

中国残疾人运动几乎从“零”起步，在政府和社会各界的重视与支持下，运动员刻苦训练，高水平教练团队悉心指导，科技力量提供“加持”

竞技水平提升有“绝招”

本报记者 窦菲涛

3月9日晚，中国残奥冰球队4比3战胜捷克队，拿到北京2022年冬残奥会残奥冰球混合团体赛的半决赛入场券，3月11日将迎战美国队。作为首次参加冬残奥会残奥冰球项目的队伍，中国残奥冰球队已取得四连胜。令人惊喜的成绩背后，不仅有作为“东道主”的心理优势，

更重要的是多年来党和政府以及社会各界的重视与持续投入。

我国残奥冰球、残奥单板滑雪、残奥高山滑雪等项目起步晚，基础较弱，有的甚至是从零起步。为此，中国残联坚持全时训练理念，聘请国内外高水平教练员，积极运用科技成果，为提高残疾人冰雪运动竞技水平奠定了坚实基础。

残奥冰球对抗激烈，比赛规则允许合理冲撞，因此必须有过硬的“战斗体能”。在“近几年的备战中，队伍一直保持高强度训练，一般一天两练，上下午各一次，通常打完一节队内赛，衣服就湿透了，但队员们从未有过怨言。”中国残奥冰球队副领队王建斌表示。

2017年，中国残奥冰球队聘请俄罗斯功勋教练尼古拉·沙尔舒科夫担任主教练。尼古拉·沙尔舒科夫曾带领俄罗斯国家残奥冰球队获得

2014年索契冬残奥会银牌。他表示，相较于欧美球队，中国队在国际赛事比赛经验有一定差距，但中国队员们的刻苦训练和团队精神令人鼓舞。

北京2022年冬残奥会开幕以来，中国残奥高山滑雪队队员刘思彤已经赢得两枚铜牌。刘思彤的主教练卡佩利·达里奥来自意大利，26岁开始执教残疾人滑雪，曾率队取得2006年都灵冬残奥会、2018年平昌冬残奥会的多枚金牌。“达里奥教练非常细心，每次训练比赛换装备，使用什么样的蜡，怎么修板，他都会悉心教授。”在刘思彤看来，自己的成绩和主教练的指导密不可分。

自2018年起，中国残奥冰球队先后前往俄罗斯、加拿大、芬兰、德国拉练，比赛经验的积累带来了竞技水平的提高。

与残奥冰球队相同，中国残联对参加北京冬残奥会全部6个大项的运动员，开展了全年不间断的训练，坚持夏训与冬训、境内与境外、训练与比赛相结合，运动员的竞技水平

不断得到提升。

3月7日，中国残奥单板滑雪队队员纪立家、王鹏耀、朱永钢、张义琦分别残奥单板滑雪男子障碍追逐(U1级)冠亚军。“除了教练员、运动员的努力外，越来越多的先进科技被运用到训练备战中。”中国残奥单板滑雪队教练员张洪展表示，优异的成绩离不开科技的助力。

“科研团队为我们研发了一套出发门训练设备，能够准确测量比赛出发时左右胳膊的力量。”纪家举例如说，研发出一批科技成果。”项目负责人清华大学智能与生物机械研究室主任季林红表示，这些成果可以让运动员的训练更加科学有效，进而帮助运动员提高成绩。

2018年，国家重点研发计划“科技冬奥”重点专项特别设立了“冬残奥运动员运动表现提升关键技术”项目。“我们以技术动作优化、专项辅助器具、伤病预防和康复等为重点，研发出一批科技成果。”项目负责人清华大学智能与生物机械研究室主任季林红表示，这些成果可以让运动员的训练更加科学有效，进而帮助运动员提高成绩。

(本报3月10日北京电)

40名优秀辅助器具维修师为运动员提供假肢、矫形器和轮椅维修服务

“我在冬残奥会为运动员修辅具”

本报记者 窦菲涛

“我的雪橇座椅连接雪板的零件有点松了，明天一早还要比赛，能不能帮我看看，今天一定要帮我修好！”3月7日下午，中国运动员刘子旭匆匆赶到张家口冬残奥会的维修服务台，焦急地和辅助器具维修师朱思维说。

