

# 女槍神楊倩奪首金 中國國歌率先響徹東奧

香港文匯報訊（綜合記者王莉及央視新聞報道）7月24日，東京奧運會第一個比賽日，中國代表團在射擊、舉重和拳擊三個項目勇奪三金。在女子10米氣步槍決賽中，中國00後小將楊倩在落後0.2環的不利形勢下，頂住壓力，憑借最後一發子彈絕地反擊，反超同場競技的俄羅斯奧委會選手，最終以251.8環的成績為中國代表團攬入本屆奧運會第一枚金牌。同時，這也是本屆東京奧運會誕生的首枚金牌。中國國歌《義勇軍進行曲》成為東京奧運會奏響的第一首國歌。（奧運相關新聞刊A2、A3、A4版）



冠軍成長之路

**2000年**，出生於浙江省寧波市鄞州區楊家弄村  
**2011年**，進入寧波體校射擊隊，師從國家級教練虞利華  
**2012年**，獲全國青少年射擊錦標賽亞軍  
**2014年**，在浙江省運動會上獲得3塊金牌，並打破浙江省紀錄  
**2015年底**，入選中國國家青奧隊，並取得國家級運動健將稱號  
**2016年初**，特招入清華大學射擊隊，並在兩年後考入清華大學經濟管理學院  
**2019年**，獲全國青年運動會女子氣步槍60發個人冠軍、團體亞軍  
**2021年**，國家射擊隊四場選拔賽全部獲得冠軍，並以總積分295分名列第一  
**2021年7月24日**，獲東京奧運會女子10米氣步槍項目金牌

整理：香港文匯報記者 王莉



### 母親：望她賽後盡快補上清華學分

香港文匯報訊（記者 王莉 杭州報道）楊倩除了是一名中國國家射擊隊的隊員之外，目前還是一名清華大學的學生。2016年，楊倩被特招進入清華大學射擊隊，並在兩年後考入清華大學經濟管理學院。「運動員特招上清華大學也是要參加高考的，分數線也不低。」母親施安方說，當年參加高考時楊倩取得了不錯的成績，因此順利進入清華大學學習。

### 備戰備考兩不誤

儘管準備高考佔用了楊倩部分的時間和精力，但在競技水平上卻始終保持良好狀態。2019年3月全國射擊冠軍賽上，楊倩面臨奧運選手和世界冠軍等強勁對手的競爭獲得第三名，成為具備備戰東京奧運會初步隊伍選拔資格的運動員。在初中班主任王嬌娜的眼中，楊倩是一個不僅訓練刻苦，學習也非常努力的孩子。「有次考試前，晚上我去查寢室，她學習太投入，我和她說話都沒聽見。」王嬌娜說，「一到文化課考試，她都是最刻苦的一個，抱著試卷學到很晚。」母親施安方表示，等奧運會結束之後希望女兒能夠盡快回校，將落下的學分補上，「學習還是很重要的，她現在還小，只有21歲，以後人生的路還很長。」

楊倩家鄉父老聚集在一起為楊倩加油。楊倩的父親（右一）、母親（右二）及啟蒙教練（左一）在得知她奪金後喜出望外。香港文匯報浙江傳真

## 孫春蘭代表黨中央國務院致賀電

香港文匯報訊 據新華社報道，中國射擊運動員楊倩24日在東京獲得第32屆夏季奧運會首枚金牌。中共中央政治局委員、國務院副總理孫春蘭代表黨中央、國務院向中國體育代表團發來賀電。全文如下：

**中國體育代表團：**  
欣聞我國選手楊倩在第32屆夏季奧運會射擊女子10米氣步槍比賽中勇奪桂冠，獲得中國體育健兒參加本屆奧運會的首枚金牌。我代表黨中央、國務院向獲獎運動員及中國體育代表團表示熱烈祝賀！楊倩在奧運賽場上沉着冷靜，以頑強的作風和精湛的技藝，展示了奮發向上、勇攀高峰的精神風貌，為祖國和人民贏得了榮譽。  
希望中國體育代表團大力弘揚奧林匹克精神和中華體育精神，拿道德金牌、風格金牌、乾淨金牌，拿奧林匹克精神的金牌，充分展示新時代中華體育健兒「使命在肩、奮鬥有我」的風采，為實現中華民族偉大復興的中國夢貢獻體育力量。  
中國體育代表團全體人員要切实做好自我防護，保持身體健康。祝願中國體育代表團圓滿完成各項參賽任務，努力取得運動成績和精神文明雙豐收，為黨和人民爭取更大的光榮！

