

编者按

2024年巴黎奥运会上,中国奥运健儿的优异表现获得了全世界的关注,贵州选手也获得了前所未有的好成绩。来自毕节市的谢瑜在男子10米气手枪项目上为中国代表团拿到首金、在榕江出生的龙道一在男子3米跳板上获得金牌,贵定女孩吴愉也在奥运会接近尾声时拿到了女子拳击50公斤级的冠军。今天,我们在关注他们取得的成绩的同时,也将目光聚焦在他们的成长经历和心路历程中,一位奥运冠军的诞生绝非偶然,背后必然有汗水和泪水的浇灌,坚强的意志品质和不懈的努力成就了他们。本报将持续关注他们的成长故事。

贵定女孩16年努力摘下巴黎奥运金牌 “拳王”吴愉:贵州女孩就是“敢”!

贵州日报天眼新闻记者 袁鹏 虞思滔



吴愉在颁奖仪式上。

当地时间8月9日晚,巴黎奥运会罗兰加洛斯体育馆拳击女子50公斤级决赛现场再传捷报,中国选手吴愉以4比1力克土耳其选手恰克尔奥卢,顺利夺得金牌。

这是中国奥运代表团的第33金,同时还是中国奥运拳击女子项目历史第二金,而这距离中国夺得首枚奥运女子拳击金牌仅仅过去了不到24小时时间,为中国女子拳击在世界舞台上的崛起再添浓墨重彩的一笔。

同样曾师从两届奥运冠军邹市明教练张传良,这枚金牌也是继2012年邹市明在伦敦奥运会卫冕后,贵州籍选手又一次在奥运会拳击项目上夺金。截至目前,贵州奥运金牌数量来到了5枚,其中3枚出自于拳击项目。

三个回合对决完毕,当裁判举起她的手臂宣布胜利的一刻,在属于她的掌声与欢呼声中,吴愉迎来梦圆时刻。

奥运会藏着孩子人生的“重要一课”

暑假,不少家长带孩子看奥运,为奥运健儿加油打气。

奥运会同样也是教育孩子的好契机,藏着孩子人生的“重要一课”,很多道理都可以在这个时候告诉孩子。



勤恳坚持:路的尽头有礼物

被誉为拥有“水花消失术”的17岁跳水小将全红婵,轻轻一跃,丝滑下落,巴黎的水花未被惊动丝毫,却惊动了全世界。内心淳朴、令人心疼的不俗少女,再次书写了传奇的篇章。这个“一跳成名”的女孩,获得的荣耀终于可以抚平艰难的辛酸。

“台上一分钟,台下十年功。”孩子,所有耀眼成绩的背后,都离不开日复一日的刻苦练习。乐器演奏很美妙,但习得乐理知识过程很枯燥,美术能治愈人心,但创作的过程极其考验心志。要想获得多少,就得付出多少,路的尽头一定有礼物。

但求无愧:倾尽全力即是赢

北京时间8月6日,巴黎奥运会女子排球展开四分之一决赛争夺,中国女排迎战土耳其队。双方鏖战五局,中国女排最终以2比3不敌对手,无缘本届奥运会四强。比赛结束后,王媛媛、龚翔宇、朱婷、刁琳宇、郑益昕等多名球员泪洒赛场。令人感动的是,现场的中国球迷则始终没有停下助威声。他们挥舞着五星红旗,反复高喊中国女排加油,中国女排不哭。“因上努力,果上随缘。”孩子,生活中有很多比赛,胜败乃兵家常事,谁也不可能常胜将军。没有夺冠,抑或没拿名次,都不要过于苛责自己,为了比赛,挥洒汗水、咬牙坚持,只要努力拼搏过,就无愧。

踏踏实实:一步一个脚印

射击赛场,中国选手齐迎以50发44中的成绩夺得射击男子多向飞碟银牌,刷新了中国男子飞碟射击选手在奥运赛场的最佳战绩,这也是中国选手在该项目上获得的第一枚奥运奖牌。

在巴黎奥运会的多向飞碟项目中,有些“慢热”的齐迎已经习惯了“逆风翻盘”,在比赛中越打越顺,最终摘得亚军。

在齐迎看来,飞碟项目就是一项“绝境逢生”的运动,站上高峰前,总会遇到各种各样的困难,坚持走过去便是一片坦途。

孩子,人生没有捷径,该走的路,一步都不能少。只有慢慢来,一步一个脚印,方能踏出一片属于自己的天地。

自信最美:把运动作为磨刀石

运动带给人的,不仅仅是强健的体魄,更是在磨炼人的精神和意志。健身的身体、优雅的动作,意气风发的样子,都是运动的嘉奖,奥运会上的运动健儿们的从容和自信正是他们长期运动带来的结果。

孩子,较好的运动能力带来的是“尽在掌握”的安全感,能帮助我们学会“自我相信”,看到自己每一个进步的瞬间,就是证明自己的努力是有效应的。

运动场上,有竞争也有尊重,只有尊重他人,才能赢得别人的尊重。尊重他人是一种基本的道德准则,也是为人处事的最高智慧之一。尊重他人能够维护人际的和谐稳定,还能够提升自身的品质和素养。

