

“雪上冲浪”——单板滑雪



扫描下方二维码收听哈尔滨体育学院特聘客座教授王石安为您讲解单板滑雪项目规则。



中国冬奥首金 杨扬打破心魔

中国短道速滑最美的年代,杨扬,杨阳,孙丹丹,王春露当时被称作是“四朵金花”。1998年长野冬奥会,小杨阳拿到3枚银牌,而杨扬是成绩最差的一个。长野归来,杨扬甚至一度萌生了退役的念头。

2002年盐湖城冬奥会,第一个决赛项目之前,紧张到不会滑的杨扬甚至对小杨阳说,“我一点儿感觉都没有,心里没底,要不我保你吧?”

很多人只知道故事后来的结局是,杨扬在女子500米比赛中获得金牌,期待已久的中国冬季项目奥运会金牌终于拿下来了。可不知道,这枚等待了太久的金牌到来之前,还有一个小插曲。为了打消姑娘们心中的紧张,中国代表团团长袁伟民赛前主动找运动员谈话,帮助运动员消除紧张情绪,尤其是帮助杨扬打破不自信的魔咒。最后的结果便是杨扬成为了改写中国短道速滑历史的第一人。

温哥华摘取三金牌 王濛开启霸气时代

杨扬挥挥手,告别她辉煌过太久的冰面。而中国短道想延续盐湖城的辉煌,必须有人站出来。于是,进入国家队五年,21岁的王濛站出来了。在2004年到2006年,爆发力强的王濛在世界杯系列赛500米中保持不败。

还记得长野冬奥会时的杨扬,刚上场紧张到不会滑。这是很多新人,或者被寄予厚望的人会普遍遇到的难题。很正常,也在情理之中。但王濛偏偏不是这样,抓住机会,成就了自己,这是她成名之路的开始。

带着一枚金牌,王濛离开都灵,一股内心的不服气写尽了王濛内心的委屈,看得出,她对胜利的渴望都要强于其他人。果然,2010年的温哥华,是顺风顺水的王濛书写传奇的地方,这届冬奥会上王濛为中国代表团豪取三枚金牌。

刘忠庆温哥华赢铜 为奥运梦不忘初心

平昌冬奥会刘忠庆将代表中国出战自由式滑雪空中技巧,这也是刘忠庆的第四次冬奥之旅。

2010年温哥华冬奥会,当卫冕冠军韩晓鹏出现失误无缘决赛,第二次参加冬奥会的刘忠庆挺身而出,在不被看好的情况下为中国军团摘铜。2014年索契冬奥会上的刘忠庆已是瞄准冠军,毕竟在冬奥前他赢得两站世界杯冠军,遗憾的是,预赛两跳全失误,尤其第二跳摔倒在雪上,最终位居最后一名,惨遭淘汰。

纵然岁月不饶人,加上伤病越来越多,刘忠庆与新人相比并无优势,但这位四朝元老展望平昌表示只要努力就不后悔,“为了奥运梦,我没有忘记初心。”

□记者 魏露

国际上把两只脚踩在一块雪板上滑行的雪上运动称之为snowboard,我国将其翻译为:单板滑雪。

1998年长野冬奥会首次增设

单板滑雪项目,2018年平昌冬奥会将会为单板滑雪设置U型场地技巧、障碍追逐、坡面障碍技巧、平行大回转和空中技巧5个项目的比赛。

2003年中国首次派出以王石安为团长、教练员8人,赴日本进

行单板滑雪项目的研修,揭开了我国引进单板滑雪项目的序幕。

为了更好的普及单板滑雪项目,本报记者采访了该项目的引进者王石安教授,王教授也详细的介绍了包括U型场地技巧在内的5个单板滑雪项目比赛。

◇比赛类型:

技巧性比赛,U型场地技巧是选手在U型槽中滑行时进行各种动作表现的项目。

◇比赛特点:

U型场地技巧的动作充满了创造性、挑战性。

◇技术动作:

运动员在一次比赛中一般是跳5—6次,U型场地技巧技术包括空中转弯、空中180度以上的转体、空翻中的各种抓板以及空翻加转体等。

◇比赛类型:

速度型比赛,单板滑雪障碍追逐赛项目是多人同一条赛道上进行名次比赛的项目。

◇比赛规定:

