动员不再只依靠魔鬼训练，而是借助数字化手段勤学苦练，为训练奇迹加持。过去主要用于航空模拟训练的六自由度训练技术也首次被应用于训练。

值得一提的是，由体能康复专业人员牵头组成团队，通过冬季奥运会官网、外文文献、体育研究机构、外教团队等渠道收集材料，最终汇总成冠军模型报告，用于指导训练。

以此数据模型为指导，专业设备和仪器能对运动员体能、技术、恢复各环节进行全方位监控，并据此发现问题，寻找差距，全面提升竞技能力。

被引入的训练保障知识也逐渐有了回馈与成效。自2020年5月1日以来，与国外运动医学康复团队合作的脊骨神经康复诊疗中心，为我国多支国家集训队提供了4750余人次的诊断和治疗，并系统地记录数据，以便身体机能的整体恢复。

从人到设备，从知识到理念，在多种要素的综合配置下，无形的体系、机制也得以在开放中逐渐完善。

以雪上项目为例，配备打蜡师团队是其体系化发展的重要组成部分。打蜡的好坏，直接关系到运动员的比赛成绩。通过开放备战，从国外聘请的打蜡师指导、培养国内优秀打蜡师，从整体上提升雪上项目实力。

就像改革开放进程中遇到诸多困难一样，体育领域的开放也面临着难题与阻碍，都需要体育人拿出政治智慧与魄力。

在开放吹来的疾风中，国家体育部门按照西方国家的国际价格体系，依法定制采购制度。通过对标国际规则，聘任外籍教练、外籍专家转会等流程机制，也在依法治国的总框架下更加规范。

### 参与全球体育治理 提升国家体育公信力

学习、借鉴、突破、创新，回望备战冬奥这几年，开放的力量是巨大的。在2022年北京冬奥会进入倒计时的关键阶段，由理念开放推动的成效，又激励着备战工作继续推进。

一个开放的国际化备战体系已经成型，在备战东京奥运会结束后，所有外教都从夏季项目跨到了冬季项目，备战夏奥中的有益尝试都被纳入到备战冬奥之中。而开放的备战环境也造就出自信的中国体育人，在更广阔的国际舞台上，从引进来中获益的中国体育人也在走出去上持续发力，在多个国际单项体育联合会中任职并参与规则制定工作。

2020年1月1日，我国冬奥首金得主杨扬正式上任，成为世界兴奋剂机构(WADA)副主席，这是中国人首次进入该机构最高领导层。在接受媒体采访时，杨扬直言对体育国际话语权看法，国际话语权一定要通过参与工作来加强，在制定规则的过程中充分表达意见和建议，这就是国际话语权（建立和提升）的过程。

同样在国际组织中获得国际话语权的，还有中国乒协主席、世界乒乓球职业大联盟(WTT)理事会主席刘国梁。

2021年11月，刘国梁当选国际乒乓球联合会(ITTF)执行副主席。这个曾带领世界乒坛走进职业化改革创新时代的中国体育人，始终创造着国际间交往的机会和平台，把乒乓球运动推向最高峰。也正是在这个月，国际乒联专门举办纪念乒乓外交50周年晚宴，中美选手联合组队，有人称此为乒乓外交策略的重启，将再次实现国与国、民族与民族之间的振动。

建立规则与制度、谋求共赢与发展，在打造世界乒乓球命运共同体背后，是中国体育人积极参与全球体育治理的态度与国际情怀。在这个意义上，不断为世界奥林匹克发展输送人才、补充方案的中国，似乎更加符合最近更新的奥林匹克精神——更快、更高、更强、更团结。

更团结的世界奥林匹克需要中国体育人的交流互鉴，需要开放的中国提供其在相关理念、制度、体系等方面发展的经验。而在从体育大国迈向体育强国的进程中，中国也逐步建立、提升起国家体育公信力，在不只关乎体育的更广阔视野里，贡献更多中国智慧。



教练沈小康（左）指导赵嘉文进行爆发力训练。

## 花滑小将朱易： 动作风格上有了东方元素

中青报 中青网见习记者 朱彩云

19岁的朱易爱好广泛，她喜欢弹钢琴、画画、艺术品和手工，入籍中国后，中国建筑风格融入了她的画作里。她的花滑爱好令她小有名气，16岁那年就获得了全美花样滑冰锦标赛新人组冠军。

