

7日,国际奥委会执行会召开会议,同意2024年巴黎奥运会增设霹雳舞、滑板、攀岩、冲浪4个大项,同时对举重、拳击、田径、射击等项目的小项进行了调整。南通享有“世界冠军摇篮”之美誉,国际奥运会对奥运项目进行重新调整,对南通健儿新一轮冲金计划有无影响——

2024奥运,通将能否再演好戏

当年奥运规模扩大 助力南通赛场夺金

每次奥运项目调整,涉及的不仅仅是一个项目进出奥运赛场或是一个项目所设金牌数量的增减,对一个国家和地区代表团乃至一个城市的整体战绩也会产生一些影响。过去20多年,南通能在奥运赛场实现“七连冠”伟业,与国际奥委会在一段时间里不断扩大奥运会规模有较大关系。

1984年在美国洛杉矶举行的第23届夏季奥运会,是我国第一次全面参加奥运盛会。巧合的是,那届奥运赛场第一次出现了南通籍运动员的身影,他是击剑运动员储石生。属于南通的奥运高光时刻是在1992年以来举行的七届奥运会,这期间南通籍健儿实现了“届届夺金

牌”的内地级市个例,先后有7名运动员13次登上奥运冠军领奖台,南通因此享有“体育之乡”“世界冠军摇篮”之美誉。

20世纪最后20年,是奥运会上的一个黄金时期,持续看涨形势下,带来的是奥运会规模不断“扩容”。1984年洛杉矶奥运会设有21个大项221个小项,2000年悉尼奥运会两项指标分别上升到27个大项300个小项。这段时间,中国军团夺金数几乎逐届上升,金牌数从1984年洛杉矶奥运会的15枚发展到2000年悉尼奥运会的28枚。金牌数不断提升,与中国奥运军团整体实力不断增强不无关系,奥运规模不

断扩大亦是不容回避的一大因素。

本文仅以南通为例,假设以1984年洛杉矶奥运会所设项目作为参考值,那么目前奥运会设置的乒乓球、羽毛球两个大项以及跳水项目的双人跳小项均不属于奥运项目,如此考量,南通的奥运冠军人数(7人)、夺金次数(13枚)则分别下降到4人、6次,近7届奥运会中的1996年亚特兰大奥运会、2004年雅典奥运会、2016年里约奥运会南通兵团均不会有金牌入账,自然也不会书写近七届奥运会“届届夺金牌”的梦幻战绩。由此可见,20世纪末奥运规模的不断扩大,为南通体育持续实现奥运辉煌提供一定客观条件。



为迎接国际反腐败日的到来,昨天下午,龙湖佳苑社区举办了“廉政迷宫不迷心 趣味活”主题系列活动。此次活动进一步增强了廉政文化的基层渗透力。记者黄哲

本次奥运项目调整 与南通健儿无关联

物极必反。奥运规模不断扩大,在一定程度上抬高了奥运会申办门槛,加大了世界二线城市申办奥运会的难度。为了不让奥运会演变为“国际大都市俱乐部”,20世纪末国际奥运会提出了“奥运瘦身计划”,规定每届奥运会比赛规模不能突破28个大项300个小项。基于此,2004年至2016年期间举行的几届奥运会均没有突破这两条限制线。

本应于今年七八月间举行的东京奥运会,比赛规模达到33个大项339个小项,明显超过“奥运瘦身计划”限制线。原来,前些年奥运会申办热度有些下降,国际奥委会为了

提高各国申办奥运会的积极性,决定从2020年东京奥运会起允许主办城市根据自身条件,再增加若干个比赛项目,前提是:这些项目在全球范围内具有一定普及度,且在国际奥委会执委会上予以通过。同时规定,这些项目只能是该届奥运会的比赛项目。新增比赛项目不外乎两类,一是东道主优势项目,二是新兴体育项目。根据国际奥运会的新规定,东京奥运会增设了空手道、棒垒球、滑板、攀岩、冲浪5个大项。2024年巴黎奥运会,日本的优势项目空手道、棒垒球未来继续入选,另3个项目以及霹雳舞榜上有名。

国际奥委会还有一项规定,奥

运会28个常设大项在不突破原有比赛规模的基础上,可以适当增减一些小项,以符合奥运会“男女平等”方针和适应各自项目发展原则。

记者注意到,巴黎奥运会增减的若干个小项中,有一小项与南通籍运动员有些关联,该项是混合团体多向飞碟。2004年雅典奥运会,南通籍运动员王正勇夺男子双多向飞碟季军,一举填补南通射击项目的奥运奖牌空白。不过,巴黎奥运会将多向飞碟项目剔除出奥运赛场,对南通军团备战巴黎奥运会并无影响,因为南通在多向飞碟项目还没有涌现出具有冲击世界大赛奖牌的高水平运动员。



昨天,崇川区峰街道新城社区党委开展了“守初心、倡廉洁、践使命”反腐倡廉剪纸活动,20多名党员手持剪刀剪出了各式不同的“廉”字,以此迎接12月9日国际反腐败日的到来。通讯员陈茂聪

巴黎奥运为时不远 南通健儿前景如何

东京奥运会尚未举行,巴黎奥运会似乎有些远。如你有此想法,那就是被自己的感觉所“蒙骗”。如果不是新冠肺炎疫情肆虐全球,目前已经进入巴黎奥运会周期。事实上,仅看时间长度,目前距巴黎奥运会开幕已不足4年,时间真的不算长。

