

奶奶 教练郭西京：让国球转动残疾运动员别样人生

阅读提示

这些孩子特别不容易 ,每天训练都得戴着假肢 ,结束后取下来的假肢上到处是血 ,简单处理伤口之后第二天还要继续训练。郭西京激动地说 ,孩子们这种精神也一直激励着我 ,现在我只有一个目标 ,就是帮助他们夺金牌。

一头蓬松的卷发 ,一身干练的运动服 ,现年 74 岁的郭西京 ,从事乒乓球运动已近 60 年。

1964 年进入专业队训练 ,1971 年退役之后 ,她一直担任残疾人乒乓球教练 ,指导培养了众多精英运动员。从全国残运会、亚残会到残奥会 ,都能看到她忙碌的身影。

2000 年悉尼残奥会 ,是一次令我终生难忘的回忆。郭西京激动地说 ,那是我第一次带队出征残奥会 ,当时我国残疾人乒乓球代表队的队员普遍伤残程度较重 ,而决赛对手法国队的选手大部分都只是轻微残疾。

强大的对手和队员身体状况的劣势 ,给她带来了前所未有的压力。与法国队鏖战四个回合之后 ,郭西京叫停了比赛 ,指导队员主动改变战术为正手打法 ,最终第五局以 21:19 惊险赢下决赛。在悉尼、雅典、北京和伦敦四届残奥会上 ,郭西京率领的中国残疾人乒乓球代表队均收获了金牌。

这些孩子属于弱势群体 ,他们中大多数出身贫寒 ,但是身残志坚。他们非常努力 ,能够快速适应艰苦的训练环境 ,能忍别人所不能忍的痛、能吃别人所不能吃的苦 ,珍惜来之不易的机会。郭西京告诉记者 ,她对培养残疾人运动员有着浓厚的感情和丰富的经验 ,



资料图 :2012 年 9 月 8 日 ,中国女子团体选手杨倩(左一)、雷丽娜(左二)、范蕾(右二)、刘美丽(右一)和教练郭西京在赛后合影。当日 ,在伦敦残奥会乒乓球女子团体 6 - 10 级决赛中 ,中国队以 3 比 0 击败土耳其队 ,夺得冠军。

在她看来 ,残疾人运动员与健全人运动员在训练体系上差别不大 ,但在训练容量上需要根据每个人的具体情况加以调整。

训练的目的就是帮助这些孩子 ,通过努力改变命运甚至是家庭的命运 ,引导正确的人生航向 ,在运动中培养心理健康 ,实现个人价值。她说。

对运动员们来说 ,郭西京不仅是训练场上一丝不苟的郭教练 ,更是生活中无微不至的郭奶奶 。很多刚开始接受训练的队员年纪很小 ,自理能力

还需要培养。有的孩子连袜子都不会洗 ,衣服穿脏了就塞进包里。为了让他们尽快适应 ,就得耐心地慢慢教。郭西京通过每天的陪护引导 ,逐渐让他们学会独自生活。

这些孩子特别不容易 ,每天训练都得戴着假肢 ,结束后取下来的假肢上到处是血 ,简单处理伤口之后第二天还要继续训练。郭西京激动地说 ,孩子们这种精神也一直激励着我 ,现在我只有一个目标 ,就是帮助他们夺金牌。

据新华社

中国体育彩票超级大乐透第 21125 期开奖公告信息				
开奖日期: 2021 年 11 月 1 日		本期全国销售金额: 285,845,290 元		本期使用奖上数据奖注
本期开奖号码: 02 19 21 27 31		特别号: 04		09
本期中奖情况				
奖级	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计	
一等奖	1 注	10,000,000 元	10,000,000 元	
	0 注	——	0 元	
二等奖	103 注	131,680 元	13,563,040 元	
	30 注	105,344 元	3,160,320 元	
三等奖	291 注	10,000 元	2,910,000 元	
四等奖	762 注	3,000 元	2,286,000 元	
五等奖	17,094 注	300 元	5,128,200 元	
六等奖	21,546 注	200 元	4,309,200 元	
七等奖	44,704 注	100 元	4,470,400 元	
八等奖	676,603 注	15 元	10,149,045 元	
九等奖	6,969,004 注	5 元	34,845,020 元	
合计	——	——	90,821,225 元	
本期一等奖出自: 贵州(基本 1 注), 1,288,689,189.63 元奖金滚入下期奖池。 本期兑奖截止日为 2021 年 12 月 31 日,逾期作弃奖处理。 本信息若有误以公证数据为准。				

中国体育彩票排列 3(浙江省)第 21291 期开奖公告信息			
开奖日期: 2021 年 11 月 1 日			
本期全国销售金额: 28,156,572 元 本省(区、市)销售金额: 2,213,000 元			
本期开奖号码: 044			
本期中奖情况			
投注方式	全国中奖注数	本地中奖注数	单注奖金
直选	4,695 注	246 注	1,040 元
组选 3	6,475 注	295 注	346 元
组选 6	0 注	0 注	173 元
24,836,603.28 元奖金滚入下期奖池。 本期兑奖截止日为 2021 年 12 月 31 日 ,逾期作弃奖处理。 本信息若有误以公证数据为准			

中国体育彩票浙江省 20 选 5 第 21291 期开奖公告信息		
开奖日期: 2021 年 11 月 1 日		
本期销售金额: 149,628 元		
本期开奖号码: 08 10 13 19 20		
本期出球顺序: 10 08 19 20 13		
本期中奖情况		
奖级	本地中奖注数	单注奖金
一等奖	10 注	2,552 元
二等奖	411 注	50 元
三等奖	5,448 注	5 元
0.00 元奖金滚入下期奖池。 本期兑奖截止日为 2021 年 12 月 31 日 ,逾期作弃奖处理。 本信息若有误以公证数据为准。		

中国体育彩票排列 5 第 21291 期开奖公告信息			
开奖日期: 2021 年 11 月 1 日			
本期全国销售金额: 14,600,006 元			
本期开奖号码: 04436			
本期中奖情况			
奖级	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	335 注	100,000 元	33,500,000 元
合计	335 注		33,500,000 元
302,615,826.28 元奖金滚入下期奖池。 本期兑奖截止日为 2021 年 12 月 31 日 ,逾期作弃奖处理。 本信息若有误以公证数据为准。			

讲文明 树新风 公益广告

关爱未成年人
就是关爱我们的未来