在花滑冰界崭露头角后，朱易回到中国。2019年初，她回国的工作人員记得，朱易背着重重的书包，带着所有的作业，在飞机上完成。

这个性格温和、有自己艺术世界的00后，平日更喜欢跟朋友玩在一起，她说，别看我看起来傻傻的，但是冰场上我会全神贯注。确实，冰场上的朱易仔细、认真，像沉浸在音乐、美术、手工中那样专注。

我们当然希望她滑得很好，但滑冰，没有任何人知道以后会怎样。朱易的妈妈崔洁已经陪着朱易训练多年，2013年左右，她辞去工作，全职陪伴朱易滑冰。

朱易7岁半接触滑冰并展现出天赋与兴趣后，父母就全力支持女儿开发这份潜能，父亲总是在有空时为她磨冰刀。朱易的父亲朱松纯平时很忙，他曾3次入围计算机视觉领域国际最高奖项——马尔奖，筹建了世界上最早的大数据标注团队，他一手创建的图像智能，填补了目前主流市场认知AI的技术和商业空白，被媒体称作计算机视觉领域的华人之光。2020年11月，朱

松纯出任北京大学人工智能学院院长，并领衔北大、清华共同开设通用人工智能实验班。

这位著名计算机专家俨然成了朱易的粉丝，只要有女儿参加的比赛，他都会抽出时间去现场为女儿加油，并用摄像机记录，赛后帮女儿分析与总结。

对大多数中国人来说，易字写起来不难，但却是朱易少数会写的几个汉字之一。朱松纯从《周易》中选了个字给女儿做名字，取变化之意。朱易的小名悠悠，更是取自描写湖北黄鹤楼的诗句——黄鹤一去不复返，白云千载空悠悠。

因为从小是在湖北长大的，是思乡的一种感情。朱松纯在接受媒体采访时说。

实际上，对视觉领域大方向有着一流直觉和准确把握的朱松纯，笃定地支持女儿朱易的选择。他曾希望朱易能成为花滑世界冠军、冰蝴蝶陈露那样的运动员。多年后，朱易真的加入了中国花样滑冰国家集训队，备战冬奥，并在动作风格上有了东方元素。

在华人家庭长大的朱易，也终于在成年后有了更多关于中国的记忆。加入中国队以来，她积极学习中文，与队友打成一片。2021年9月19日，封闭训练的国家花滑队为朱易庆祝19岁生日，这是朱易在国内过的第一个生日。

这天，朱易许下的愿望是，北京2022年冬奥会上，中国军团取得优异成绩。（本版图片由中国体育图片提供）



备战运动员在进行力量训练。



外教托皮蒂带队训练。

## 跨项后再回归，激发潜能重燃希望

中青报 中青网记者 张 艺

两三年间，王子凤的身份转变了两回。

2018年8月，作为前赛艇四人单桨成员，王子凤与赛艇国青队20多名运动员一同跨项到越野滑雪集训队，之后落选滑雪项目，2019年1月再次回到千岛湖水上训练基地。

第二次选择的机会。怀着好奇而伤感的心情，王子凤踏上前往芬兰开启雪上训练征途。

21岁的王子凤对新鲜事物跃跃欲试，但未来充满了不确定性。令她不舍的是，同年她已在世界赛艇U23锦标赛上获得第三名的成绩，暂别赛艇项目确实有些遗憾。

当训练场地由水波粼粼的河面变成漫山遍野的雪天时，王子凤兴奋不已。她所在的训练基地设施完善，王子凤努力学习滑雪技能，滑雪机、徒步登

山等训练占据着她大部分时间。几个月的训练后，决定运动员是否继续留在冬季项目的检测来了。最终，王子凤因一些考核指标欠缺被遗憾淘汰。

2019年1月，王子凤再次回到千岛湖水上训练基地时，天气显得格外的冷。在失去过一次机会后，赛艇运动是她唯一的出路和希望，她决心要通过刻苦训练和奋力追赶把丢失的时间夺回来，跟上赛艇队的脚步。

这次跨项的经历激发了她的潜能。在

2020年东京奥运会上，王子凤在赛艇八人单桨有舵手项目中获得铜牌，并在此后的第十四届全国运动会上摘得该项目金牌。

王子凤凭借着一股不服输的力量，一步一个脚印，更加踏实地投入到赛艇训练中，技术水平得到大幅度提升。

站在领奖台那一刻，王子凤感谢跨项给予了她一段不同的经历，让她更加明白坚韧面对一切困难，珍惜眼前机会，让人生道路不留遗憾。