

尘埃里开出的花

最终追上所有对手，获得第一。

这段视频被马子惠的教练张瑞上传到网上，感动了无数网友，不到一天的时间就赢得了网友400多点赞。

“看着好着急，我也激动得叫了起来！”“居然看哭了！”“不知道为什么自己会流眼泪。”“这么小的小孩，都能做到跌倒后没放弃，我们还有什么理由不努力呢？”

网友纷纷留言，表达对小姑娘的钦佩。

更有网友将小姑娘的举动归于体育精神：“她站起来的那一刻就已经赢了”“在追赶对手的同时超越了自己”“每一次的不放弃都是未来强大的积累”“这才是体育精神、奥运精神。”

显然，大家被小姑娘全力奔跑的姿态打动了。一个努力的人闪闪发光，照亮了自己，也照亮了世界。

这是凡人微光，却一样夺目，一样动人。

此前，一名来自山东淄博的16岁中学生冯玉炜，同样因为自己的坚持而走红网络。

体重达到236斤的冯玉炜，是今年校运

动会3000米长跑比赛的最后一名。当大多数学生都已经完成了比赛时，跑道上只剩下他一个人的身影。此时，体育场成了冯玉炜一个人的舞台，大家都在为他呐喊加油。最终冯玉炜冲过终点，顺利完赛。

当冯玉炜报名参加3000米比赛时，他的班主任感觉很意外，担心他是否能够跑完。而冯玉炜的回答非常肯定：“行，我一定能坚持下来。”

“在冯玉炜跑步的时候，我确实也替他捏了一把汗，但是最终他坚持下来了，他表现得非常好。我要为他点赞。”班主任说。

冯玉炜永不放弃、挑战自我的精神鼓舞了现场的师生，同时也激励了无数观看视频的网友。

马子惠，冯玉炜，一个是冠军，一个是最第一名，结果大不相同，但他们努力奔跑的姿态一样美丽，一样动人。

这是对体育精神最好的诠释——体育精神某种程度上和结果无关，追求卓越、超越对手是一种体育精神，挑战自我、超越过去

去的自己同样是体育精神的体现。

体育精神也不是运动员的专利，每个人都可以拥有它。

冯玉炜大概率不会成为运动员，马子惠也未必走专业体育的路，但在人生的赛道上，他们一定记得这一场艰难的比赛，并在体育精神的指引下，找到那个最好的自己。

体育精神就是这样“平凡”，决不玄妙。因为体育就在我们每个人的日常生活中，而体育精神之花就开在我们每个人心里，从未离开。

举个最简单的例子，我们每个人都经历过蹒跚学步，但又有谁因为摔倒而放弃了学习走路？

一点也不夸张，这就是一种体育精神，最原始的体育精神。

体育是什么？无非就是用身体去感知这个世界，并从这种感知中得到快乐、受到教育。通过体育，我们更加了解自然，敬重生命，探索自然的奥秘和人类无尽的可能性。这个过程，一定有挫折、苦痛，但更多的还是探索的快乐，内心自信的成长，身体机能提高的成就感。

尘埃里也能开出生命喜悦的花朵！这种苦中之乐，便是体育运动开出的精神之花。

G声音

舞龙健体魄

12月28日，江西省南昌市青山湖区青新小学学生在操场上进行舞龙训练。

近年来，江西省南昌市青山湖区青新小学将传统舞龙列入校本课程，打造特色体育大课间，通过专业系统的训练，培养学生的协作精神，强健学生体魄。新华社记者彭昭之摄

G体谈

谋篇布局

12月25日，一年一度的全国体育局长会议在京举行。本次会议总结了2020年的体育工作，谋划布局“十四五”时期体育改革发展，要求继续强化东京奥运会和北京冬奥会备战，筹办好陕西全运会、杭州亚运会，推动体育强国建设取得新成绩。

点评：2020年是中国体育极不平凡的一年。受到疫情影响，各项工作面临严峻考验。中国体育人齐心协力迎难而上，统筹推进疫情防控和体育工作，取得了显著成绩，充分展现出制度优势、体育精神。面对大赛云集的2021年，中国体育将持续发力，力争取得新突破。

年度最佳

北京时间12月27日，世界斯诺克协会和英国媒体联合评选出2020年斯诺克年度最佳球员。英国球手特鲁姆普最终当选。特鲁姆普在过去一年拿到6个排名赛冠军和两个排名赛亚军，年终排名高居世界第一，表现稳定而高效。中国球员颜丙涛获得最佳新人奖项。

