

一跳惊世界

——记亚洲首位世锦赛跳远冠军王嘉男



王嘉男在比赛中。

王嘉男清楚地记得,自己曾经三次梦到过获得世锦赛冠军。最后一次是在今年。每次醒来他都会告诫自己,要现实一点,还是稳步前进比较好。

北京时间2022年7月17日,王嘉男的世界冠军梦实现了,他为中国赢得了史上首枚世锦赛男子跳远金牌。从2012年初登国内赛场,到如今站上世界最高领奖台,稳步前进的王嘉男用了十年时间,终于一跃冲天。

全能少年

王嘉男1996年8月出生于辽宁省沈阳市,得益于出色的身体条件和运动天赋,他早早与田径结缘。2010年,王嘉男进入徐州市田径队,随后又被选入江苏省体工队。2012赛季,未满16岁的他就开始代表江苏队在国内外径赛场上崭露头角。

2012年,王嘉男在2月的全国室内大奖赛南京站中获得室内七项全能冠军,4月他又参加了全国田径大奖赛肇庆站,以7063分的成绩获得十项全能第五名。

最初练习田径时,王嘉男并没有明确主攻的单项,而是主练十项全能,即100米、400米、1500米、110米栏、跳远、跳高、撑杆跳高、铅球、铁饼、标枪十个项目都要练,跑跨跳投统统不落。这恰恰也是很多田径高水平

强国在培养青少年人才时经常选择的模式——在全方位打下训练基础的情况下,根据运动员自身条件确定发展方向。

很快,全面发展的王嘉男就找到了自己的突破方向。

“第一次比全能时跳远就跳了7米80,达到国家健将水平。当时省队教练就跟我讲,别练全能了,于是我就开始练跳远。”王嘉男此前接受采访时说。

2012年9月在昆山举行的全国田径锦标赛上,王嘉男以8米04的成绩获得跳远冠军。这是他职业生涯第一次突破8米大关,当时他才刚刚过完16岁生日。

大赛型选手

2013年7月,王嘉男首次获得代表中国参加国际比赛的机会。他以7米95的成绩获得印度浦那亚锦赛冠军。连世青赛都没比过的他就这样得到了参加当年莫斯科世锦赛的资格。

跳远项目的特点是偶然性大、容错率低,日常训练水平和大赛成绩往往难以画上等号。奥运会、世锦赛等大赛中,资格赛就三次试跳机会,决赛中前三跳如果发挥不好,后三跳的机会也就没了。

在莫斯科,16岁的王嘉男交出了昂贵的“学费”,资格赛三跳都没超过7米60,无缘决赛。

用时任中国田径队总教练冯树勇的话说,“比得一塌糊涂,但也积累了宝贵的大赛经验”。

在那之后,王嘉男在美国外教兰道尔·亨廷顿的指点下,个人最好成绩不断攀升,重要赛事中的表现也相对稳定。2014年,他在尤金世界青年锦标赛上以8米08的成绩赢得金牌,第一次在海沃德田径场站上了世界之巅。

2015年的北京田径世锦赛上,未满19岁的王嘉男又创造历史,以8米18的成绩获得铜牌,成为第一个登上世锦赛男子跳远领奖台的亚洲运动员。

世界冠军

北京世锦赛之后,王嘉男的

成绩还在不断进步,2018年他在贵阳跳出8米47的个人最好成绩,并追平了李金哲保持的全国纪录。大赛中他的发挥也相对稳定,大多都能跳出8米20左右的成绩。

不过在2015年之后的几年里,世界男子跳远整体水平提升明显,美国、南非、古巴、希腊等国家涌现出一批成绩在8米50之上的运动员,让王嘉男、黄常洲、高兴龙等中国年轻跳远选手在大赛中创造佳绩的难度大大增加。

2016年里约奥运会,王嘉男以8米17位列第五;2017年伦敦世锦赛,他跳出8米23排名第七;2019年多哈世锦赛,他以8米20排在第六;去年的东京奥运会,王嘉男发挥失常未能进入

决赛。

“东京的跟头我栽得太狠了。后来我经常把东京比赛时用的一些物品放在身上,警示自己。”25岁的王嘉男说,“有人可能会觉得这样好晦气,但我就要把它们放在身上,提醒自己吸取东京奥运会的教训。”

