

近日,万众瞩目的奥运会落下帷幕。17天的比赛中,中国健儿各展风姿,拿下了骄人的成绩。无数被“圈粉”的里水市民,纷纷穿上了运动装备,以实际行动支持中国健儿,为偶像打call。记者采访了游泳、足球、田径等里水运动员,了解他们致敬偶像、弘扬奥运精神的方式。

# 奥运掀起追星潮

# 里水运动员CALL 为国家健儿打CALL

## 坚持就一定要有收获

- 姓名:何沃财
- 兴趣:自行车运动
- 观赛有感:保持初心,努力突破。

▶何沃财在公路骑行。



自高中开始,何沃财便对自行车有着一份独特的热爱。2010年,何沃财拥有了第一台属于自己的自行车,运动的热情更是一发不可收拾。在别人眼里,一辆普通不过的自行车,都能在他手上变出多种新玩法。不论是无车日骑行活动,还是骑行寻迹大赛等,何沃财都会第一时间报名,结识了越来越多志同道合的骑友,并加入了里水镇自行车协会。

自东京奥运会开赛以来,何沃财一直关注着自行车项目的相关赛程,公路、山地、场地自行车赛,以及小轮车竞速赛和自由式小轮车

赛,精彩赛事一场也没拉下。8月8日,当中国选手钟天使和鲍珊菊冲过终点线,为中国队拿下奥运史上第二枚自行车金牌时,何沃财更是兴奋了一晚上,为偶像钟天使呐喊高兴。

“30岁的运动员已经是老将了,钟天使却能一直坚持,突破自我,一次次打破纪录,拼搏精神让我十分尊敬。”何沃财说,五年前里约奥运会上,钟天使与宫金杰搭档,夺得了场地自行车赛冠军,实现了中国自行车奥运金牌“零”的突破,振奋了包括他在内的不少自行车爱好者的内心。

“坚持,就一定要有收获,这是

我从偶像身上看到并学习到的。”何沃财说,相比羽毛球、篮球等运动项目,即便自行车为小众所爱,但他仍然会选择继续坚持,不仅是因为要向钟天使看齐,更是因为这项运动充满了无穷的魅力,为他带来了健康、友谊等宝贵收获。如今,他总会约上三五好友,骑着心爱的自行车,享受挥洒汗水的畅快,以热爱致敬偶像。

## 以实际行动诠释奥运精神

- 姓名:郭诗琪
- 兴趣:游泳
- 观赛有感:我们不仅要看到金牌的耀眼光芒,更要看到运动员背后的辛勤付出。

◀郭诗琪(左一)向学生传授游泳经验。



能突破。此外,郭诗琪还组织学生与广州市某游泳俱乐部优秀运动员进行交流。

为期15天的训练,学生们充分感受到专业运动员日复一日的顽强拼搏,深刻体会到“友谊第一、比赛第二”的宗旨,更亲身领悟到“更快、更高、更强、更团结”的奥林匹克精神。

这让郭诗琪备感欣慰。“观看奥运会时,我们不仅要看到金牌的耀眼光芒,更要看到运动员背后的辛勤付出。”作为一名专业运动员,郭诗琪深刻明白每一位运动员心中的目标与信念,他们将祖国的荣誉放在第一位,追求卓越、超越自我,以实际行动诠释体育精神。

“奥运征程仍在继续,奥林匹克精神在国人心中沸腾燃烧。”郭诗琪表示,今后她将向更多学生传授游泳的硬本领,以奥林匹克精神感化学生,为里水镇打造“体育强镇”贡献一份力量。

炎炎夏日,不少学生选择学习游泳,锻炼身体素质。在里水泽木体育馆,郭诗琪正耐心纠正学生的游泳动作。

“一届又一届的奥运会成功举办,奥林匹克精神也一直传递至今,就像奥运圣火般熊熊燃烧,生生不息。”作为前国家队游泳运动员,郭诗琪也十分关注东京奥运会。之所以选择成为一名游泳教练,郭诗琪说,是希望将运动技术和体育精神传递给下一代人。

