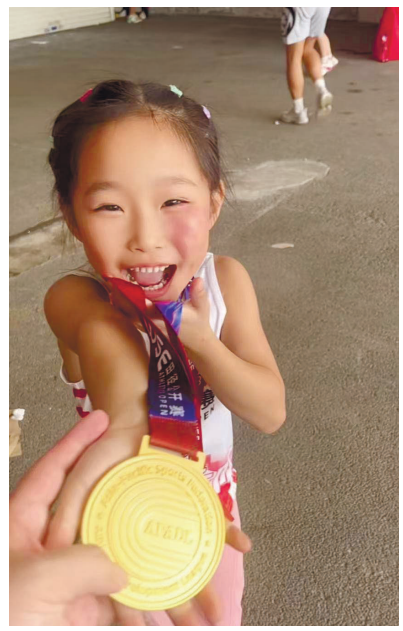
女儿有跑步天赋 父亲听网友“劝”

七岁女孩参赛,拿了一个冠军一个亚军

一段在足球场上与男孩赛跑的视频,让湖南郴州女孩小十三的表现被网友关注到,不少网友从其跑步姿势中看出其短跑天赋。父亲胡先生听取网友建议,为女儿报名参加了田径比赛。不久前,小十三在WSE田径公开赛衡阳站获得U7女子60米冠军,并收获同组100米亚军。如今,刚满7岁的她开始利用周末跟随教练训练,还赴深圳接受了运动表现测试。近日,胡先生接受了笔者采访,讲述女儿这段从玩耍跑向赛场的经历。他说,自己更看重的,是女儿找到学习之外的爱好,并愿意为喜欢的事情付出努力。



7岁女孩小十三获得U7女子60米冠军。



小十三在田径比赛赛场上。

一次球场赛跑,让父亲重新认识女儿的“跑得快”

今年8月,胡先生带女儿在浙江游玩。一次去足球场,他看到几个比小十三大两三岁的男孩正在练球,便让女儿与他们赛跑,想看看她能否跟得上。没想到,跑赢的竟是小十三。

胡先生把这一幕拍下来发到社交平台,原本只是记录孩子玩耍,评论区却接连出现对孩子跑步动作的讨论:有人注意到她跑动时上身稳定,有人指出她的送髋、抬腿下压等动作,还有网友建议,给孩子找教练看看,报名参加比赛。这些专业词汇,胡先生此前并不熟悉,他知道女儿跑得快,却没有认真想过,这可能是一项值得培养的特长。

小十三从小就爱跑。上幼儿园时,老师曾说,她喜欢在外面玩,跑起来连老师也追不上。平日里,小十三也常主动拉着小伙伴赛跑,而且经常获胜。其实,胡先生曾动过让女儿试试跑步的念头,只是家住县城,身边缺少田径训练资源,一时没有合适的途径。孩子喜欢玩具、拼积木,他便更多顺着这些兴趣做引导:搭建挑战台,设计游戏规则,让她在玩耍中练习专注。

这次,网友的提醒让他开始重新审视女儿的表现。胡先生说,以前只是觉得她跑得快,后来才慢慢了解,大家关注的还有她的动作和身体协调性。他开始联系教练、了解赛事,把评论区里的建议一步步变成行动。账号里的更新也记录着这个过程:从询问有没有必要测试身体条件,到联系体校教练,再到买鞋、选择参赛项目,小十三第一次走向赛场的准备,就这样开始了。

赛前练习约一周,首次参赛拿下一金一银

决定参赛后,胡先生面临的第一个问题是:自己不懂田径,该怎样带孩子准备?平时经常使用人工智能的他,把女儿的身体情况、距离比赛的时间等信息输入其中,生成训练方案,随后拿着方案向专业教练请教。胡先生说,教练给出的建议与方案大体一致,他才据此带女儿练习。

备赛时间有限,练习主要围绕60米展开。按照他的回忆,赛前实际练习约一周。报名时,他又为女儿加报了100米,一方面让她熟悉场地、适应比赛,另一方面也希望多一次上场机会。9月6日,还未满7岁的小十三来到衡阳,第一次参加田径比赛。看到其他参赛孩子,胡先生反而先紧张起来:有的孩子明显比女儿高,身体也更结实。他一度担心,小十三能不能跑得过。

当天先进行100米比赛。此前一直练60米,胡先生担心女儿跑到熟悉的距离就停下来,赛前反复提醒她,这次要跑的是100米。最终,小十三获得亚军。胡先生告诉笔者,她在途中一度减速,随后又加速追赶,最终与第一名仅相差0.03秒。下午的60米比赛,她拿到了冠军。一个初次参赛的孩子,就这样在同一天收获了一金一银。

夺冠后,胡先生专门翻出最初建议报名的网友留言,剪进比赛视频里表示感谢。从网友指出跑步特点,到父亲着手备赛,再到孩子站上领奖台,不过才短短一个月。这样高的效率,让不少网友称他是“最听劝的家长”。对胡先生而言,这次比赛也让女儿的兴趣有了更具体的回应。得到认可,小十三很开心,回到学校后,还有同学主动来找她赛跑。原本日常玩耍中的一项本领,开始带给她新的自信和伙伴。