以目前南通军团一线和准一线主力的实力和成长空间,应该可以展望南通健儿的巴黎奥运会前景。

时下,石宇奇、孙炜、丁倚亮3位世界冠军堪称南通军团急先锋,2024年他们3人年龄分别为28岁、29岁、28岁,假设到时没有伤病等原因的影响,二十八九岁仍然是一名高水平运动员的黄金年龄。三年多以后,石宇奇们经过东京奥运会以及世锦赛等一系列国际大赛的洗礼,相信他们的整体实力只增不减,有希望继续扮演弄潮儿角色。

三年多以后,相信傅颖(女子佩

剑)、施悦馨(女子重剑)、孙燕(女子排球)、吴梦洁(女子排球)等一拨新秀羽翼渐丰,正常情况下她们的实力提升幅度不会小于3位世界冠军。值得一提的是,女子佩剑、女子重剑和女子排球均是中国传统优势项目,后两个项目中国均有登顶奥运赛场的杰作,女子佩剑也有过摘银好戏,这些背景,将会为南通几员小将冲击奥运冠军创造有利条件。

本报记者王全立

百场儿童身高管理公益讲座收官 吸引5万多名家长聆听

本报讯 记者昨天从南通市体育科学研究所获悉,以“关注儿童身高 助力健康成长”为主题的南通市百场公益讲座于本月上旬收官。去年6月至今年12月初,该讲座以线下、线上相结合的方式进行,先后有5.4万多名学生家长聆听儿童身高与健康促进方面的知识,相关专家先后为1000名儿童骨龄判读生长发育程度、预测成年身高。

有关部门统计数据显示,当前国内有30.8%的儿童身高处于中下水平,54.2%没有达到遗传身高。为了提高学生家长对孩子身高的科学认知度。去年6月以来,市体科所专家卞保应、汤剑文采取现场教学、网络直播的形式,先后为南通市100所小学的家长们宣讲Safe4儿童自然增高方法,鼓励通过合理膳

食、科学运动、改善压力、保障睡眠来改善和促进儿童身高增长。据了解,Safe4儿童自然增高方法经过多批试验,不少青少年的身高明显超过了预测身高。

一年多来,身高管理百场公益讲座受到学校、家长和青少年的一致欢迎和好评。一些学校在反馈表中写道,讲座内容通俗易懂、丰富生动、可操作性强,对孩子的一生健康大有裨益。不少家长们线上线下认真听讲,课后通过讲座家长微信群向专家提问和咨询。卞保应说,他和汤剑文通过建立微信群进行线上管理,定期或不定期发布儿童身高促进方面的知识,对家长进行合理膳食、科学运动等方面知识的指导,从而提高和增强公益讲座的科普效果。有100多名家长反馈,他们的

子女运用儿童自然增高方法后身高增长速度加快。更多学生体质增强,更加喜欢体育运动。

4年前,市体育科学研究所副研究员卞保应经反复试验研究出Safe4儿童自然增高方法,此方法经多次试验被证明有利于儿童自然增高。去年7月,Safe4儿童自然增高方法获得国家版权局颁发的版权登记证书。经市科技局批准,由卞保应主持的《矮身材儿童、青少年自然增高关键技术研究》于今年10月间结题,他向江苏省科协申报的课题《儿童身高管理创新与实践》获得2020年度“提升学会服务科技创新能力计划”项目立项。《保应训练计划-运动增高》获得视频类国家版权。

记者王全立

快乐买菜,强身健体。每天吃过早饭,我开始厨房快乐的前奏曲——逛菜场、购小菜。手提小包,乘晨风,沐霞光;口哼小曲,一路走,一路看,寻寻觅觅。菜,必须新鲜绿色;价,力求便宜公道;鱼,务必挺腹摆尾;蟹,都要横行霸道……然后拎着分量不轻不重的马甲袋,迈着轻盈的步伐,心情愉悦地回家。平常在微信中常听人说步行的好处多,甚至强迫自己日行千米以养生,心中不禁暗喜:似我这般每天买菜,三四千米早就不在话下。怪不得退休至今,我百病不沾边,应该是得益于此道。

快乐做菜,勤思益脑。家中祖孙三代六口人,要求不同,口味不同,我都烂熟于心。偶尔下馆子,见到造型别致的拼盘,齿颊留香、回味无穷的菜肴,我都会细细揣摩,一一记在心里。有时候到书店闲逛,见“菜谱”之类的书,顺便翻阅一二,不失时机地付诸行动。功夫不负有心人,我终于修成正果。现在,在我手上还真的出了几道名菜。每有宾至客来,我都会露一

手。“只要让全家人吃得开心,工作起来有劲,我就心满意足了!”说得全家都哈哈大笑。

快乐用餐,愉悦心情。每日傍晚,当我施展完烧煮煎炒诸般手艺,弹奏完最后一道厨房进行曲,解下饭兜,将荤素菜肴餐具一一放上餐桌时,悦耳的门铃声便会此起彼落响起。家人有的从单位下班回来,有的从学校放学回来,一声声“您好”“您辛苦了”,让我把劳累抛之九霄云外。看着全家人一同举箸品尝我制作的菜肴,不断发出赞美声,心中的快乐,真是难以言表。

退休十年,主厨十年。儿子说,我更年轻了,我说我们整个家庭更和顺了。原来,厨房不仅是连接家人的纽带,更是我贡献余热的舞台。快乐厨房,那里有做不完的健康养生文章,有待我们去书写、发挥和欣赏!

陈建忠



本栏目面向在南通六院就诊、住院的患者、家属以及南通市老年大学学员征稿,文体不限,1200字左右。文末注明姓名、联系电话。

投稿方式:
1.手写稿请联系:8086998
2.电子版作品请投递邮箱:
nt6yfwzx@163.com。