

# 金鸡独立 举重若轻

来自南安的李发彬，夺福建东京奥运首金；他调整重心的动作“金鸡独立”被称作“独门秘诀”，将成奥运永恒经典



■海都记者 杨江参  
石磊磊 包华  
见习记者 周宇艺 文/图

7月25日下午，在东京国际论坛大厦，来自福建南安的28岁小伙李发彬不负众望，以抓举141公斤，挺举172公斤，总成绩313公斤夺冠。这枚金牌意义非凡。对中国代表团来说，这是男子选手在东京奥运会上获得的首枚金牌。对家乡父老来说，这是东京奥运会的福建首金，而拥有双计分选手身份的李发彬，为福州取得历史上第一枚奥运单项金牌，为泉州、南安夺得历史上首枚奥运会金牌。

## 场外：家乡父老观赛 为他助威加油

比赛中，记者联系了李发彬启蒙教练——南安市体育学校王德兴教练。王教练兴奋地表示，当天学校专程组织师生一起观看比赛，为李发彬助威加油，在激烈的角逐中，一同见证了李发彬的夺冠时刻，“太高兴了，我们都为李发彬骄傲”。

王教练表示，东京奥运会开幕当天，南安市体育学校还专程组织全校师生升国旗，弘扬奥运精神，为学校输送的奥运健儿李发彬、黄东萍加油助威，希望全体运动员向奥运健儿学习，刻苦训练，为学校为祖国争光。

而在南安水头老家，李发彬的家人们以及媒体朋友等，大家早早齐聚一堂，紧张围坐在电视机前，激动地为远在东京参赛的李发彬加油，共同见证他创造历史。“太紧张激动了……”

哥哥李发淋告诉记者，自己忙得没时间看手机、拍照，父母更是坐在电视机前，一刻也不舍得离开，生怕错过夺冠时刻。

“弟弟太自信了，金鸡独立的画面将成永恒。”李发淋表示，家人们都以他为荣。



省少体校的师生们庆祝李发彬夺冠

## 解密：实力过硬大器晚成 改61公斤级获成功

在本届奥运会前，他曾两次冲击奥运会男子56公斤级参赛资格。无奈遇上了实力强大的师兄吴景彪，以及两夺奥运冠军的龙清泉。

2018年改为61公斤级，对李发彬至关重要。他的师兄、世界冠军丁建军告诉记者，过去李发彬比56公斤，都要痛苦地在赛前降体重；升级后，他可以把更多精力用在发展挺举能力上，也就更加自信了。

李发彬国家队的教练为邵国强，邵教练也是浙江奥运冠军石智勇的

教练。在他的指导下，李发彬比赛的稳定性提升，同时对伤病也控制得较好。以28岁的年龄征战奥运，同时打破挺举和总成绩两项奥运会纪录，这也证明了李发彬实力过硬。

李发彬的夺冠，也续写了福建举重的光荣历史。福建举重金牌教练陈文斌表示，李发彬已经是“徒孙”级的选手，这说明福建体育后继有人。据悉，在8月2日晚，另一名福建选手李雯雯，也将对女子87公斤以上级的奥运金牌发起冲击。

## 回顾：从小好动教练挑中 机缘选择最终夺冠

对于一名举重运动员来说，28岁第一次站在奥运赛场，年龄有些大。那么，李发彬是如何一步步走上奥运赛场，让我们一起来看看家人和教练是怎么说的。

“发彬走上这条路，可以说是机缘，是他的选择。”李发彬的父亲李其锋表示，与安静的哥哥相反，发彬自小好动，上小学时老师非常头痛。2002年，上小学二

年级的发彬被下乡选苗子的南安市体育学校举重教练王德兴挑中。

“我一看这孩子就非常喜欢，体态好，比例很匀称。”王德兴说，那时的发彬，穿着一件背心，露出的肌肉比其他孩子结实，他马上安排测试弹跳，测试结果喜人。“弹跳力好，证明他的瞬间爆发力好。”王德兴说，发彬具备成为一名优秀举

重运动员的底子。

考虑了3天，李发彬告诉父亲想去练举重，虽然有点担心，但李其锋还是尊重孩子，并将他送到南安体校。第一次从体校回家，爷爷奶奶很心疼，“瘦了，瘦了，别练了吧”。李发彬却反过来安慰二老，说自己一点都不辛苦，很好玩。

李发彬2004年2月从南安市体育学校调入福建

省体育运动学校，师从陈孝铭教练。2009年作为泉州、福州共同培养“双计分”运动员进入福州市体工队，继续师从陈孝铭教练，2010年7月，输送到省体工队；2012年入选国家队，师从国家队总教练陈文斌、助理徐武忠教练。2016年里约奥运会，李发彬因伤遗憾错失机会。如今，他真的实现了目标。