点评：虽然没有拿到世锦赛等三大赛桂冠，但特鲁姆普在2020年的强势表现依然毋庸置疑。1989年出生的特鲁姆普年少成名，自进入职业球坛以来几乎每年都有大赛冠军入账。截至本赛季末，特鲁姆普已获得过23个重要赛事冠军。本赛季表现不俗的中国小将颜丙涛，已明确表示将特鲁姆普当成追赶目标。

回应传闻

梅西在北京时间12月28日凌晨播出的一个访谈节目中坦承，巴塞罗那俱乐部现在正经历着一个很艰难的时期，并且很难回到之前的巅峰状态。与此同时，他也正面回应了是否要离开巴萨的猜测：“我会在本赛季结束后再决定自己的未来，现在最重要的是努力去争取冠军。我将竭尽全力为俱乐部效力。”

点评：13岁便加入拉玛西亚的梅西，对于巴萨的感情不言而喻。但俱乐部近年来在管理和球队建设上的一系列失误，使一直珍视冠军荣誉的梅西倍感失望。经历了赛季初的一系列转会传闻后，梅西已将注意力重新聚焦到球队身上，近期表现逐渐回勇。即将到来的巴萨俱乐部主席改选能否令梅西回心转意，只能静观其变。

推迟复出

北京时间12月28日，瑞士球星费德勒的经纪人向媒体透露，费德勒将退出2021年澳网，计划在澳网结束后复出。这将是费德勒自2000年首次亮相墨尔本公园以来，首次缺席澳网赛事。在已经参加的比赛中，费德勒先后6次斩获澳网冠军，整体战绩仅次于“八冠王”德约科维奇。

点评：对于即将年满39岁的费德勒而言，年龄和伤病已愈发成为阻止他继续前行的障碍。在今年2月接受膝盖手术后，瑞士天王已经远离赛场很长时间。据悉目前困扰费德勒许久的膝伤仍未痊愈。要想继续职业生涯享受网球乐趣，退出澳网对于瑞士人而言是无奈而又明智的决定。（巴人辑）

整合

咸宁石油举办冬季职工趣味运动会

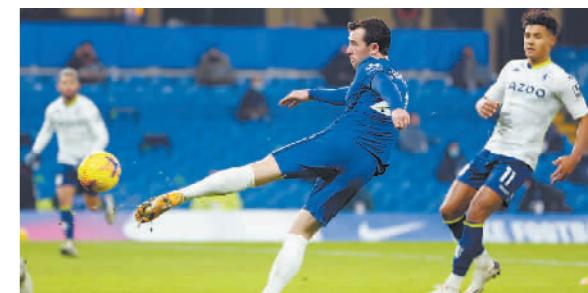
本报讯（记者邹明强 通讯员晏晨菲）日前，中国石化咸宁石油公司举办2020年冬季职工趣味运动会，来自市公司机关、县市公司（片区）、油库的6支代表队，参与同心鼓、多人跳绳、运球接力、四人五足、拔河等5个项目的赛事角逐。

参赛的职工选手们表示，趣味运动会不仅是对过去一年职工身心健康的检阅，更是激发全体职工2021年开拓进取、奋发向上的一个新起点。

冬季抢渡黄河极限挑战邀请赛落幕

本报讯（记者邢生祥）12月27日，“中国体彩杯”中国·青海抢渡黄河极限挑战精英邀请赛在青海省海南藏族自治州贵德县落幕。来自山东、河北、四川、甘肃等10个省12支冬泳队的128名运动员在水流急、海拔高、氧气薄、气温低的环境下抢渡冬季高原黄河。

据介绍，本项赛事作为同类赛事中海拔最高、气温最低，游距最长、水流最急，参赛难度最大、挑战性最强的赛事，已成为亚洲公开水域水上运动第一赛事品牌。



12月28日，切尔西队球员奇尔韦尔（前）在比赛中。当日，在2020~2021赛季英格兰足球超级联赛第16轮比赛中，切尔西队主场以1比1战平阿斯顿维拉队。新华社/路透

拼抢

12月28日，四川五粮金樽队球员景菡一（右）在比赛中上篮。当日，在浙江诸暨举行的2020~2021赛季中国男子篮球职业联赛（CBA）第二阶段第24轮比赛中，天津先行者队以112比110战胜四川五粮金樽队。