暑假期间,郭诗琪和其他游泳教练组织里水学生开展了游泳夏令营特训,并邀请中国队田径运动员苏炳添的体能教练为学生上公开课,让学生初步掌握核心体能训练方式,并合理运用在日常训练中,不断提高身体素质,从而实现身体机

## 希望“跑入”奥运男子400米决赛

- 姓名:温俊基
- 兴趣:田径
- 观赛有感:苏炳添能取得好成绩,源于他的自律以及对自己的高要求、高标准。

▶温俊基训练前在赛道上拍照,致敬偶像苏炳添。



东京奥运会圆满结束,中国队取得了喜人佳绩。其中,中国队田径运动员苏炳添在东京奥运会田径男子100米半决赛以9秒83的成绩打破亚洲纪录,进入决赛,让国人备感自豪。温俊基就是苏炳添众多支持者的一员。

“苏炳添打破了人们对中国田径短跑的看法,他的拼搏精神深刻打动了我。”谈起运动的温俊基,总是一副眉飞色舞的样子。在他看来,31岁的苏炳添仍能取得如此好的成绩,源于他的自律以及对自己的高要求、高标准。

事实上,毕业于里水旗峰中学的温俊基是一名400米专项运动员,今年高考他以男子400米47秒45的好成绩,通过了北大高

水平运动队招生考试,成功被北京大学录取,创造了历年来清华北大高水平运动队招生男子400米考试中的最好成绩。

优异成绩的背后离不开艰苦训练。参加北京大学2021年高水平运动队招生考试前,温俊基努力克服北方零下12摄氏度的寒冷天气,做好各项锻炼和热身运动。为了不影响考前的兴奋剂检测结果,他还严格控制自己的饮食,不吃猪肉等可能含有化学激素的食物。

考取高校后,温俊基也时刻鞭策自己,每天定时进行科学训练。“即将进入大学学习,希望我

在这个广阔平台上能取得更好的成绩,不辜负所有对我有期望的人,不辜负自己的运动天赋。”温俊基表示,希望自己可以赛场上的一往无前,不断突破极限,成为第一名进入奥运会男子400米决赛的中国人,为中国的体育事业贡献一分力量。除此以外,还会刻苦学习,做一名兼具文化素养的体育人。

## 以优秀运动员为榜样努力训练

- 姓名:熊晨馨
- 兴趣:足球
- 观赛有感:运动员在最后一刻仍不放弃,让我深感她们身上的体育精神。

◀熊晨馨为里水镇绿欣小学足球队斩获多个足球赛事奖项。



“进球了!好厉害!”暑假期间,熊晨馨早早守在家里的电视机前,观看东京奥运会女子足球比赛。奋力在绿茵场上驰骋的运动员,让她无比敬佩。

熊晨馨是绿欣小学的学生,她对足球的喜爱源于学校足球队

的一次选拔。“我很喜欢踢足球,我认为这是一种享受,是一件让人愉快的事情。”

加入学校足球队以来,熊晨馨都会利于课余时间练习足球基本功:运球、传球、射门……在熊晨馨看来,学习足球不仅可以强身健体、结交朋友,还可以培养团队合作意识,最重要的是,练就了坚毅不服输的精神品质。不积跬步无以至千里,熊晨馨与队友们日复一日的艰苦训练,终于不负众望,斩获了市、区、镇级多个校园足球赛事的奖项。

收获社团奖项的同时,熊晨馨也不忘抓牢文化课学习。“练习需要花费大量时间,我必须合理

分配时间,平衡课业与兴趣。”从三年级到六年级,熊晨馨坚持练习了三年半的足球,拥有了过硬的身体素质和运动技术。在这个过程中,她仍坚持将课业放在第一位,上课专心听讲,课后及时复习,学习成绩在年级中名列前茅。

东京奥运会已结束,但运动员努力拼搏的身姿仍深深烙印在熊晨馨的脑海中。“运动员们在最后一刻仍不放弃,奋力奔跑、挥洒汗水,让我深感她们身上的体育精神。”熊晨馨说,今后,她将以优秀的运动员为榜样,以学习武装智慧头脑,以运动锻炼健康体质,以积极态度面对生活。