3月8日上午，刘子旭要参加北京冬残奥会冬季两项男子中距离(坐姿组)的比赛，雪橇直接关系到竞技表现。经过仔细检查，朱思维和同事发现刘子旭雪橇的4个连接零件都老化了，有的已经生锈了。拆卸损坏零件，取出生锈螺钉、反复调试……1个多小时后，故障终于被排除。

“真的太感谢了！”反复调试雪橇后，刘子旭连声向朱思维道谢。离别时，他还拿出自己的冬季两项男子短距离(坐姿组)金牌，和朱思维合影留念。今年30岁的朱思维来自中国残疾人辅助器具中心，是一名专业辅助器具维修师，曾在2018年平昌冬残奥会参与辅助器具维修保障工作。

“现在冬残奥会的比赛正在进行，运动员把损坏的辅具送来时一般都特别着急，怕影响参赛。”接到维修任务，朱思维和同事们都会竭尽全力，争取在最短的时间内把辅具修好。每次把辅具修好还给运动员时朱思维都特别有成就感，“有的外国运动员还会用中文和我道谢。”

“辅助器具维修是一份充满阳光和爱的事业，能够用我的专业技术帮助残疾人提高生活质量。”2013年大学毕业，朱思维就一直从事辅助器具适配服务、辅助技术研究、产品研发及标准化等工作。

“作为东道主，希望把中国技师最好的技术、服务、精神面貌展现给全世界的残疾人朋友。”朱思维非常珍惜冬残奥会的辅具服务保障工作，“团队成员都是来自世界各地的优秀技师，可以和大家相互交流学习。”

目前，国内的辅具行业在技术、产品等方面进步很快，但还需要在设计中更多地融入人文关怀理念。“北京冬残奥会的举办，不仅让更多的残疾人看到辅助器具的作用，也能鼓励残疾人积极参与运动。”朱思维说。

(本报3月10日张家口电)

图为朱思维和刘子旭合影留念。(受访者供图)



在冬残奥会比赛中，领滑员是视障运动员的“眼睛”。3月8日，在北京2022年冬残奥会冬季两项女子中距离(视障组)比赛中，中国选手王跃(左)在领滑员李亚林(右)的帮助下，以43分16秒3的成绩获得铜牌，实现了中国视障运动员在残奥冬季两项中奖牌零的突破。

本报记者 窦菲涛 摄

本报记者 刘兵

北京冬残奥会开幕以来，每一次现场观赛，每每让记者感动不已——赛场上总有一种精神催人奋进，总有一种力量打动着人心。

高山滑雪项目被誉为“冬奥皇冠上的明珠”，对于健全人来说，难度已经颇大，对于残疾人来说更是充满着挑战。20岁的张梦秋在残奥高山滑雪女子超级大回转(站姿)项目上一举夺金，实现了中国队在该项目上的新突破。张梦秋矫捷的身姿、完美的发挥，印刻在现场每一位观众的脑海里。

7日，北京冬残奥会云顶滑雪公园，3名中国选手纪立家、王鹏耀、朱永钢夺得残奥单板滑雪男子障碍追逐U1级冠亚军。当三面鲜艳的五星红旗闪耀雪地之时，中国残奥单板滑雪没有冬残奥会奖牌的历史，以这样一种令人激动人心的方式被改写。

这样的感动瞬间，在北京冬残奥会的各个赛场不断上演：坐姿滑雪运动员高速完成“刀锋之舞”，视障运动员通过声音进行冬季两项射击，残奥冰球运动员快速的辗转腾挪和高强度对抗……

他们不仅完成了对自身的超越，对我们每个人来说，也都是巨大的鼓舞。

北京冬残奥会精彩竞技的背后，是残疾人运动员们不懈的坚持和辛勤的汗水。自强不息，突破自我，这只是残奥运动员在赛场上的表现，更是他们现实生活中的真实写照。在冬残奥赛场上，他们争金夺银，同场竞技；在生活中，他们直面挫折，创造奇迹。

