



# 奥运“民星” 且看小将们的风采

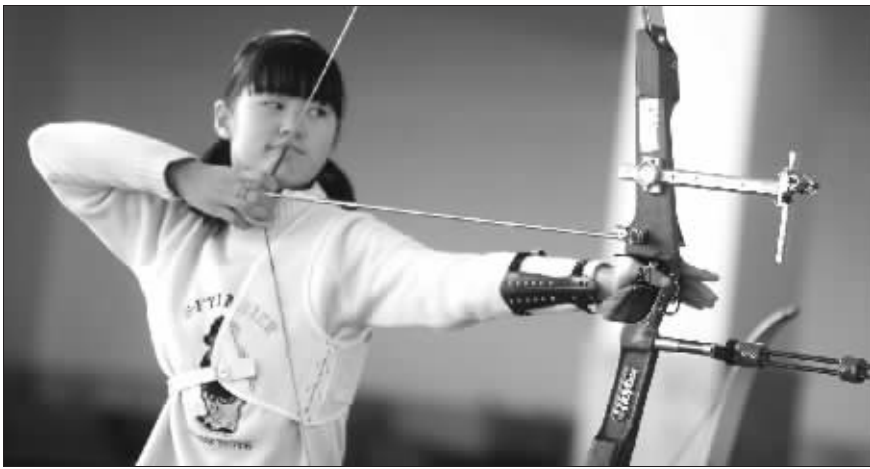
本期咱们的奥运“民星”推出的是两支团队,队员们互相交流、互相切磋,为了同一目标在奋力努力中。别看他们年纪小,可个个都是运动高手,不信就来领教领教他们的功夫。

## 小小花木兰 拉弓射靶心

奥运“民星”No.6:南京27中射箭队的小将们

说到射箭,很多人会想起《射雕英雄传》里的经典人物郭靖——那个弯弓射大雕的英雄。从容镇定,百步穿杨。南京27中也有一支射箭队,别看他们是一群十几岁的孩子,可是射起箭来颇有大侠风范。

小小射手出手不凡



### 姑娘家射箭真帅

每天下午三点半后,南京27中初中部体育场馆里,一帮十来岁的小姑娘在教练黄飞的带领下在这里练射箭。每个孩子正前方有一块靶子,练习就是不间断地出箭,取箭再出箭,看似有些单调而枯燥,可几名小姑娘却练习得异常认真。

她们个个昂首挺胸,腰板挺得直直的,左手握住弓,右手从身后腰间的箭壶里取出一支箭,放好后,右手向后拉弓弦,一直紧贴到鼻子和嘴巴,直到拉满弓。弓弦、瞄准器和靶心三点成一线,眼睛炯炯地盯着前方的靶子,

瞄准靶心、放箭,离弦的箭飞了出去,瞬间扎进前面的靶套,女孩们一齐收弓,完成整套动作。动作干净利落,潇洒自如,真帅。

别看女孩们射箭很轻松,可当记者想试试身手,这专业的弓箭在手里掂量就有好几斤重。最难的是拉弓,使足了力也拉不到最满,原来这把弓就有30多斤的拉力。

### 学射箭先练拉“皮条”

赵意刚读初一,13岁,学习射箭已有一年。

每天下午要抽出两个小时练习射箭,赵意记得开始的训练特别枯燥和乏

味,连弓箭的影子都看不到,先学拉“皮条”。所谓的皮条,就是一根有弹力的细皮圈,为了训练正确的拉弓姿势,一下午要拉上200多遍,重复的动作简直无趣极了,她不止一遍地问教练“什么时候才能拉上真正的弓箭?”教练总说快了。可没想到一拉“皮条”就是三个多月。

终于换上弓箭了,从小弓、木制弓到少年弓,中间又是一段漫长的经历。最近赵意终于换上了专业的弓箭,和比赛中一样,她很兴奋,可难度也随之而来。长期练习,赵意白嫩的手指上磨出不少老茧,可她现在对于练习射

箭的兴趣却更浓了。“因为有靶子了,就有目标了,看谁的环数多,乐趣就有了。”

### “选苗子”要看父母身高

南京27中的射箭队,也是南京市唯一一支射箭队。现在这里有40多个孩子在学射箭,这些孩子都是黄飞精心挑选出来的,选拔很有讲究,“首先视力要好,两手平举后,手指间距要够长,同时根据孩子父母、舅舅的身高来推断他们将来的个头。”黄飞说。