## 连线：他综合素质不错 曾“炫技”不成被批

陈孝铭教练，陪伴李发彬走过9年岁月。

他告诉海都记者，李发彬的父母均是农民，没有运动员基因可以遗传，但他的综合素质不错。“我们去他学校选材时，就发现他与众不同。他的速度、爆发力、柔韧性都很好，举重所需要腰力和腿

力，这些素质他都具备。”陈教练记得，李发彬十多岁进入体校，正是其他孩子在家长身边撒娇的年纪。2009年底的一天，李发彬向教练“炫技”抓举，结果没有抓起来，被严厉批评了。李发彬跑回宿舍，打电话向爸爸哭诉。最后在父亲的安慰和教练

的指导下，李发彬还是乖乖回到训练场。

在奥运会比赛中，李发彬的“金鸡独立”动作是所有人关注的焦点。陈孝铭教练打趣说，这是李发彬的“独门绝技”，原来在此前的比赛和训练中，李发彬多次做过这个动作，为的就是稳住中心。

“他挺举收腿的过程中，前脚的重心有点偏移，这是在调整他的重心。我们要求动作一定要规范。在调整重心时，运动员做这个动作是随机应变，不是故意为之。当然，他的悟性比较高，这也是他竞技技巧的体现。”陈孝铭说。

## □相关新闻

### 福建举重金牌史

2004年雅典奥运会，龙岩选手石智勇获得男子62公斤级金牌，南平选手吴美锦获得男子56公斤级银牌。福建南平籍选手张国政获得男子69公斤级金牌。

2008年北京奥运会上，来自龙岩的张湘祥摘得男子62公斤级冠军。

2012年伦敦奥运会上，来自厦门的林清峰夺得男子69公斤级金牌，来自南平的吴景彪，夺得男子56公斤级银牌。

2016年里约奥运会上，出生于三明的福建女将邓薇，夺得女子63公斤级金牌。

## 27岁龙岩射击女将林月美 首次进入奥运决赛

海都讯(记者 石磊磊 见习记者 许亦莹 周宇艺)她12岁练习射击，27岁第一次站在奥运会决赛现场。7月25日上午10时许，在东京奥运会的女子10米气手枪的决赛中，来自福建龙岩的27岁选手林月美进入决赛，最终以176.6环获得第五名，另一名中国选手姜冉馨获得了

一枚铜牌。

女子10米气手枪项目在东京奥运会上采用新赛制，林月美在预赛60枪中，打出579环，排名第四。姜冉馨以587环排名第一。

林月美的省队教练林向红介绍，林月美在2006年进入龙岩体育运动学校射击队训练，2008年9月进入省射击队。上届奥运会

选拔赛时，林月美因为缺少国际赛事积分，而无缘最终大名单。林向红教练认为，林月美还是有足够的能力，再战一届奥运会。

福建省射击射箭运动管理中心主任黄敏表示，林月美在中国射击队中实力排名不是最高的，但作为老运动员能坚持到现在很不容易。

## 档案见证，魅力历史 太平人寿泉州中心开展主题宣传活动

今天的档案就是明天的历史，为响应第14个国际档案日，太平人寿泉州中心支公司开展“百年征程路，太平正青春”主题宣传活动，组织各部门综合内勤暨档案管理员至泉州市档案馆(泉州市第三批爱国主义教育基地)参观学习。

本次参观了泉州市档案馆的三个展厅，分别是“泉州市档案史料综合发展”、“专题活动展”、“老照片展”。太平人寿泉州中心支公司员工通过详实记录历史的档案资料，了解了泉州这座城市的历史建置、历史人物、名胜古迹、宗教与民间信仰、文化艺术、民俗风情、泉州亲缘、友好往来等发展历史。丰富的资料、详实的数字、珍贵的实物、图片和洗练的文字、简单的图表将泉州悠久的历史、灿烂的文化、以及泉州致力推进社会主

义新农村、经济强市等取得的成效进行十分直观的展示。我司员工通过参观对泉州有更多的了解和认识，也激发员工爱国爱乡的热情。

档案具有较高的社会教育功能，提高全社会的档案意识，普及档案知识，弘扬档案文化，能让档案工作更好地服务社会、服务民生。通过本次参观活动，我司员工也更深刻的认识到档案的魅力和重要性，不论是文字档案，还是图片、视频等档案，都记录着公司发展的每一步印记，太平人寿泉州中心支公司将在今后的工作中，更加重视档案资料的收集、归纳、保管等，以高质量的档案工作为公司业务助力，为公司发展历史保留浓墨重彩的一笔。(太平人寿泉州中心支公司 陈铭菲)