而这一切的出发点在于，他们对于人生的乐观信念。在消沉和放弃还是进取和坚持之间，他们选择了后者，并且不再动摇。



京张随笔

竞技的奇迹 人生的强者

残奥单板滑雪选手朱永钢告诉记者，身体残疾后曾无数次想到放弃，但通过练习滑雪，又逐步找到了自信和生活的乐趣。

“没有人会主动选择残疾，但不幸降临在身上，我只能向命运屈服。”采访中，这位年轻小伙子的脸上总是挂着笑容。即使隔着口罩，也能通过他笑起来微微眯起的眼睛，感受到他的那份乐观、自信和坚强。

自强不息，永不放弃，同样是张梦秋的性格特质。刚入滑雪队的张梦秋反应速度要比其他人略慢。当教练在讲解动作要领时，别人一个小时就能学会的动作，对于张梦秋来说需要花两三倍的时间才能掌握。“大不了多花时间，我才不想放弃，从一开始就给自己定下了站上大赛领奖台的目标。”

体育是残疾人康复身心的重要方式，也是残疾人参与和融入社会的重要途径。自2016年至今，我国已连续6年举办“残疾人冰雪运动季”，为残疾人参与冰雪运动搭建平台。随着更多冬残奥项目在全国蓬勃开展，越来越多的残疾人朋友在冰雪运动中收获梦想，创造竞技奇迹。

“我们一定不要自我设限，要勇敢地走出来，大声说出‘我可以’。经过踏实的努力后，我们会有收获的。”中国残奥冰球队中唯一的女队员于静这样对残疾人朋友吐露心声。

(本报北京3月10日电)

图为3月8日，在北京2022年冬残奥会冬季两项女子中距离(视障组)比赛中，中国选手王跃获得铜牌，实现了中国视障运动员在残奥冬季两项中奖牌零的突破。

本报记者 窦菲涛 摄

中国残奥冰球队队长崔玉涛带领队友强势晋级半决赛

冰场逐梦 勇者无惧

本报记者 刘兵

3月9日晚，在北京冬残奥会冰球项目资格赛中，中国队以4比3击败捷克队，晋级半决赛。

从3场小组赛到本场资格赛，中国队取得四连胜的战绩。中国冰球队此次共有18名运动员参赛。虽然这支队伍2016年才开始组建，但球队在本届冬残奥会上展现出了不俗实力。队长崔玉涛对记者表示：“我们的队伍很团结，队内气氛非常好。这几场比赛都有效地执行了战术，队员们各司其职，互相帮助。”

崔玉涛今年36岁，来自山东平度。18年前的一场车祸，让他失去了左小腿。他与体育结缘完全是一个巧合，接触冰球项目更是偶然。

2010年，在平度市残联工作人员的建议下，崔玉涛开始练习自行车项目。2016年，青岛市组建残疾人冰球队，教练打电话对他讲，看过他既往的运动成绩，觉得他条件不错，让他去试试。

崔玉涛当时年过30岁，又有稳定的生活，所以他没有过多考虑，委婉地拒绝了对方的邀约。但冰球队教练一连打了多个电话，“三顾茅庐”下，崔玉涛抱着试一试的态度答应了。

残疾人冰球运动依靠选手在冰橇车上保持平衡，前进需要利用带齿牙的手杖来撑地获得动力。崔玉涛至今清楚地记得试训是在2016年的4月。

本报记者 刘兵

3月9日，在北京冬残奥会轮椅冰壶循环赛中国队与挪威队比赛的最后一局中，随着四垒王海涛的精准一投，中国队成功完成了逆转，将比分从3比4改写为7比4。

岳清爽在教练席上激动得拍打着桌子，连声说：“海涛，你太棒了！”

开赛以来，中国轮椅冰壶队四名场上选手配合默契，技战术娴熟，给观众和记者留下了深刻的印象。

作为中国轮椅冰壶队唯一的女运动员，闫卓体现出女性特有的细致和敏锐。几年来，她都随身携带着一个小本子，随时记下比赛要点和心得体会，用以提醒自己和队友避免失误。“好记性不如烂笔头，是我们的法宝。”