夺冠后先打基础,未来练什么由兴趣来决定

拿到金牌之后,怎样继续培养,成了父亲接下来要考虑的事。据胡先生介绍,小十三目前读小学二年级,所在学校没有田径队。在当地体校校长推荐下,她开始利用周末,跟随郴州市一所小学的田径队训练,每次约两个小时,内容主要是身体协调、步频等基础练习。小十三的教练黄教练告诉笔者,孩子反应灵敏、步频较快,协调性在同龄孩子中有一定优势,训练时专注力也很好,愿意反复练习起跑、摆臂等基础动作。在她看来,小十三具有值得培养的短跑潜质,但力量和后蹬爆发力仍有较大的提升空间。现阶段,她更看重打好技术基础、保持孩子对跑步的热爱,后续再根据身体发育情况,循序渐进增加专项训练强度。除了指导动作、把控训练负荷,黄教练也会在孩子遇到困难或比赛紧张时给予鼓励,帮助她建立自信,同时关注学习与训练的平衡。“体育成长是长期过程,我们尊重她自身的成长节奏,不揠苗助长。”

连起跑方式,胡先生也没有急于改变。小十三看过短跑运动员陈妤颉的视频,自己模仿过蹲踞式起跑。胡先生考虑到女儿目前的力量情况,暂时让她继续采用习惯的方式,等后续训练有所积累,再作尝试。近期,在教练的推荐下,胡先生带女儿赴深圳市体育运动学校接受了运动表现测试。据他介绍,测试结果显示,小十三在竞技体操、跳水、游泳项目上的发展潜力依次排在前三,短跑位列第四。他表示,这四个项目的测试数值相差不大,都属于女儿较有潜力的运动方向。

对于今后的选择,胡先生仍以女儿的兴趣为先。他准备让女儿继续接受田径基础训练,同时多接触不同类型的运动,看看她更喜欢什么、在哪些项目上更容易上手。最近,小十三又对腰旗橄榄球产生了兴趣,他也愿意带她尝试。“热爱才是最大的天赋。”胡先生说,即使身体条件适合某个项目,如果孩子自己不喜欢,也没有必要强迫她选择。若能在有潜力的项目中,找到她真正愿意投入的一项,就是很好的结果。

下一场比赛还没有确定。他计划等女儿练习一段时间、成绩有了明显提升,再挑选合适的赛事,让她看到努力带来的变化。“我希望她在学习之外有自己的兴趣爱好,并愿意为之努力。这个过程,对她更重要。”

何子尧(摘自《扬子晚报》)

男子谎称『父亲患癌去世』做假视频

诈骗朋友一百七十万元　全部亏在股市

男子编造“父亲患癌”“公司周转”等谎言,先后诈骗同学、朋友钱款170余万元,全部亏在股市……近日,上海普陀警方成功破获一起诈骗案,犯罪嫌疑人姜某已被依法刑事拘留。

日前,上海市公安局普陀分局白丽路派出所接到报警,报警人称在线下找到了欠债人,双方发生纠纷。接警后,巡逻民警立即到场,将债权人徐某某、张某某、吴某某及债务人姜某一并带至所内作进一步调查。

经询问得知,姜某与三人为朋友关系。自2019年起,姜某先后以“技术投资”“结婚买房”“公司周转”等理由向三人频频借钱。到后来,姜某又称“父亲患癌急需治疗”“父亲过世需丧葬费”,以此博取同情,继续向朋友们要钱。几年下来,姜某的欠款窟窿越来越大,借款金额累计达170余万元。因无力偿还,姜某便一直编造新的借口拖延还款,直到债主找上门来。

在核查双方转账流水和聊天记录时,民警发现此事疑点重重。见事情败露,姜某如实供述了自己的犯罪事实。原来,由于姜某的本金已在股市中亏空,他便企图用好友的钱财继续炒股回本。这些年来所有借款理由都是他伪造的,所谓的“父亲患癌去世”“公司周转”都是谎言,只是为了博取好友同情骗钱。为了增加骗局的可信度,他甚至还利用AI生成了“父亲重病在床”的短视频发布在朋友圈。最终,由于姜某在投资上的决策屡屡失误,借来的170余万元也亏损一空。

目前,犯罪嫌疑人姜某因涉嫌诈骗罪已被普陀警方依法刑事拘留,案件正在进一步侦办中。

杨洁　李辉(摘自《新民晚报》)

观光雄安坐自动驾驶巴士

位于雄安新区启动区的科源公交站台前,一辆未来感十足的纯电动自动驾驶观光巴士缓缓停靠。笔者通过“雄安行”App提前预约后,登上这辆没有方向盘的巴士,开始了一场充满科技感的城市观光之旅。

“自动驾驶观光巴士配备18个雷达以及10个高清摄像头,具备L4级高级别自动驾驶能力。”中国雄安集团交通有限公司业务经理申杰环视车辆四周介绍。8月26日起,雄安新区自动驾驶观光巴士开始示范应用,前期车辆已完成2万公里上路测试,如遇交通管制或突发异常,随车安全员可随时进行人工接管。

据介绍,自动驾驶巴士将持续优化线路方案及服务标准,拓展更多观光场景,为正式上岗做足准备。

李畅(摘自《河北日报》)

百态