新华社发（江汉 摄）

本报记者 刘兵

近日，2020年国内乒坛的收官大戏——全国乒超联赛落幕。各支队伍竞争激烈，国家队选手表现不俗，展现出良好的竞技状态，为接下来的奥运最后阶段备战打下了坚实基础。

2019年国乒为全力备战奥运会，曾一度取消联赛。今年受到疫情影响，东京奥运会被迫推迟一年举办。再加上国际赛事很少，在国内疫情防控得当的前提下，全国乒超联赛迎来了重启机会。

根据防疫要求，今年的乒超联赛全封闭进行，比赛由原来的主客场制改成了赛会制，男女各有9支俱乐部参赛。

和往年长达两个月的常规赛不同，本次联赛完全对标奥运会赛制，全部比赛在9天内完成。

随着明年世乒赛的最终取消，国内赛事为奥运练兵的重要性更加凸显。为明年的东京奥运会练兵并初步确定主力阵容，是本届乒超联赛的一大目的。

对此，中国乒协主席刘国梁表示，不管怎么样都不会影响球队的奥运备战节奏。“我们将会安排更科学的训练、比赛，把节奏控制好。世乒赛取消之后少了一个大赛季平台去检验年轻队员，这是留给我们这一阶段需要去填充的。”

具体来看，目前女乒方面老将丁宁状态不佳，刘诗雯则受到伤病困扰。她们缺席了今年下半年以来的奥运模拟赛、全锦赛、世界杯等重要比赛。

近两年来，陈梦和孙颖莎在女乒手中综合表现最强，但她们都缺乏奥运经验，

逐年递增。

中国旅游研究院今年1月发布的《中国冰雪旅游发展报告2020》显示，我国单个冰雪季冰雪旅游人数首次超过2亿人次，预计这一数字在岁末年初的新冰雪季将会继续增加。

在不断推广普及冰雪运动的过程中，重在“亲雪玩雪”的趣味性、大众性冰雪运动得到广泛开展，逐渐成为带动“三亿人参与冰雪运动”的重要抓手。

从上周开始，以“筑梦迎冬奥冰雪石景山”为主题的北京石景山首届“冰雪嘉年华”，为京城的冰雪运动热潮再加一把火。此次“冰雪嘉年华”包括冰雪文化交流、冰雪乐园体验等活动，吸引了大量普通市民热情参与。

此外，创办于2014年的全国大众冰雪季，也在12月29日迎来了第七届活动的揭幕。

据介绍，本次大众冰雪季将举办全国或区域联动的群众性赛事活动近1200场次，有全国31个省区市的184个地市参与其中，预计直接参与冰雪赛事活动、接受冰雪运动知识宣传培训的人数达近亿人次，为历届冰雪季最多。

本届冰雪季是北京冬奥会筹备进入“冲刺”之年前夕，对新时代我国冰雪运动发展的一次集中展示，将进一步展现冰雪运动“南展西扩东进”的红火局面。”国家体育总局冬运中心副主任丁东表示。

据记者了解，为推动大众参与冰雪运动，国家体育总局先后制定了《群众冬季运动推广普及计划（2016~2020年）》和《“带动三亿人参与冰雪运动”实施纲要（2018~2022年）》，对推广普及大众冰雪运动的形式、方法等提出可行化发展思路。

此外，教育部等部门也在推进冰雪运动进校园方面出台了一系列相关政策意见，推动青少年冰雪运动蓬勃发展。

国家体育总局冬季运动管理中心在日

前组织的新闻通气会上，介绍了吉林省吉林市“推动冰雪体育运动进校园”的具体情况。

据悉，近年来吉林市组织城区中小学和职业学校近7.5万名学生，结合各年级学生特点确定冰雪课程，保证每学期开设不少于10课时的冰雪运动教学。

“业余选手能在冬奥赛场上进行比赛，是我们之前想都不敢想的。”带队出征河北

本报记者 李元浩 摄

冰雪运动会的河北金融学院越野滑雪队主教练黄荣宝，看着弟子们在位于崇礼的北京冬奥场馆——国家越野滑雪中心赛道上比赛，满眼羡慕。

场地设施等硬件大幅提升，是推动冰雪运动发展的又一个有力举措。

《2019年中国滑雪白皮书》显示，截至2019年底，国内规模化雪场数量已达770家，参与滑雪人群以每年200万人次的数量