射箭队的孩子们成绩不俗,获得过两次省运会的射箭金牌,五次全国重点学校射箭金牌。

## 空手劈木板 小将不一般

奥运“民星”No.7:长青跆拳道馆的跆拳道小子

电视上跆拳道表演,穿着道服的跆拳道高手表演劈木板绝活,着实让人惊叹。在现场观看长青跆拳道馆的10岁跆拳道小子表演劈木板绝活,小小年纪却有惊人威力,除了惊叹,还要大呼不可思议。

飞起一脚踢碎木板



### 一掌下去木板变两半

双休日的晚上,照例是长青跆拳道馆的练习时间。穿着白色道服的孩子们,最大的不过十三四岁,最小的只有九岁。一张张小脸上写着严肃认真,伴着“哼哈”的喊叫声,提膝、高抬腿、正抬踢……气势很一般。

相互练习中,10岁的刘星宇一溜烟从屋里拿出几块木板。只见他两腿分开,手握木板两侧,10岁的陈志远则举起小小的右手,一声“哈”,他纵身跳起,右手如一把锋利的刀硬生生地落在木板上,就听“砰”的一声,木板碎成两半,再看看陈志远的小手,好端端

的,不红不肿。“不疼吗?”旁人看得心疼,小家伙满不在乎地吐出两字“没事”。

刘星宇又把木板举过头顶,陈志远一个转身,飞起一脚,转眼间木板又被他踢碎了。看到徒弟的出色表现,一旁的高教练甚为满意。“跆拳道的练习就是让他们把力量发挥到100%,力量传到手上,通过准确的技术把木板击破,用的不是蛮力。”

### 有的为防身,有的为减肥

刘星宇、陈志远学习跆拳道有四年多了,很难将他们的年龄和功夫相提并论。当初学习跆拳道可是各有目的,刘星宇是为防身,而陈志远则不太

好意思地表示是为了减肥,看来效果还挺明显,“没学之前很胖,现在练下来瘦了不少,连感冒也不怎么生了。”

6岁的孩子练跆拳道,苦可没少吃。当初第一项练习就是基本功,劈叉、压腿。“贴着墙壁,把脚搬到头顶,疼得我们哇哇地叫。对打中,经常磕磕碰碰,手有时不小心就擦破了。”

### 黑带是他们共同的目标

而对于13岁的小姑娘吴卿彦来说,学习跆拳道实在是太偶然了。“我表弟曾在这里学过,只上了几节课就没兴趣了,家里人问了一圈,没有人来学,于是我就顶替

他来学习跆拳道了。”没想到,性格有些男孩子气的吴卿彦一下子就喜欢上了这项运动,今年还在南京市青少年跆拳道比赛中,得了个第一。最开心的事就是换带子了,吴卿彦说,现在她已经是红带,想到下面就是高红了,离黑带越来越远就很期待。

几乎所有的孩子聊起跆拳道来都滔滔不绝,他们心中还有一个共同的梦想,就是黑带。年龄最小,9岁的朴冠龙悄悄透露,他的爷爷是朝鲜族,他的愿望就是等到跆拳道练好了,去韩国考级,做个黑带高手。”

本报记者 赵丹丹 文  
本报记者 唐伟超 摄

## 南京首届大学生“篮球宝贝·拉拉操”PK大赛 南林大的篮球宝贝最棒

上周六,南京玉桥市场、盛大网络主办的首届大学生“篮球宝贝·拉拉操”PK大赛,在玉桥市场大门口激情开战。参加比赛的南京大学、南京林业大学、东南大学等10所高校的“篮球宝贝”们在舞台上各展风采,秀舞技,赚人气。

出乎意料的是,拉拉操跳得最好的南京信息大学只获得了“参与奖”,取得冠军的是南京林业大学。原来,这场比赛比的不仅是舞技,更多的是各个高校的团结协作的奥运精神。

### 【比赛】

人多势众,比不上“刚柔并济”

第二批上场的南京大学的“篮球宝贝”们登台时,把观众吓了一跳。第一批上场的南京林业大学只上了6个宝贝,南京大学却上了16个!