运动员在比赛中必须戴头盔,抢滑、推拉其他人或者离开滑道滑行均属于犯规,将被取消资格。无法避免的“无意身体接触”是允许的。运动员犯规的判罚是由裁判和仲裁委员通过录像进行判决。

◇比赛类型:

技巧性比赛,运动员要连续通过三组障碍、三组跳台。

◇比赛特点:

坡面障碍技巧原本是单板公园中的项目,对运动员的滑行控制、平衡水平、技巧、空翻等能力要求非常高,属于全能型的竞赛项目。

◇比赛类型:

速度型比赛,选手在旗子划定的赛道内进行速度比拼的竞赛项目。

◇比赛方法:

两名运动员在两条宽度、坡度、旗门设置、雪质等均相同的雪道上同时出发。

资格赛:运动员在同一雪道上单独进行一次滑行,按照滑行时间,前16名运动员进入决赛。

决赛:运动员在不同赛道滑行两次,依据滑行时间排名。

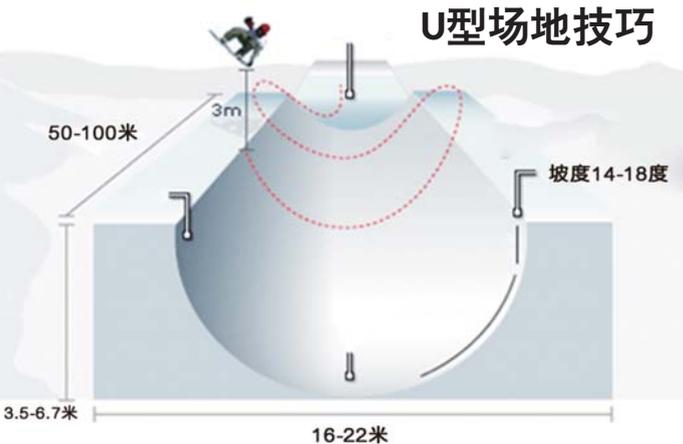
◇比赛类型:

技巧性比赛,同自由式滑雪空中技巧极其相似,有人称之为单板空中技巧。

◇比赛特点:

单板滑雪空中技巧俗称大跳台,这是平昌冬奥会新设的项目。该项目充满了惊险与刺激,表现了滑雪者向极限挑战的精神,因此非常受人们的喜爱,加之世界知名企业世界杯比赛的赞助,不断从另外一个角度推动着项目的发展。

北京已经成功的组织了6届鸟巢滑雪世界单板世界比赛。



◇比赛方法:

预赛前12名进入决赛,决赛中每人进行2次比赛,选2跳中最高分进行排名。

◇评分标准:

评分标准包括飞起高度、动作难度、技术种类、技术全面性、动作质量、场地利用程度、个人表演风格和技术动作的创新。

6名裁判员根据飞起高度等评分标准进行评分,排除最高分和最低分,剩下四个分数的平均分为选手评分,两次比赛中更好的成绩为选手的最终成绩。

◇比赛特点:

该项目被称为单板雪上的“短道速滑”。比赛中出发决胜,领先者可以自由选择滑行路线,干扰小。

◇比赛方法:

淘汰制。预赛每人滑行一次,按照成绩录取32人,决赛分为8组进行,每组前两名进入下一轮次进行比赛,最后一轮决赛4人进行排名。

◇比赛方法:

预赛每名运动员滑行两次,按照每人最佳分数录取前12名。决赛每人滑行两次,按照最高分数评定选手最终名次。

◇评分内容:

5名裁判员依据运动员的完成情况、难易程度、高度、技术难度、流畅性、创新性等进行评分。

◇比赛特点:

滑行中运动员从侧面可以看到对手,这对心理素质、技术发挥都是严峻的考验。

由于速度快,因此对滑行技术、线路选择及瞬间的判断能力要求很高。

◇双人平行大回转:

双人平行大回转是两名运动员同时出发,分别沿着旗门设计相同颜色为蓝、红两个滑道滑下的大回转的比赛。

◇基础动作:

选手需完成助滑、起跳、空中表演和着陆四个环节的动作。

◇比赛方法:

比赛为淘汰制,男子前12名和女子前6名选手进行排名。其他所有选手都会依据两次滑跳中的最好成绩来排名。

◇评分标准:

裁判评分主要依据运动员的飞起高度、动作难度、动作的个性、舒展、流畅及创新和着陆状况等因素。

本版制图/王宁