孫春蘭  
2021年7月24日



在楊倩家鄉鄉鎮有楊倩射擊英姿的牆畫。香港文匯報浙江傳真

在賽後接受媒體採訪時，這位年僅21歲的小姑娘直言「不可思議，金牌竟然是我拿的。」她告訴記者，打最後一槍時其實特別緊張，所以應得時間有點久，打出去之後感覺不是特別好，以為奪冠無望了，但一回頭看到教練高興舉手向她祝賀時，才知道自己是冠軍。

### 放平心態 專注做好自己

對於自己在這場比賽中的表現，楊倩表示，整體還是比較滿意，但緊張還是在所難免，特別是打最後兩發子彈的時候心跳非常快，只能盡力調整心態，穩定自己的情緒，投入到自己的動作中去，專注做好自己，而不要去想別人的成績，也不去想自己比別人差多少分。她說：「適當緊張的話，反而會讓我更加專注。緊張的情緒再怎麼控制，也沒法控制到和平時一樣的狀態，只能盡力調整深呼吸，讓心態趨向於穩定。」

在談到獲得金牌的感受時，她認為自己能夠取得勝利，主要在於做好自己，把心態放平。同時，她表示，今年是中國共產黨建黨100周年，這是自己獻上的一份最好的禮物。

### 雙手比心 眼露勝利喜悅

登上領獎台，戴着口罩的楊倩滿臉露出了歡喜，並且對着鏡頭用雙手比了一個心。之後被問及為什麼做這個動作，她俏皮地說：「那時候看到看台上兩個姐姐跟我比心，所以我也做

了這個動作。」楊倩的啟蒙教練虞利華比賽當天一早就開始焦急等待着楊倩的比賽，由於資格賽沒有實況轉播，比賽成績只能通過官方網站查詢，他緊張到不敢去看，讓兒子查完之後再告訴他。他告訴香港文匯報記者：「我已經好幾天吃不下，睡不着了，昨天晚上我幾乎就沒睡，早上7點不到就起床了，非常緊張。」

當決賽打完前兩組，楊倩處於並列第五的位置時，坐在電視機前的虞利華整個人都蹦了起來，雙手環抱自己身體，一言不發，而當楊倩的成績一路上升到第二名時，他手舉拳頭直接跳了起來。最後一槍，也是決勝之戰的時候，他不停地搓着手，嘴裏喃喃自語，「叮囑」楊倩要注意動作要領，當電視機裏傳來楊倩奪金消息時，這位平時看起來不苟言笑的硬漢落下了激動的眼淚。

### 啟蒙教練：堅信她能奪冠

「楊倩最擅长的就是絕殺，以往好幾次重大比賽上都有類似的情況發生，都是在最後關鍵時刻超過對手。所以我始終堅信她這次一定能奪冠。」虞利華說，「最後一發子彈的時候，我看俄羅斯選手舉槍動作就顯得有點猶豫了，但當時我看楊倩整體動作還是很穩的，所以當時就覺得金牌穩了。」他說：「我當教練30多年了，學生拿過幾十個全國冠軍，也有學生參加過亞運會、奧運會這樣的大賽，但這是第一次有學生在奧運會上拿到金牌，並且是奧運會首金，對此我感到非常自豪，非常開心。這是她自己努力的結果。」

看，「當時我們去學校選苗子，讓視力好的孩子自己站起來，楊倩毫不猶豫就站了起來。我當時就覺得這孩子站有站姿，而且眼睛水汪汪的，看上去就很有靈氣。」

在之後的射擊運動員選材常規測試中，楊倩的表現也很出色，「燕式平衡做得很穩，一點不搖晃。5.6毫米直徑的彈殼，一隻手拿一塊板，一隻手往上疊，她一口气疊了7個。」在虞利華看來，這可能就是天賦。楊倩的小學同學梁琪輝也覺得，楊倩從小就具備了做射擊運動員的天分，「小時候，她喜歡去村裏的玩具攤打槍，沒一會兒就把把氣球都打光了，老闆都求她別打了，再打要把氣球都拿走了。」

