

这些孩子为啥行 全凭手中一根绳

淄博一所农村小学的孩子称雄跳绳亚锦赛,过去八年10人获世界冠军

文/片 记者 樊舒瑜 吴昱

亚锦赛上掀狂飙

2月26日下午,天绳健跳绳队的队员们正在学校训练室跳绳,只见他们弓着身子,眼睛直勾勾地盯着绳子,左右脚快速交替,抬起落下。绳子已经甩得看不到影……

“加油!再快点!”天绳健跳绳队的教练张红岗铿锵有力的口令在训练场上久久回荡……

这是一次平常的训练。在这个以“绳”扬名世界的学校里,6名跳绳队员每天如此训练三个小时。

正是这支队伍,在2022年亚洲跳绳锦标赛上斩获6枚金牌,并打破5项世界纪录。

这次大赛是亚洲跳绳联合会成立后举办的首届亚锦赛,是亚洲水平最高、影响力最大的跳绳国际赛事。在谈起比赛经历时,张红岗对记者说:“为了这项比赛,队员们前前后后准备了近一年的时间。”

“要参加亚锦赛,首先需要参加全国跳绳联赛。”张红岗说道,在这项比赛中,队员们以前三名的成绩获得了2022年亚洲跳绳锦标赛选拔赛的资格。而在随后的2022年亚洲跳绳锦标赛选拔赛上,来自全国的43支队伍397名跳绳选手参与选拔。经过层层角逐,天绳健跳绳队的6名队员最终脱颖而出获得参赛资格。

“我们都很珍惜这次参赛资格,前前后后拿出了三个月的时间给队员们进行集训,集训时间一天八小时。”张红岗戏称那段集训时间为“魔鬼训练营”,“那段时间孩子们吃住都在训练室,的确很辛苦”。

“我们共参加十多个项目,因为是视频形式,这就需要我们反复录制参赛视频,把自己的最高水平拿出来参赛。”张红岗说,终于,2022年9月15日,他拿着队员们最好的成绩,按照参赛要求上传参赛视频。据悉,这次比赛共有12个国家和地区的运动员参加。其中,中国跳绳国家队共派出235名健儿,首次实现全项目参赛。

比赛共设置30秒单摇跳、3分钟单摇跳、个人花样、4×30秒单摇接力、2×30秒双摇接力、

2月16日,2022年亚洲跳绳锦标赛速度赛项目的成绩公布。来自淄博市周村区天绳健跳绳队的李永琪、冯熙惠、尤煜营、丁向阳、高合凯和马子瑶6名队员斩获6枚金牌,并打破5项世界纪录。

这支队伍发源于周村区城北中学。这样一所在当地并不起眼的九年一贯制农村学校,锻造了一支具有“世界速度”的天绳健跳绳队,过去八年共收获218项全国冠军,10人获世界冠军,还多次打破世界纪录。那么,他们是如何做到的?“跳绳神话”之队是如何炼成的?



刚刚在亚锦赛上夺冠的小队员们又投入了训练中。

两人同步花样、60秒交互绳速度、三人交互绳花样、连续三摇跳等9个项目。

天绳健跳绳队取得的成绩实在让人振奋。在团体项目中,一分钟混合交互速度赛成绩518个,打破506个的世界纪录;4×30秒混合交互速度赛成绩846个,打破839个的世界纪录。个人项目中,冯熙惠以220个和1116个的成绩,一人打破30秒和3分钟单摇跳两项世界纪录,平均每秒可跳7.3下;李永琪、尤煜营在连续三摇跳项目中分别跳出了1052个和549个的优异成绩,双双打破530个的世界纪录,李永琪也超越了701个的世界纪录。

冠军如何“跳”出来

事实上,这已不是天绳健跳绳队首次在国际大赛上获得荣誉。

在过去的八年时间里,张红岗带领的跳绳队共收获218项全国冠军,10人获世界冠军,还多次打破世界纪录。

而对于了解天绳健跳绳队伍的人来说,成绩的取得实至名

归。

如今,这支队伍陆陆续续捧回来的奖牌挂满训练室的窗台,又挂满了楼道的两墙,一块块金牌,为简陋的训练环境增添了一抹亮色。

一所农村学校,何以锻造一支如此强悍的跳绳队伍?

时间拨回至27年前,张红岗成为周村区城北中学的一名体育老师。

“农村教学条件差,泥巴路容易崴脚。什么运动既能让学生锻炼身体,又不受环境影响?”这成了当时张红岗的一大“心结”。

毕业于田径专业的张红岗将目光瞄向了跳绳。“跳绳对场地的要求不高,随便一块平地就可以跳,各大体育赛事的运动选手们也常拿它锻炼体能。”抱着试一试的心态,2012年,张红岗开始让学生们练习跳绳。

练跳绳后,张红岗和他的学员们很快获得了甜头。而正是那次“甜头”,坚定了张红岗发展跳绳的决心。2013年,山东省第十二届中学生运动会在竞赛项目中增设跳绳项目,要求以市为单位

报名参加,张红岗带领的跳绳队伍被周村区推荐参加淄博市的选拔赛。万万没想到的是,这支业余的队伍竟然一路跳到省里,还拿到了两个冠军。下半年,这支队伍又参加了全国青少年跳绳邀请赛,捧回了四个冠军奖杯。

