

吉秋霞,15岁,来自河南的外来务工人员子女,这个暑假为自己赢得了人生首枚金牌。她就读于济南二十六中,父母以收废品为生。这样一对生活艰辛的夫妇,他们的女儿夺得了全国中学生柔道锦标赛44公斤级比赛冠军。本期策划 修伟华



比赛开幕日,闫千户小学柔道社团成员表演功夫扇。本报记者 李飞 摄



柔道比赛竞争激烈。通讯员 靳鑫 摄



吉秋霞前排右三和老师等合影留念。通讯员 靳鑫 摄

15岁小丫柔道大赛夺金

吉秋霞是外来务工人员子女,父母在济以收废品为生

文/片 本报记者 李飞

她,是一名来自河南的外来务工人员子女,父母均在济南以收废品为生;她,就读于济南第二十六中学,在刚刚结束的首届全国中学生柔道锦标赛上,夺得女子44公斤级柔道比赛冠军。

她就是15岁的吉秋霞,一名即将读初二的女生,在这个暑假为自己赢得了人生首枚金牌。近日,记者来到济南二十六中,对她进行了深入采访。

首届全国中学生柔道锦标赛落幕

省城一中学勇摘九金

本报8月15日讯(记者 李飞) 7月29-31日,第一届全国中学生柔道锦标赛在济南第二十六中学举行,来自全国24个地市的350名运动员参加了比赛。济南第二十六中学共获得9枚金牌、8枚银牌和1枚铜牌,以总分169分夺得团体总分第一名,并荣获“体育道德风尚奖”代表队。

据悉,本次比赛是由中国中学生体育协会柔道分会、国家体育总局举重、摔跤、柔道运动管理中心主办,来自全国24个地市的350名运动员参加了比赛。此次大赛,济南二十六中共派出了29名运动员参加了所有级别的角逐。

经过为期三天紧张激烈的角逐,济南二十六中的柔道小将们表现出色,凭借良好的心态,过硬的技战术,共获得9枚金牌、8枚银牌和1枚铜牌,四个第4名、一个第5名、两个第6名、四个第7名、两个第8名,以总分169分夺得团体总分第一名,并荣获“体育道德风尚奖”代表队。

据介绍,2005年,槐荫区教育局将柔道运动作为特色体育项目引入学校课堂教学,目前已作为济南二十六中学区五所中小学的校本课程普及并开展起来,将近3000名在校学生,在专业教师的指导下有计划地学习柔道运动,有效地促进了小学生身心健康发展。

一个“大外刈”动作将对手摔倒在地

14日上午,记者在二十六中大门口等吉秋霞。不一会儿,一辆破旧三轮车从远处过来。驾车的是一名中年男子,一名初中生模样的女生跳下车,她就是吉秋霞。

脸黑黑的,身体瘦瘦的,内向而害羞。记者无法把眼前这个看似普通的女孩子与全国中学生柔道锦标赛女子44公斤级冠军联系起来。

7月29-31日,第一届全国中学生柔道锦标赛在济南第二十六中学举行。比赛开幕当天下午,15岁的吉秋霞在女子44公斤级柔道比赛中,一举战胜对手,夺得冠军,为学校首夺金牌。

“这是我第一次参加正式比赛,赛前紧张得睡不着觉。”吉秋霞说,比赛前一晚,后半夜她都没睡着,脑子里想的全是第二天的比赛。7月29日早晨5点多,吉秋霞就起床了,在学校柔道馆看了一上午的比赛。

当天下午4点多,女子44公斤级柔道比赛开始,一身白道服的吉秋霞迎战身穿蓝道服的历城五中的一名选手。行礼毕,随着裁判一声“开始”令下,吉秋霞上前抓住了对方的衣服前领。她想做柔道比赛中的“背负投”动作,把对方摔倒在地,但对方挣脱了。僵持中,吉秋霞又抓住了对方的衣服领子,一个“大外刈”动作将其摔倒在地。吉秋

霞随即上前想摀住对方时,只听裁判喊了一声“一本”,她赢了,获得该级别的冠军。

为了减体重 大热天跑圈

“没想到会拿到金牌。”吉秋霞说,首次参加正式比赛,就获得了冠军,她心里既高兴又激动,但令她更难忘的,是赛前那段刻苦训练的日子。“为了降体重,成天跑圈,少吃饭甚至不吃饭。”吉秋霞说,四天的时间,她成功地从43.7公斤降到了42公斤。

作为学校柔道社团的一名成员,今年暑假前,吉秋霞和其他队员得到了教练的通知,假期里将参加一场全国性的柔道比赛。从7月5日开始,吉秋霞和其他队员到校训练,每天从上午8点一直练到11点多。与日常训练相比,备战比赛的训练强度大,实战训练多。炎炎夏日,学校的柔道馆里没有空调,穿着厚厚的柔道服,不一会儿,吉秋霞的衣服就湿透了。

7月10日前后,吉秋霞接到了教练的通知,她被选拔参加即将进行的首届全国中学生柔道锦标赛44公斤级的比赛。吉秋霞说,有了目标,她训练起来更用功了,有时双手练得一点力气也没有了,她依然咬牙坚持。

比赛开始前一周,教练为吉秋霞称了体重,显示43.7公斤。“不能超过44公斤,但一顿饭可能就会超重。教练让我减体重。”吉秋霞说,从7月25日开始,她有意识地控制体重。在学校里,她绕着操场跑圈,一圈又一圈,汗水浸湿了全身;回到家,她又绕着济南森林公园跑一圈,走一圈。