时隔八年再次回到海沃德田径场,知耻后勇的王嘉男在俄勒冈田径世锦赛终于抓住了机会。虽然最后一跳之前,他的成绩还只排在第五位。

“最后一跳之前,我看了下大屏幕,感觉8米15左右的成绩就能拿到奖牌。我就想我就闭眼睛跳,仰着头跳,我也能拼个奖牌。”王嘉男说。

倾其所有,赌上全部的最后一跳发挥完美。王嘉男以8米36的成绩实现绝地逆转。落地后的他张开双臂,尽情狂奔。

这是世锦赛历史上中国男子运动员获得的第一块田赛金牌。但一跃冲天实现梦想之后的王嘉男,想得更多的还是继续“稳步向前”。

“我现在的想法,包括未来两年的计划,还是要稳步前进,也不会给自己定太高的目标,包括明年的世锦赛,包括后年的奥运会。我就努力训练,然后做好自己的事就好了。”王嘉男说。

十年磨一“金”之后,不知王嘉男未来的梦里,会是怎样的美好场景。 据新华社

沧州市第一届青少年围棋名人战海兴落幕 10岁少年王惠泽夺冠



王惠泽(左)和郝佑嘉在比赛中。

本报讯(记者 贾世峰)近日,由海兴县围棋协会主办,海兴县星阵围棋俱乐部承办的沧州市第一届青少年围棋名人战

在海兴县落下帷幕,来自我市各县(市、区)16家围棋学校和围棋培训机构的少年围棋好手参加了比赛。

本次大赛汇聚了众多沧州少年围棋好手,七轮战罢,王惠泽、郝佑嘉、邓楷学均为6胜1负,王惠泽因小分最高而获得冠军,郝佑嘉获得亚军,邓楷学获得季军,李明翰、杨佳熠、韩鹏岳、顾英泽、刘炳尧、滕洋、张景奕分别位列第4名至第10名。

王惠泽是沧州迎宾路小学四年级的学生,今年刚刚10岁,5岁学棋,在沧州棋院师从我市业余围棋高手白岳5段。去年10月,王惠泽代表沧州参加了河北省业余围棋争霸赛,并获得男子儿童组亚军。

黄骅小将苦练武功 备战全国锦标赛



闪躲、翻滚、冲刺……连日来,黄骅市新世纪中学武术兵道队队员烈日,战酷暑,全力备战2022年全国首届武术兵道锦标赛。15名黄骅小将出征此次比赛。 魏志广 王树权 摄

分类广告

招聘广告专栏

电话:18631739157(微信同号)

水产调料招聘
送货工若干名,50岁以下,待遇优厚,踏实肯干,电三轮送货。
地址:沧州市四合市场
电话:13084518211 张经理

空调安装公司
电工维修班长,60岁以下! 试用期一个月,工资3000转正后3500元以上,正常班,月休2天。
电话:18631739157

河北京沪科技公司
医药销售,男女不限,有经验者优先! 月薪一万加奖金。
地址:迎宾大道泰大国际
电话:18031799000

招聘行政助理
1.全日制应届本科以上学历,文秘,新闻学,中文管理等相关专业。
2.能够熟练使用word、Excel、PowerPoint等办公软件。
3.普通话标准,善于沟通,语言表达能力强。月休八天,上五险,详情面议。
工作地点:沧州开发区
微信:18631739157

沧州环锐精密铸造有限公司招聘

1. 检验员,高中以上,女,年龄不限,有经验优先,只上夜班,一班180元;
2. 大炉工,男,保底工资8000元;
3. 普工,男,5000元-6000元。
以上人员可住,有食堂,各种假日福利按国家规定应有尽有,有相关工作经验的优先。
要求老实本分,吃苦耐劳,工作踏实,服从管理,身体健康。
地址:沧县纸房头工业园。
联系电话:13754578337
联系人:肖总

帮你找员工 代理员工招聘 资源置换

电话:18631739157(微信同号)
抖音:658502136 数万求职者被您选择

招聘
医院全职外科医生助理 负责病历书写、换药、资料整理。要求仔细、认真、踏实,月薪3000-4500元,大专,护理、临床医学专业均可,35岁以下,月休四天。电话:18631739157

物业公司招聘
1.保安10名,工资1800元,两班倒上12小时下12小时;
2.保洁10名,工资1800元,上午7:30-11:30,下午1:30-5:00。
年龄62岁以下,身体健康,月休四天。
电话:8991899

特色酒吧招聘
前台,收银,服务员,男女不限,40岁以下,工资3000元起,有奖金提成,加班补助,住宿补助。有销售能力待遇优厚,干的好第二个月底薪上浮100-500元。电话:18631739157

招聘
妇幼医院保洁,女,60岁以下,正常班。
电话:2012968 13191922030

机械有限公司招聘
普通车床操作工,计件工资,4000-7000元,公司包食宿,有全勤奖,节日福利。
微信:yunherencai



赫凯食品有限公司 招聘
1.海天餐饮专人5名;
2.市区业务5名;
3.沧县业务4名;
4.下县大超业务2名。
待遇:福利多多,具体面议,试用期后上保险。
要求:能吃苦耐劳,有责任心,有经验者优先。
电话:18631740999