这对当时的张红岗触动很大,他决定组建一支正式的跳绳队。

2013年,天绳健跳绳队正式成立,张红岗带着他的第一批学生开始了“跳绳实验”。

训练刚开始的一年,困难接踵而至。“很多家长怕跳绳影响孩子的学习成绩,都要求他们退队。”就这样,留下来的队员寥寥无几。

“我一直觉得,体育不只是一种强身健体的方式,同样可以磨炼孩子的心境,提高孩子们的自信。”张红岗说:“我当时就想和家长达成这种共识。”

有过十年班主任经验的张红岗把目光瞄准了更多班级的“小尾巴”。在2022年亚洲跳绳锦标赛上打破30秒和3分钟单摇跳两项世界纪录的冯熙惠也曾是

其中之一。

“我当时学习成绩不好,被张老师招来跳绳队伍,最初入队时成绩也不是很好,基本上相当于替补。”经过刻苦锻炼,已经拿到过金牌的冯熙惠,现在眼睛里闪烁着光芒,充满自信。

“那种突破纪录后获得的快乐,是我从未有过的。”冯熙惠骄傲地说。

冯熙惠的例子仅仅是一个缩影。

很难想象,这支打破多项世界纪录的队伍,他们的教练曾经对跳绳一窍不通。

“刚组队时,每天下班以后就坐在电脑前面看视频、找资料,研究国内外的跳绳比赛。”他发现,山东学生身材普遍偏高,在跳绳比赛中并不占优,只能通过改进技术提高竞技水平。

随着参加的比赛越来越多,不会跳绳的他成了各大比赛中活跃的场外记录者。“碰上水平比较高的队伍,我就用手机把他们的比赛录下来,当作资料,回来慢放,研究他们的动作、发力点。”

“当时就是一条心想把孩子们的跳绳速度提上去,唯有提高技术。”提起那段日子,张红岗的语气变得激昂起来。

作为一名对跳绳一窍不通的“门外汉”,张红岗硬是摸索出了单摇跳、双摇跳、花样跳等竞赛项目的训练方法。

除了技术之外,对于跳绳运动员来讲,一根绳子甚至可以直接决定一场比赛的胜负。

为了帮助队员提高成绩,张红岗开始在学员的跳绳器材上下功夫。

“那时候还不兴淘宝,只能去市场上转悠,挨家挨户地比对。”张红岗回忆。最终他自费花了一万元左右,解决了最基础的器材难题。

技术和器材的问题解决了,剩下的便是“拼”。“现在我们在淄博机电工程学院上学,下课后每天训练三个小时,正式比赛前的集训,一天要训练八个小时,吃住都在练习室。”冯熙惠说。

对于冯熙惠这些队员来说,训练是枯燥且辛苦的,但一切也是值得的。

“今年还要继续带着孩子们参加国际赛事,带着他们创造更多可能。”张红岗说。

一大碗海蛎子面5元,蓬莱面馆老板走红

他说不想当网红,只想安静地卖面

记者 时培磊 张琪

一大碗海蛎子面只卖5元钱!近日,一段蓬莱小面因价格实惠让外地小伙震惊的视频走红。2月28日,记者联系到饭店老板刘涛,据他介绍,蓬莱小面是当地人非常喜欢吃的地方小吃,有很好的群众基础,销量好的时候一天能卖上千碗,“有了量以后,我们才敢

让利,主打薄利多销。”在当地,蓬莱小面价格一般都在3-5元。

据视频拍摄者宋先生介绍,前两天他到烟台蓬莱干工程,中午在潮水镇一家面馆吃饭,看到墙上张贴的价格,他很震惊。一碗海蛎子面小碗4元、大碗5元,海胆面、扇贝面、鱼卤面、大骨清汤面也是同样的价格。“当时就觉得怎么这么便宜,又好吃,就随手拍了下来。”

宋先生的视频很快火了,不少网友感慨这价格太有良心了,也想来蓬莱吃面,还有部分网友以亲身经历来证实,蓬莱小面在当地确实很便宜,普遍都是这个价格,值得一试。

2月28日,记者联系上面馆老板刘涛。据其介绍,蓬莱小面是当地人从小就习惯吃的地方小吃,“不管是打工的,还是当老板的,

不分有钱,没钱,都来吃小面。”蓬莱小面的群众基础好,旺季他店里一天能卖上千碗。有了量的保证,饭店也敢让利。“主打薄利多销”。

“以前小碗卖3元,大碗4元,去年面粉涨了两三次价,成本实在保不住了,涨了1元。”刘涛称,蓬莱小面在当地的价格都差不多,“出了蓬莱,有些地方的饮食习惯

不太能接受蓬莱小面,没有量,价格势必要高一些。”

得知蓬莱小面在网上走红,刘涛称,他很激动,“疫情这三年,干餐饮很不容易,网友的留言让我觉得买卖还是可以干的,挺欣慰。”有不少网友表示,这家面馆要火,也有人跟刘涛开玩笑称,他要走红。对此,刘涛说,他只想安安心心做面,不愿意成为网红。