

譚貽琴看望亞殘運會中國體育代表團



▲國務委員、國務院殘疾人工作委員會主任譚貽琴到中國殘疾人體育運動管理中心，看望慰問即將出征名古屋亞殘運會的中國體育代表團並作動員。

【大公報訊】綜合新華社報道：國務委員、國務院殘疾人工作委員會主任譚貽琴10日到中國殘疾人體育運動管理中心，看望慰問即將出征名古屋亞殘運會的中國體育代表團並作動員，勉勵大家牢記習近平總書記關懷囑託，大力弘揚殘奧精神和中華體育精神，全力以赴做好備戰參賽工作，為祖國和人民贏得更大榮光。

譚貽琴先後走進田徑場、游泳館、舉重館，觀看有關項目訓練，與殘疾人運動員及教練員親切交流，詢問賽前訓練安排、身體狀態調整、後勤服務保障等情況，鼓勵大家敢打敢拚、全力以赴，堅定信心、乘勢而上，爭創最好成績。

譚貽琴強調，要着眼洛杉磯殘奧會，以亞殘運會實戰錘煉能戰能勝的中國殘奧隊伍。堅持公平競賽，保持良好的賽風賽紀和文明禮儀，拿道德的金牌、風格的金

牌、乾淨的金牌，實現運動成績和精神文明雙豐收。加強友好交流，講好中國故事和中國殘疾人故事，展現我國殘疾人事業和人權事業發展新成就。切實防範化解各類風險，細緻周密做好服務保障工作，確保我國代表團安全順利完賽。



另外，由中國殘聯組建的愛知·名古屋亞殘運會中國體育代表團10日在北京成立，這是我國參加境外亞殘運會運動員規模最大的一屆。

中國體育代表團總計500人，其中運動員312人（含男運動員146人、女運動員166人），來自全國25個省（區、市），涵蓋13個民族，平均年齡約為28.8歲，年齡最大者50歲，年齡最小者16歲；所有運動員均為業餘選手，來自工人、學生、職員、自由職業者等不同群體。中國殘聯主席、中國殘奧委員會主席程凱任團長，黨組書記、理事長周長奎任執行團長，黨組成員、副理事長常征任副團長兼秘書長。

第5屆亞殘運會將於10月18日至24日在日本愛知·名古屋舉行。

▲國務委員、國務院殘疾人工作委員會主任譚貽琴看望慰問運動員。

新生代健兒名古屋亞運大放異彩 國家隊後浪接棒 為洛城奧運蓄力

國家隊亞運回顧系列②

在愛知·名古屋亞運會上，中國體育代表團中的一批年輕選手發揮出色，逐漸成為各支隊伍的頂樑柱。這批在亞運會上大放異彩的新星將成為兩年後洛杉磯奧運會中國代表團爭金奪銀的重要力量。

大公報特約記者 史玄之

新老交替是一支運動隊長期發展所必然經歷的過程。在經過巴黎奧運會和粵港澳全運會後，中國體育各支運動員正處於新老交替的過程，本屆亞運會為新生代運動員綻放自己實力的舞台。

張展碩7金創亞運游泳歷史

今年19歲的游泳小將張展碩是本屆亞運會泳池中的最大明星。他不僅包攬了中長距離自由泳個人項目的全部4枚金牌，而且與隊友一道收穫3枚接力金牌，成為亞運會游泳項目的首位「7金王」。巴黎奧運會後，張展碩逐漸成長為中國男子中長距離自由泳項目的領軍人物。此次亞運會，他完美地展示了全運會後的訓練成果，4個單項上的成績均較之去年全運會有明顯提升，特別是在男子200米自由泳項目上，張展碩以1分43秒49的成績打破亞洲紀錄，這一成績甚至比巴黎奧運會該項目冠軍成績還要快上1.23秒。考慮到他目前仍處於成績提升時期，未來兩年內他很有可能在男子200米、400米自由泳項目上位居世界領先地位。

13歲小將于子迪首次參加亞運會，就在所參加的3個單項上取得金牌，並3次刷新個人最佳成績。女子200米個人混合泳項目，她依靠最後50米自由泳的極限衝刺，反超隊友余依婷奪冠，並刷新該項目亞洲紀錄，距離世界紀錄僅差0.4秒；女子400米個人混合泳項目，于子迪的奪冠成績距離葉詩文在倫敦奧運會上創造的亞洲紀錄僅差0.13秒；女子200米蝶泳項目，于子迪的奪冠成績超越了張雨霏在杭州亞運會上的賽會紀錄。于子迪這3個項目與加拿大「天才少女」麥金托什高度重合，近年來她成績的飛速進步，讓不少國外媒體預測其與麥金托什的正面較量將在洛杉磯奧運會上上演。

17歲的陳好頤是本屆亞運會中國田徑帶給國人的最大驚喜。儘管今年她一直保持着女子100米亞洲最佳成績，但在風馳電掣的百米跑道上，稍有不慎便將與金牌擦肩而過。在亞運會女子100米決賽上，陳好頤充分發揮了其爆發力強、步頻快的優勢，如同一道閃電劃破名古屋上空，在整個比賽過程中沒有給其他選手任何可乘之機，11秒06的成績也刷新了她個人最佳成績。此外，陳好頤還奪得女子200米銀牌，並和隊友一道收穫兩項接力比賽金牌，成為中國田徑隊本屆亞運會的「多金王」。

接發球質量躍升 林詩棟破「冠軍荒」

21歲的海南小將林詩棟在本屆亞運會上大放異彩，奪得男單、男雙、混雙3枚金牌。經歷了一年半的低迷期後，他終於在亞運賽場上捅破了這層「窗戶紙」，成為中國乒乓球男隊在本屆亞運會上的最大收穫。