整理：香港文匯報記者 任芳瑛

## 四屆奧運會首金落在中國

奧運會年份	首金運動員	比賽項目
1984年洛杉磯奧運會	許海峰	射擊
2004年雅典奧運會	杜麗	女子10米氣步槍
2012年倫敦奧運會	易思玲	女子10米氣步槍
2020年東京奧運會	楊倩	女子10米氣步槍

整理：香港文匯報記者 任芳瑛

## 家鄉沸騰放鞭炮：「你是全村的驕傲」

香港文匯報訊（記者 王莉 杭州報道）24日一早，楊倩的家鄉、寧波楊家弄村的文化禮堂就擠滿了人，他們都是趕來和楊倩的爺爺奶奶、爸爸媽媽一起觀看比賽的當地村民。當解說員宣布楊倩獲得東京奧運會女子10米氣步槍金牌的瞬間，現場一片沸騰，鄉親們自發來到村口放起了鞭炮以示慶祝。



楊倩家中收藏着她歷年所獲獎牌。受訪者供圖

村民邵益青說，好幾天前村裏就有老人問她「楊倩的比賽是幾點啊？」還有村民放棄了旅遊，特意留下來看比賽。平時村裏有什麼活動也會放在這個文化禮堂，但是這麼大牌仗還是第一次。「楊倩是我們村的驕傲，平時能放四五十張大圓桌子的空間，今天都擺滿了凳子，為的就是能讓大家一起見證這麼重要的時刻。」

在比賽過程中，只要電視鏡頭中出現了楊倩的身影，村民們或揮舞手中的國旗，或舉起寫有「楊倩，加油！」字樣的紙牌，現場一片歡呼聲，「楊倩，你是最棒的！」「你是我們全村的驕傲！」一位懷抱寶貴的媽媽，一邊揮着寶貴的手揮舞國旗，一邊對寶寶說：「你長大之後，也要向楊倩姐姐學習，為國爭光。」

「她從小就很聰明，也很能吃苦，在村子裏大家都喜歡她。這次能取得奧運會冠軍，村裏人都特別高興，是我們全村的驕傲。」村民楊國飛說，楊倩不僅比賽成績好，讀書也很棒，她還是村裏第一個考進清華大學讀

書的孩子，「就好像是從前上京趕考得了一個狀元的感覺。」

### 最想吃媽媽做的油燜大蝦

看到女兒不負眾望，奪取金牌時，母親施安方舉起了雙臂，同時也流下了開心的眼淚。「這是我第一次看她打比賽，心臟都快跳出來了。以前她比賽的時候我都不敢看，怕太緊張了受不了，每次都是比賽結束再去查看成績。」施安方說，「當聽到她奪得冠軍的時候，我腦子裏一片空白，整個人是懵的，真的為她感到驕傲。10歲就離開家，一個人在外訓練，確實很不容易，這麼多年來的努力終於沒有白費。」

「為了讓她安心備戰，我們已經很久沒有聯繫了，她也有一年多的時間沒有回家過了。她最愛吃我做的菜，這次比賽結束回來，我會做一些她喜歡吃的菜，讓她盡量好好休息。」也許是母女连心，楊倩在賽後發布會上被問及回家最想吃什麼的時候，她說，最喜歡吃媽媽做的菜，最想吃的一道菜是油燜大蝦。

## 人小心大 永不言敗 特別能吃苦

香港文匯報訊（記者 王莉 杭州報道）「楊倩年齡雖小，但她最大的優勢就是有一顆『大心臟』，心理素质好，每場大賽，她發揮得都特別好。」啟蒙教練虞利華對愛徒的最深印象就是人小心大，心理素質好，抗壓性強。虞利華還跟香港文匯報記者分享了一個小故事，「2012年全國青少年錦標賽賽前訓練時，有一個裁判跟我說「虞教練，你的隊員睡着了」，我走過去一看，楊倩在練習跪姿的時候就這麼抱着槍睡着了，我叫她都叫不醒她，最後是被我拉起來拉醒的，所以說她的心態非常好。」

### 打光玩具攤氣球 攤主求手下留情

2011年，年僅10歲的楊倩被啟蒙教練虞利華一眼