16个宝贝齐齐站在舞台中央,宽敞的舞台顿时显得有些狭窄。她们穿着统一的红条T恤,灰色短裙。可由于人数太多,挤在不够宽敞的舞台上,严重影响了她们的发挥,有些伸手、踢腿的动作刚做出来,就撞到了旁边的人。但南京大学的宝贝们似乎并不在意作出了错,始终保持着甜美的笑容。表演尾声,她们还一起走下舞台,到观众席里与观众亲切互动,她们的舞蹈动作也比较简单,双脚轻踏地面,双手轻摆,身体微微扭动,引得台下不少观众都蠢蠢欲动。

南京信息工程大学更是颠覆传统,男生也加入“篮球宝贝”行列,4男4女的搭配模式相当另类。他们都使出了浑身解数,“男女宝贝”配合默契,各施所长。前半段舞蹈由男生主打,高难度的360度克拉克劈叉,直脚支撑旋转,看得观众眼花缭乱。

表演收尾,四个男宝贝一字排开,双手扣在背后,将四个女宝贝举了起来,上演了一出只有“男”宝贝才能完成的“猪八戒背媳妇”。看完他们的表演,五位评委的意见也极为一致,为南京信息工程大学打出了26.8分的全场最高分。

### 【拉拉队】

拉拉队的热情,抢了宝贝风头

台上的火爆演出一茬接一茬,台下的拉拉队惊叫声一浪盖过一浪。

比赛还未正式开始,玉桥市场大门口高高搭起的舞台上,已经坐满了各所高校来为“篮球宝贝”们加油助威的拉拉队。同学们端坐在各校的方阵里,挥舞着“小手掌”,吹着“小喇叭”,高高举着写着加油口号的大海报,发出呐喊声。

舞台上的PK还没上演,台下的拉拉队先比起了嗓门。“看我南大,绝代风华”“南师最强,激情飞扬”“南林超群,所向披靡,南林宝贝,一定会赢”……

南京师范大学的6个漂亮宝贝一上台,台下呼声四起。“南师最强,南师最强。”南师大的拉拉队在台下大喊起来。拉拉队纷纷站起来呐喊,双手还跟着音乐打起了拍子。

“嘿,兄弟,能不能坐下来,你看得清楚了,我们怎么办?”一位戴着眼镜的男生“抗议”。不过“拉拉队员”根本顾不了别人的感受,继续站着一个劲地高喊。

“我没有看见台上的人跳舞,一直就听着台下的拉拉队尖叫。”有一名观众笑着告诉记者,该校的拉拉队热情已经盖过了宝贝们表演的风头。

### 【夺冠】

冠军花落南京林业大学

台上一分钟,台下十年功。据了解,为了赛出水平,南京10所高校的“篮球宝贝”们已经辛苦排练了整整2个月。大家的目的非常明确:奔冠军而来。

在现场中,5位评委水都没喝一口,一直在认真观看她们的表演,并给她们打分。”南京信息工程大学26.8分,南京师范大学26.6分,南京林业大学26.2分……”经过2个小时的角逐,评委们现场评出了第一、二、三名。

不过,大家别以为这是最终比赛结果。

在本次比赛中,比赛得分由网络投票、短信投票、评委打分和观众打分四部分构成。评委们的打分只占30%。过了几分钟后,主办方才宣布“篮球宝贝拉拉操”最终的比赛结果。第一名被南京林业大学夺得。第二名、第三名分别由南京中医药大学、东南大学获得。

在本次比赛中,被评委们一致公认为拉拉操跳得最好的南京信息大学与其他几所高校,并列获得了“参与奖”。

### 【花絮】

主持人用分贝仪测“热情”

由于拉拉队热情非常高,当天的主持人也别出心裁地给拉拉队设立了一个奖项。“我手上有一个仪器,这是一个分贝仪,下面我一个一个测量,看哪一支拉拉队的呐喊声分贝最高。”主持人说,叫声分贝最高的一支拉拉队将可以获得1000元奖金。

每到一支拉拉队上场,大家就一哄而上,把主持人团团围住,然后捂着耳朵大吼。东南大学的拉拉队“最牛”,喊出了128.9分贝,取得了“第一名”。

不过,再看一看主持人,他一个劲地叫“惨”,说“我耳鸣了,我耳鸣了!”他的幽默也把比赛推向了另一个高潮。

见习记者 童婷婷  
快报记者 刘晓晴 钟晓敏 文/摄



“男女宝贝”配合默契

## “奥运民星” 大征集

如果您是身怀绝技的体育高手,如果您是挑战自我的健身达人,那就赶紧告诉我们

吧!不论您是擅长时尚运动,还是拿手传统的玩法,您都可以通过快报“96060”热线报

名。我们还将举办一次规模空前的“奥运民星”绝活大展示,让您一露身手,一展风采!