不光是赛场，中国队还极为重视场下的调节。当天下午1时许，距离正

“就试训了一个周末，教练觉得我的平衡性不错，有发展潜力。”崔玉涛觉得冰球项目非常有意思，还可能参加“家门口”的冬残奥会，他认定这是一个好机会，必须全力以赴。

正滑、倒滑、压步、急停……冰球每个动作既要有力还要可控，需要保持平衡和上下肢协调。崔玉涛每个训练日坐在冰橇上持续滑行上百公里，有时会摔得鼻青脸肿，身上也是青一块紫一块。即便这样，他仍旧贴着药膏在冰场训练。家人看在眼里，疼在心上，好几次都劝他放弃。

可认准了冰球这条道路的崔玉涛却像着迷一般，身体上的伤痛没能阻挡他追逐心中的残奥梦想。

“和我一批进队的队员大部分都离开了。我的性格是认准了的事情，就坚持做下去，并尽自己的努力做到最好。”在充分的沟通后，他终于获得了家人的支持。

残奥冰球最大的特点之一就是运动员全程在冰橇上进行比赛。由于比赛中战术复杂多变、节奏快、对抗激烈，选手的抗击打能力、应变能力，都面临极大的考验。

为了训练体能，已过而立之年的崔玉涛每天坚持腿部拉伸运动40多分钟，并且单手做俯卧撑150个。“冰球比赛允许合理冲撞，一场冰球相当于一场‘肉搏战’，我又是前锋，对身体素质与体能要求非常高。我只有这样

刻苦练习，对身材高大的欧美选手才有优势。”

大家齐心协力下，中国残疾人冰球队一路战绩不俗。在2018年举办的世界残奥冰球(C组)锦标赛上，他们以不败的成绩获得冠军，我国残奥冰球队由此首次成功晋级残奥冰球世锦赛B组。去年9月的世锦赛上，中国队又以B组第一的优异成绩，成功拿到本届冬残奥会的“入场券”。

作为球队中的“大哥”，崔玉涛在比赛和训练中一次次用呐喊和行动激励队友，在生活中对年轻队员多有照顾。“年龄最小的队员，比我小一半。他们就像我的亲人一样，我有责任把他们带好。”

“从来只有拼来的精彩，没有等来的辉煌。接下来的比赛，我和队友将全力以赴，努力为祖国争得荣誉。”崔玉涛充满自信地表示。

(本报北京3月10日电)

图为3月9日晚，在北京2022年冬残奥会残奥冰球项目决赛资格赛中，中国队以4比3战胜捷克队。图为中国冰球队队长崔玉涛(左)在比赛中拼抢。

本报记者 窦菲涛 摄



“我们就是一家人”

式比赛还有一个多小时，中国轮椅冰壶队的休息室里传来了热烈欢快的歌声，不时爆发出欢呼声和掌声，这是大家在进行赛前心理调节。

本届冬残奥会，孙玉龙作为队伍替补一直没有上场。但教练岳清爽说：“玉龙负责调节队伍气氛，比如唱歌，鼓励大家，他也是‘有功之臣’。”

整个北京冬残奥会周期四年备战中，中国轮椅冰壶队12名队员一起奋斗。“队员们都非常优秀，平时也配合的特别好。但考虑每个垒次上均衡的力量，决定了这次的阵容。”

轮椅冰壶没有扫冰，需要运动员完全靠着臂力和杆把冰壶推出去，力量的掌控必须非常精准。王海涛表示，除了训练，剩下时间都是在研究、改进和完善技战术。“训练结束后队员们经常会聚在一起探讨训练课出现的问题。日积月累，问题一一被解决，我们的感情也越来越深厚。”

岳清爽说起队伍亲如一家的故事，嘴角露出了笑容。“过年的时候，我们会一起包饺子；有了空闲一起看电影、玩游戏。我们不是像，而是就是一家人。”

四年前的平昌冬奥会，轮椅冰壶为中国冬残奥会代表团取得了首枚金牌。此次他们力争在接下来的比赛中发挥出水平。“我们是有实力的，我们每个人都渴望在这里延续荣誉。”岳清爽说。

(本报北京3月10日电)