小事见格局,细节看人品。对手赢了,在场边鼓掌;对手输了,也要温暖鼓励。尊重别人的思想和观点,不轻易批判不同经历、不同见解的人,才能够有效地促进双方的交流与理解。尊重各国运动员的差异,理解并欣赏不同国家和地区的文化。

孩子,只有学会尊重别人,才能获得更多人的尊重,让自己成为一个有价值和受欢迎的人。

来源:中国教育报微信公众号



从独木河畔走出的13岁少女

独木河又名瓮城河,是地处黔中腹地的贵定县第一大河,属长江流域乌江支系,河流浩浩汤汤一路向东,流向清水江,汇入乌江,出长江。

独木河畔的昌明镇文江村,是吴愉从小生活的地方。16年前,她从这里走出,如家乡奔涌的河流一路向东抵达上海,最终在巴黎塞纳河边,登顶奥运之巅。

2008年是中国体育的一个高峰。在贵定县昌明中学读初一的吴愉跟随启蒙教练包兴荫在学校练了近一年拳击。那个夏天,她到都匀参加体育生选拔。

“她很善良,场上场下完全是两个人。”善良是启蒙教练包兴荫对吴愉说出的第一个词。回忆起吴愉13岁跟随自己练习拳击第一次实战训练时的场景,她不愿无缘无故出拳打别人,当时场上两人都是新手都不出拳,不得已只能换了一个有实战经验的选手上场和她对打。

“表面文静,内心强大。”这是吴建鹏对于妹妹的评价。跨过第一关,岁月的打磨和赛场的锻造,让吴愉变得强大。

追逐梦想的路上,从来都布满荆棘,没有人能够随随便便成功。

第一次到省里面参加比赛,是吴愉拳击生涯苦涩的回忆。因为拳击比赛对于运动员体重有着严格的规定,如果轻微超重就要靠头一天晚上节食和运动来控制。年

少的吴愉晚上因为太渴喝了一点水,结果第二天检测超重了。

“我当时就想了一个歪主意,心里盘算剪掉辫子也有半斤的样子,她不同意打电话给她妈妈做工作,结果当时就哭了。”包兴荫说,结果最后还是超重一点没能打上比赛。第一次参赛就这样草草收场,在年幼的吴愉心上留下了深深痕迹。“从那以后,她非常自律与努力,到现在都从来不吃东西。”

2010年,参加贵州省第二届青少年体育运动会夺冠后,吴愉被外教看中,妈妈把她送到福建训练,第一次离开家乡孔雀东南飞,追逐梦想。

离开家乡16载,吴愉正式开启了百炼成钢的拳击生涯。

羽量级、轻量级拳击运动员常常要忍受降体重的痛苦,体重降不下来,吴愉经常要顶着40摄氏度的高温穿着羽绒服连夜跑步。好几次跑完30公里回来,脚上全是水泡,打电话给妈妈说想回家。

2012年伦敦奥运会增设女子拳击项目后,拳击比赛才成为奥运会上女性可以参加的比赛。2020年东京奥运会,吴愉落选奥运名单,只能作为陪练存在。直到巴黎奥运会,才新增设了拳击女子50公斤级比赛。

“我的机会终于来了,我从来没有机会参加这种比赛。”吴愉说,备战奥运的每一天她都在逼着自己往前走,遇到再大的困难都未曾退缩。

“现场没有多少欢呼声,反而让我能够更好地专注比赛。”在29岁的吴愉看来,女性参与拳击比赛并不容易,很长一段时间她都在当陪练,甚至连名字都会被写错,因此她十分享受站在奥运赛场的过程。

“其实训练的时候很乏味、很苦,但是当年妈妈也是这样过来的,她干过很多工作,而且每天都工作到很晚,周末也没有休息时间。”吴愉说是妈妈不辞辛劳的榜样力量无声无息激励感染着她,给她坚持下去的勇气和信念。

从第一场比赛开始,吴愉年逾八旬的外公外婆就和一家人守在电视机前组成强大后盾,为吴愉加油鼓劲。作为母

亲,平时国内大小赛事都前往陪伴助阵,此刻的黎燕既紧张又兴奋。“这几天都不怎么睡得着,这么多年努力就看今晚了。”

“最强对手在半决赛已经被打下去了,今天只要发挥好发挥问题不大。”赛前,包兴荫信心满满。

北京时间10日3时47分,比赛鸣锣开打。依靠灵活走位、精准的出拳和出色的防守反击能力,吴愉始终占据场上优势。最终吴愉4:1拿下比赛。

“赢了!赢了!!耶!”掌声、欢呼声响彻独木河畔。守候在村口广场观看比赛的上千父老乡亲难掩激动心情,竞相燃放起烟花庆祝,点亮了这个小山村凌晨4点的夜空。

培养,因为祖国的强盛,姑娘才能到今天。希望她以这块奥运金牌为新的起点,多为国家和家乡争光。”

