

# 我市残疾人体育竞技逐步发展,5年获60多枚温州及以上比赛金牌 运动场上,他们是最美丽的天使

■记者 黄丽云

近年来,我市残疾人体育竞技发展较快,成绩显著。2010年至2014年,获得温州市级比赛金牌59枚,国家级比赛金牌6枚。

近日,喜讯再次传来。出征全国第九届残疾人运动会暨第六届特殊奥林匹克运动会比赛的市特殊教育学校学生林初杨和叶明丽载誉归来。此次,他们代表浙江省代表团参赛,获得3金3银1铜的优秀成绩。

在成绩的背后,市残联、教练员和参赛运动员们都付出了巨大心血。记者近日走近他们,揭秘成绩背后所付出的艰辛和努力。

## [教练]一切从零开始教

“此次参加比赛的两位学生,其中一位还是新手,没有参加大赛的经验,一切都要从零开始教。”市特殊教育学校教练员胡建保说,七年级的学生林初杨身体素质不错,但是跑步、跳远方面的技能还很不足。

“刚开始练习800米跑和400米跑时,林初杨摆臂的姿势都是错误的,他习惯双手直直地前后摆动,这样的动作,很难有好的爆发力。”胡建保说,“我们从呼吸开始教,然后调整其姿势、腿部力量训练,到最后耐力训练,一步步慢慢学习和提高。”

已在市特殊教育学校任教4年多的陈玉茹也是林初杨和叶明丽的教练员之一。她说,因为两个孩子都是智障少年,所以平时训练没法跟他们讲道理,只能用“哄”的办法。女生叶明丽要不耐训练些,平时训练一会儿就会有小脾气,教练员们常常要与她一起跑、一起训练,她才会继续。

“有时候,我们也会想一些妙招。比如自掏腰包购买一些面包和巧克力,这些东西既能为孩子们补充体力,也能‘引诱’其更加努力地训练。”陈玉茹说。

“两位学生能取得今天的成

绩实属不易,夺冠的过程非常艰辛。”带选手参加省队训练,并成为今年特奥会浙江省田径队教练员的何爱娟告诉记者,残疾人运动员由于生理上的缺陷,一些人比正常人显得更自卑,遇到困难更容易产生退缩的心理,她一直坚持用自己的爱心和耐心来感化他们,通过耐心细致的言传身教,硬是把想要半途放弃的他们拉回到继续训练的轨道上来。“当然,绝大多数的时候,运动员都很乖,训练也非常刻苦,训练时我就经常忍不住向他们竖起大拇指。”



叶明丽、林初杨获奖后合影

## [成绩] 5年60多枚温州及以上比赛金牌

据了解,目前我市参加瑞安本级比赛的残疾人运动员有200多人,参加过温州市级比赛的残疾人运动员有40多人,参加过省级或全国比赛的也有十几人。

市残联工作人员介绍,这个运动员群体为我市残疾人体育竞技的发展做出了贡献。2010年至2014年,我市获得温州市级比赛金牌59枚。其中2014年5名瑞安运动员代表温州队参加省第九届残疾人运动会,取得6枚金牌、7枚银牌、6枚铜牌。

在我市,市残联每年都会对残疾人运动员进行集中训练,项目有田径、游泳、羽毛球、乒乓球、飞镖、象棋等,今

年将增加篮球项目。“集中训练都较大程度上维持并提升了运动员的竞技状态。”市残联宣传委员王圣昌说,针对我市残疾人运动员后继无人的现状,市残联将加大宣传力度,努力挖掘年纪较轻有潜力的优秀残疾人,加大训练力度,努力培养一批优秀的残疾人运动员。

目前市残联还没有相关政策针对残疾人运动员进行倾向或补贴,下一步,市残联希望能联合市财政局发文《瑞安市优秀残疾人运动员、教练员、工作人员奖励暂行办法》,以加大对残疾人体育的投入,更好地发展我市残疾人体育事业。

## [运动员]“黑马”是苦练出来的

“这是我第一次参加大型比赛,能够赢得金牌,我真的很开心。”林初杨告诉记者,他家住温州龙湾区,今年15岁。

今年4月,知道自己可以代表浙江参加第六届全国特奥会,林初杨非常高兴,训练也更加刻苦了。

早上、课间、放学后,甚至周末都能看到林初杨努力锻炼的身影。

刚开始锻炼的时候,林初杨的耐力很一般,市特教学校的操场一圈就100米,跑5圈后,他就两手叉腰,脸色苍白了。在老师的指导下,每到下课时间,他就会利用仅有的训练资源——楼梯来训练腿部力量和耐力,从一楼到四楼,再从四楼到一楼,循环反复着……

因为学校的场地有限,400米跑和800米跑的训练都是片段化的,跳远更是无从练起。因此偶尔放学后到红旗实验小学训练,是林初杨能够“饱餐”的时刻。

“那里有相对标准的250米跑道,能精准地练习400米和800米跑,学生们也能放开手脚

跑起来。”胡建保说。

周末,是学生们期盼的日子,可以放心地休息。但是哪怕是在周末,林初杨也坚持锻炼,家住龙湾的他,经常会跑到附近的山上,一趟趟地跑着……

“林初杨有着一颗执着训练的心,虽然起点并不高,但是进步非常快。”胡建保评价说。

平时在校训练,勤奋训练的林初杨身后,总是还能看见一抹亮色,那就是八年级的学生叶明丽。叶明丽有着一双长腿,跑步时爆发力很强。她会

努力跟上教练员安排的各种训练节奏,有时候疲惫想歇息,但是看看一直努力训练的林初杨,又会咬牙继续。

训练是辛苦的,但这一切的辛苦有了回报。据悉,此前,林初杨和叶明丽经层层选拔,入选浙江省代表队。在第六届全

国特奥会上,林初杨获得跳远银牌、400米银牌、800米第四名、4×400米接力赛金牌、4×100米接力赛金牌等荣誉;叶明丽获得400米金牌、100米铜牌、200米银牌等荣誉。在200米预赛中,叶明丽因为生理原因,在第一组中的成绩排在末位,成绩不理想。但在决赛时,她却爆发出了惊人的毅力,超越了同组不少的选手,最后成功获得银牌。而林初杨在刚参加完800米,马上就要参加男子4×100米比赛的不利情况下,还是和队友密切配合,拿下了

4×100米的冠军。两人都成为赛场上名副其实的“黑马”。



叶明丽在比赛

## [手记] 他们永远是最棒的

“叶明丽和林初杨两人都是智障人士,获得这样的名次非常难得,为他们感到骄傲。”在采访中,市特殊教育学校校长林大湘如是说。

是的,我们为他们的成绩感到骄傲。虽然在林初杨和叶明丽等人的世界里,可能不会有过多的想法,但是那股淡淡的荣誉感是存在的,这种荣誉感正是他们那单纯的世界中,支撑其坚持锻炼的动力之一,他们的生

命中需要这种绚烂瞬间。

实际上,残疾人运动员由于生理、心理的种种缺陷,要通过克服自身缺陷,特别要克服自卑、自暴自弃的心理,取得优异的成绩,往往要比正常人多付出百倍千倍的努力。残疾人运动员通过竞技体育,不仅向世人展示了自己最完整最美丽的一面,也是向人们宣告,他们永远是最棒的!

他们身体残缺,但却用行动证明,运动场上,他们是最美丽的天使!