巴黎奧運會後，在國內外外乒壇高手處於狀態調整期時，林詩棟抓住時機連奪多站比賽冠軍，世界排名迅速攀升至第1位。正當人們以為他將成為中國男乒在洛杉磯奧運會周期的領軍人物時，林詩棟的上升勢頭突然被按了暫停鍵。從去年2月奪得WTT新加坡大滿貫男單冠軍後，他經歷了長達19個月的單打「冠軍荒」，世界排名也從第1位下降至第8位。本屆亞運會男團分組賽上，林詩棟

爆冷不敵泰國小將普里查揚，那場失利反而成為林詩棟在亞運會上鳳凰涅槃的轉折點。林詩棟此後表現出令人驚訝的競技狀態，在男團決賽上為中國男隊貢獻一分，在混雙、男雙項目上連奪兩金，男單項目上更是連勝松島輝空、林昀儒、王楚欽3位世界頂尖名將，奪得含金量十足的亞運會乒乓球男單冠軍。

封閉訓練取得成效

綜觀亞運會林詩棟參加的所有比賽，他在接發球質量上提升明顯。在以往比賽中，他正手位短球的接發球是他在技術上的薄弱環節，往往因接發球質量不高被對手限制。在本屆亞運會上，林詩棟正手位短球接發球的弧線高度比之

前明顯降低，回球旋轉增強，給對手搏殺空間更小。接發球質量的提升，讓林詩棟在場上更容易形成與對手的上旋對抗，利用自己正反手高質量弧圈球的優勢佔據上風。此外，他在場上的站位也比之前離球檯更近，在速度和力量上給對手的壓迫感更強。

從亞運的比賽過程來看，中國乒乓球隊亞運賽前在上海崇明島的二十天封閉訓練對林詩棟的幫助很大。在封閉訓練中，他着重對自身技術弱點進行專項訓練，在體能儲備及特長技術訓練上取得了顯著成效，這也為他在本屆亞運期間始終保持較穩定的狀態奠定了基礎。

張展碩小檔案

出生日期：2007年5月14日
運動項目：游泳
本屆亞運獎牌：7金

▼張展碩是亞運游泳賽首位「7金王」。資料圖片

▼于子迪近年成績飛速進步。資料圖片

于子迪小檔案

出生日期：2012年10月16日
運動項目：游泳
本屆亞運獎牌：3金

陳好頤小檔案

出生日期：2008年12月29日
運動項目：田徑
本屆亞運獎牌：3金1銀

林詩棟小檔案

出生日期：2005年4月18日
運動項目：乒乓球
本屆亞運獎牌：3金1銀

張展碩本屆亞運7金

項目	時間
男子200米自由泳	1分43秒49★
男子400米自由泳	3分41秒28▲
男子800米自由泳	7分42秒49▲
男子1500米自由泳	14分42秒42
男子4×100米自由泳接力	3分10秒60★
男子4×100米混合泳接力	3分27秒89
男子4×200米自由泳接力	7分00秒17★

註：★為刷新亞洲紀錄 ▲為刷新亞運紀錄

▼陳好頤在比賽中發揮出色。資料圖片

多位超級新星的湧現讓人對中國體育的未來充滿了信心，但從超級新星蛻變為世界天王仍需要長時間的技術雕琢和內心修煉，並須盡可能減少傷病對於運動壽命的影響。傷病是運動員職業生涯的頭號敵人。對於年輕運動員來說，如果過早產生嚴重的傷病，將會在很大程度上制約其運動成績的持續提升。特別對於挑戰身體極限的體能類項目，運動員對身體體能的實時監測和傷病恢復也是左右其職業生涯高度的關鍵。

對於本屆亞運會大放異彩的中國游泳選手張展碩而言，取得7枚金牌的背後更要謹防過度消耗形成的慢性傷病。從目前世界男子自由泳的發展格局和自身實力分析，張展碩下一步將會對參賽項目進行選擇，以更有競爭力的200米自由泳、400米自由泳為主項，800米自由泳、1500米自由泳則將作為輔助其200米、400米自由泳有氧訓練的副項。亞運會由於參賽運動員較少，游泳400米以下的項目只有兩輪比賽，800米、1500米自由泳項目只進行決賽，但世界游泳大賽基本都在兩輪以上比賽，且每一輪的競爭程度遠比亞運會激烈。因此，張展碩在世界大賽上難以像本屆亞運會一樣同時出戰4個單項和3個接力項目，這對於他個人的消耗過大，容易導致意外傷病出現。

奧運賽場檢驗真實水平

超級新星容易得到媒體廣泛關注，但由於其心智並不成熟，新星隕落的情況也多次發生。隨著超級新星逐漸成長，主要對手會加強對他們技戰術的觀察和研究，且新星們自身也容易背負想贏怕輸的心理包袱，甚至陷入難以自拔的心魔漩渦中。超級新星的心理問題目前正逐漸得到體育界的關注，不少職業運動員團隊中都配備專業的心理教練，以解決運動員心理問題。如何正確對待賽場勝負、理性看待得失，將是超級新星們未來須重視和思考的問題。

名古屋亞運賽場為超級新星們提供了初露鋒芒的舞台，兩年後的洛杉磯奧運會才是真正檢驗他們實力的大考。中國體育發展歷來以奧運會為周期進行備戰，這些從亞運賽場湧現的新星，將通過未來兩年的訓練逐步接近世界頂尖水平，在洛杉磯奧運會上爭取調整出最佳的競技狀態，取得最好成績。

小將謹防過度消耗造成傷病