

# 田径世锦赛女子铁饼冯彬奋力夺冠,杭州体育老师李建平为何格外开心 他想告诉学生们,掷铁饼者真美

本报记者 高华生

7月20日,田径世锦赛女子铁饼决赛冯彬69米12夺冠,为中国队赢得本届世锦赛第二金,也让很多人再一次将目光聚焦到平时少有关关注的投掷项目。作为基层投掷项目体育老师的李建平感到开心和骄傲,他觉得这枚世锦赛金牌的流量会让更多人注意到这一领域。



李建平退休前是清泰实验学校体育老师,四十多年的教学生涯中一直围着铁饼、铅球、标枪这些铁疙瘩转,这些并不时尚的项目让很多学生找到人生努力方向、通过投掷特长走进高校大门。已经退休的他前不久被浙大附中返聘成为该校投掷教练,除了浙大附中投掷项目特长生外,还有不少小学、初中学生跟他练习投掷项目,他的暑假生活因学生日常训练和田径世锦赛而日渐充实。

“看到有投掷项目直播预告,就在群里提醒学生及时观看。”李建平告诉钱江晚报·小时新闻记者,作为一个基层从事投掷项目的体育老师,田径世锦赛投掷项目基本上能看的比赛他都看了,有时候看到适合自己学生的技术动作,还会通过网络下载下来,这些就成了他和学生的技术素材。

世锦赛女子铁饼项目冯彬夺冠,李建平说他开心又自豪,虽然热度可能很快会过去,但这枚金牌还是会相对比较冷门的投掷项目引起一番关注。李建平告诉钱江晚报·小时新闻记者,目前杭州校园里投掷项目开展困难。一部分因素是场地,很多学校将原本的自然草田径场改造成人工草,这样就没办法开展投掷项目了。另外,投掷项目需要练习身体旋转技术,在这一过程中,会有一定危险性,很多学校因此对开展这些项目的安全性有所顾虑,也让投掷项目在校园里的生存处境有点难。

李建平目前返聘任教的浙大附中丁兰校区,是杭州目前唯一一所招收投掷特长学生的高中,退休之后的他找到了用武之地。

“前三把要搏。”李建平常常在比赛中提醒学生采用的策略,在本届田径世锦赛女子铁饼项目上得到了验证——冯彬第一把就投出了69米12并最终夺冠。李建平解释说,因为天气、体能、心理原因,投掷项目发挥有一定的偶然性,一般来说前面出好成绩的概率比较大,有时候最后一把出成绩,那是选手彻底放下心理负担,超水平发挥才能出现的“惊喜”。

“每年杭州市田径运动会,浙江省青少年田径锦标赛,我都会交代学生,第一把拿到有效成绩后,后面就应该搏了。”李建平以铅球项目为例说,第一把他一般建议学生用比较有把握的“背身滑步”技术动作,后面几把,学生就可以采用“旋转推球”技术动作,争取拿到更好的成绩。

李建平的手机和电脑里,保存最多的就是投掷项目的动作视频,其中大部分都是国外顶级选手的视频,这些都是他和学生的宝贝。这次世锦赛看下来,他手机里的“宝贝”又增加了。



## 田径世锦赛马拉松项目 中国队选手成绩稳步提升 杭州跑友 盯直播津津有味

这两天尤金田径世锦赛正在火热进行中,马拉松赛场上,男女冠军双双打破赛会纪录,中国老将董国建以2小时11分14秒列第23名,创造中国男子世锦赛马拉松最快成绩,女选手张德顺跑出2小时28分11秒,名列第11名,创个人第二好成绩。

对大多数中国观众来说,这是两场无关我国选手争金夺银的比赛,但在杭州有一群跑友却熬夜看得津津有味。

男女马拉松决赛的日子正是杭州上一个高温最热的两天,跑友朱安宁说,他特意把这两天的跑步训练安排在早上,晚上的时间留出来看比赛直播,“看完比赛已经快晚上12点了,赶紧睡觉,第二天一早还要上班!”像他这般如此关注地球另一头的田径世锦赛马拉松比赛的跑友还不是一两个,“我在的好几个跑步群,这两个晚上大家都是一边看直播一边讨论。”

一场马拉松比赛,直播时长大约两个半到三个小时,镜头大多只是各种角度的奔跑镜头,跑友们到底在看什么?

“能看的东西可太多了,看马拉松大神、战术、比赛氛围、跑姿,甚至是看他们脚上的跑鞋……”今年已经是杭州跑友朱安宁看马拉松赛事直播的第七年了,他说,他2013年开始跑步,2015年开始看各种比赛直播,“那时候有直播的马拉松比赛很少,而现在马拉松六大满贯、世锦赛、奥运会,国内各大赛事几乎都有平台会直播,只要有空,这些比赛我都会看。”

他说,在外人看来有些枯燥的马拉松比赛,其实也有剧本:看刚发枪后的10公里的较量,25公里以后进入了高潮,各种战术、较量、小动作频出……

朱安宁发现,这两年周围看马拉松直播的人越来越多了,但他们几乎清一色都是跑友。

跑友为什么爱看马拉松?

“因为有参与感,”朱安宁说,“看完东京马拉松,我就连续报了很多年的东京马拉松,虽然到现在没有中过一次签;看完基普乔格破二,我会兴奋地下楼去跑上10公里庆祝一下;看完一个跑步选手的跑姿,我也会在自己跑步时试验性地模仿一下,调整一下自己的动作。”这种参与感甚至来自国内的选手,也许中国选手无法在世界大赛上站上领奖台,但这些被业余跑友称为大神的国家队高手,“他们的名字、成绩我都很熟,他们中有的人我合过影,有的甚至和我参加过同一场比赛……他们取得好成绩我会与有荣焉,他们没有跑好的时候,群里大家会讨论分析原因。”

当比赛进行时,身处手机屏幕前的他们和镜头中的运动员,有同一个身份:马拉松运动爱好者。

这也许就是田径世锦赛马拉松比赛受跑友热捧的原因。

本报记者 王琼 李颖