离家16年,吴愉在福建练拳、打比赛、读大学,几年难回一次家。2019年在第七届世界军人运动会夺冠后,她又到上海发展,与家人始终聚少离多。

“这些年太辛苦了,希望她回家好好睡上三天三夜。”别人都关心你飞得高不高,作为母亲黎燕更关心女儿累不累。她期待,女儿可以好好在家休整一段时间,品尝家乡的美食和欣赏家乡的风景,好好看看家乡这些年的变化。

提到女儿奥运夺冠,黎燕难掩激动心情,她激动地说:“感谢国家这么多年的

培养,因为祖国的强盛,姑娘才能到今天。希望她以这块奥运金牌为新的起点,多为国家和家乡争光。”

离家16年,吴愉在福建练拳、打比赛、读大学,几年难回一次家。2019年在第七届世界军人运动会夺冠后,她又到上海发展,与家人始终聚少离多。

“这些年太辛苦了,希望她回家好好睡上三天三夜。”别人都关心你飞得高不高,作为母亲黎燕更关心女儿累不累。她期待,女儿可以好好在家休整一段时间,品尝家乡的美食和欣赏家乡的风景,好好看看家乡这些年的变化。

从陪练到登顶奥运之巅

离开家乡16载,吴愉正式开启了百炼成钢的拳击生涯。

羽量级、轻量级拳击运动员常常要忍受降体重的痛苦,体重降不下来,吴愉经常要顶着40摄氏度的高温穿着羽绒服连夜跑步。好几次跑完30公里回来,脚上全是水泡,打电话给妈妈说想回家。

2012年伦敦奥运会增设女子拳击项目后,拳击比赛才成为奥运会上女性可以参加的比赛。2020年东京奥运会,吴愉落选奥运名单,只能作为陪练存在。直到巴黎奥运会,才新增设了拳击女子50公斤级比赛。

“我的机会终于来了,我从来没有机会参加这种比赛。”吴愉说,备战奥运的每一天她都在逼着自己往前走,遇到再大

的困难都未曾退缩。

“现场没有多少欢呼声,反而让我能够更好地专注比赛。”在29岁的吴愉看来,女性参与拳击比赛并不容易,很长一段时间她都在当陪练,甚至连名字都会被写错,因此她十分享受站在奥运赛场的过程。

“其实训练的时候很乏味、很苦,但是当年妈妈也是这样过来的,她干过很多工作,而且每天都工作到很晚,周末也没有休息时间。”吴愉说是妈妈不辞辛劳的榜样力量无声无息激励感染着她,给她坚持下去的勇气和信念。

从第一场比赛开始,吴愉年逾八旬的外公外婆就和一家人守在电视机前组成强大后盾,为吴愉加油鼓劲。作为母

亲,平时国内大小赛事都前往陪伴助阵,此刻的黎燕既紧张又兴奋。“这几天都不怎么睡得着,这么多年努力就看今晚了。”

“最强对手在半决赛已经被打下去了,今天只要发挥好发挥问题不大。”赛前,包兴荫信心满满。

北京时间10日3时47分,比赛鸣锣开打。依靠灵活走位、精准的出拳和出色的防守反击能力,吴愉始终占据场上优势。最终吴愉4:1拿下比赛。

“赢了!赢了!!耶!”掌声、欢呼声响彻独木河畔。守候在村口广场观看比赛的上千父老乡亲难掩激动心情,竞相燃放起烟花庆祝,点亮了这个小山村凌晨4点的夜空。

“回家好好睡上三天三夜”

从独木河畔走出的农家女孩,靠自己16年如一日的努力与坚持,最终在巴黎塞纳河边登上奥运之巅,吴愉一拳一拳打出属于自己的精彩人生。

在拳击这条路上已经拼了16年,从北京奥运会那年暑假参加体育生选拔,到2024年的盛夏站在巴黎奥运会领奖台最高处,个中滋味吴愉感受十分深刻。

山有脊梁不塌方,追梦路上有力量。颁奖仪式上,吴愉满脸热泪地说,要把这块奥运金牌献给辛苦多年、默默支持自己的妈妈。

黎燕至今珍藏着女儿交给她的每一

块奖牌。“这些奖牌很有意义,这都是她一路走来的见证,要好好珍藏。因为(我们)也没有天赋,都是一拳一拳地打,一颗一颗汗水流,一滴一滴眼泪苦出来的。”

时间沉淀了高山,岁月拓宽了长河。随着奥运会夺金,吴愉集齐了全国锦标赛冠军、军运会冠军、世界锦标赛冠军、奥运会冠军等一系列荣誉。

夺冠后,吴愉家人与启蒙教练包兴荫合影。

提到女儿奥运夺冠,黎燕难掩激动心情,她激动地说:“感谢国家这么多年的



裁判宣布吴愉(左)获胜。



吴愉(左)与恰克尔奥卢在比赛中。



吴愉与其他获奖者合影。



吴愉母亲(左)喜极而泣。