“另外少吃饭,以往每顿饭要吃两小碗米饭,现在只吃一碗,甚至有时候不吃。”吉秋霞说。7月29日早晨,组委会为参赛队员称体重,吉秋霞的体重显示为42公斤。“大概四天的时间,减了1.7公斤。”吉秋霞说,为了比赛,吃点苦不算什么。

四年级接触柔道 常以妹妹为靶子

吉秋霞告诉记者,从小学四年级,她就开始接触柔道了,至今已经练了三年多。

2007年,11岁的吉秋霞从河南商丘老家跟随父母来到济南,一同来的还有她的弟弟和妹妹。父母在济南以收废品为生,作为一名外来务工人员子女,吉秋霞进入了济南闫千户小学读四年级。柔道是该校的特色校本课程,从三年级开始,每周都有一节柔道体育课。吉秋霞从四年级开始接触柔道。最初柔道给她的印象很陌生,“双方对打,和摔跤一样。”

这个类似摔跤的运动项目,很多女孩子并不感兴趣,但吉秋霞不同,她感到很有意思,还能强身健体。四年级下学期,吉秋霞被选拔进了学校柔道社团。除了每周的一节柔道课,每天下午放学后,她和其他成员还要继续留校练习一个多小时。“练习的内容越来越多,比如怎么倒地,怎么自我防护,怎么把对方摔倒。”

虽然性格内向,但练习柔道后,吉秋霞却上了瘾。回到家后,依旧感觉不过瘾的吉秋霞常常拿比自己小三岁的妹妹当做靶子进行练习。“在床上练习摔的动作,但不是真的摔。”

小学阶段的柔道练习,给吉秋霞的柔道功夫打下了良好的基础,尽管没有参加过正式比赛,但她已经将自己与柔道连在了一起。

肩扛一个人 连续做蹲起

“小学毕业时,得知上了初中还可以继续学习柔道,心里高兴极了。”吉秋霞描述自己当时的心情。但她也给记者透露了一个小秘密,虽然喜欢练习柔道,但累得脖子疼、腰疼,脚也经常磨破,自己曾想过放弃。

“一个简单的动作,需要练习几十遍。”吉秋霞说,仅“搭腰”这个动作,她练了一个多星期,不知道练了多少遍。而“背负投”这个动作,吉秋霞一开始怎么做都做不好,只好一遍又一遍地练习,练到实在不想再练了为止。

腰疼,脖子疼,双手练得一点劲也没有了。吉秋霞告诉记者,最初接触柔道时,学的都是一些基础知识,内容简单,后来随着训练强度加大,训练内容复杂,自己已经累得浑身不想动弹。练习柔道时一般需要赤脚上阵,吉秋霞的脚也被磨破了好多次。“有一次练完柔道回家,我直接告诉爸爸,不想练了,太累了。”但第二天,吉秋霞还是准时出现在学校的柔道馆。

2010年,吉秋霞从闫千户小学升入济南二十六中,初一刚开始,她就加入了学校的柔道社团。每天下午的第四节自习课,吉秋霞就和其他成员一起,在教练的带领下练习柔道,一直到放学。除了在柔道馆练习外,他们还被要求到室外练体能。“在操场上先匀速跑三圈,再变速跑五圈。”吉秋霞说,之后她还会将一个人扛在肩膀上做蹲下起立动作,连续做五组,每组20次。“最后累得喘不上气来。”

柔道练得棒 家务干得好

作为一名外来务工人员子女,即将读初二的吉秋霞,在这个暑假拿到了全国柔道比赛的冠军,收获了人生第一枚金牌,老师为她高兴。吉秋霞的父亲吉永兴则连呼“很意外,没想到”,采访中,他为自己的女儿自豪。

吉永兴说,他们夫妻二人以收废品为生,无暇顾及女儿的学习,而吉秋霞不仅要忙于学习,练柔道,还负责照顾家中的弟弟妹妹,买菜做饭,干家务。“是个很懂事的孩子。”

而这一切并没有影响吉秋霞的学习,柔道练得好,她的成绩也不赖,排在班级前列。吉秋霞说,每天从学校练完柔道回家后,她先照顾好弟弟妹妹,之后再拿出课本来写作业,经常写到晚上10点多。

采访最后,吉秋霞高兴地告诉记者,受自己练习柔道的影响,她9岁的弟弟也喜欢上了柔道,经常向她讨教,而她也非常乐意教他几招。“柔道不仅能够强身健体,还让我体会到了胜利的愉悦和快乐。”吉秋霞说,未来的日子,她会继续练习柔道,争取拿更多的奖牌。



8月14日,身穿柔道服的吉秋霞向记者展示自己的金牌。本报记者 李飞 摄

山东大学 2011年成人教育招生

招生计划:7500人

招生专业:包括文史、经管、法学、艺术、教育、理工和医学等70余个本、专科专业。

郑重声明:山东大学在济南市不委托任何招生机构和个人招收成人教育学生,欢迎来电或到校咨询。

咨询电话:(0531)88363281 88364271

网址:www.sduzsxx.com;www.sduitsdu.edu.cn

山东大学郑重承诺:凡报考山东大学成人教育的考生,达到山东省招生考试网划定的最低录取分数线即可录取。