



习近平：各民族要像石榴籽一样紧紧抱在一起

# 竞赛项目高潮迭起

本报全媒体记者 刘超峰 文 丁友明 周雨 图



在一片精彩和叫好声中，第十一届全国少数民族传统体育运动会已经接近尾声，多个竞赛项目的比赛进入了“高潮期”，独竹漂、射箭、秋千、花炮、民族健身操等观众喜闻乐见的项目决出所有奖项。

独竹漂项目进行了最后两个小项的决赛，广西队独揽两个一等奖。至此，在本届民族运动会独竹漂比赛设立的6个一等奖中，广西队包办了5个。重庆队夺得女子60米直道竞速的一等奖。

以竞争激烈著称的花炮比赛也鸣金收兵，广西队在决赛中以4:3险胜获得一等奖；二等奖为北京队、云南队、宁夏队；三等奖为广东队、西藏队、河南队、重庆队。

珍珠球男子组决出晋级半决赛的4支队伍，分别为四川队、贵州队、广西队、辽宁队；女子组半决赛也于当天进行，四川队、广西队最终晋级决赛。

大众喜欢的秋千比赛也完美谢幕，在55公斤级单人高度比赛中，湖南队陈晓霞获得一等奖；在55公斤级以上单人高度比赛中，吉林队太恩善获得一等奖。

民族健身操演绎最后的精彩，各个代表队用具有民族特色的音乐和舞蹈，上演了一场视觉盛宴。按照规定套路和自选套路的比赛结果，民族健身操总成绩也同时出炉，北京代表队获得一等奖，湖南代表队、重庆代表队和西藏队获得二等奖，其余参赛队均为三等奖。北京代表队包揽这一项目的三个一等奖。

木球项目产生四强，湖南队、宁夏队、河北队、重庆队战胜各自对手挺进半决赛。东道主河南队止步八强赛，获得了木球项目的三等奖。

其他竞技比赛中，板鞋竞速和高脚竞速产生四个一等奖，分别被重庆、贵州、湖北、湖南等队获得。陀螺和毽球15日将决出最后的奖项。

15日，本届民族运动会在郑州工程技术学院举行盛大的颁奖晚会，竞赛项目和表演项目的“突出”表现者以及各个奖项将在晚会中依次颁出。



## 健康中国，一个民族都不能少

新华社记者 顾立林 刘怀杰

在河南郑州正举行的第十一届全国少数民族传统体育运动会上，陀螺、武术、毽球、民族健身操等百姓广场上常见的民族传统体育运动项目备受关注。这些项目具有悠久的历史 and 广泛的群众基础，融健身、健身、传承民族文化等功能于一体，以此为抓手推动全民健身，能在各族同胞运动地图上画出更大同心圆，更好地保障健康中国建设一个民族都不能少。

人民健康是民族昌盛和国家富强的重要标志。为提高全民健康水平，我国正加快推进从以治病为中心转变为以人民健康为中心，实施健康中国战略。民族传统体育是各民族在长期的生产生活中创造、积累和发展起来的，不仅是巩固民族团结的重要桥梁，还是号召各族群众积极投身到全民健身运动、建设健康中国的重要纽带。

八旬“跳绳王”胡安民生命不息、跳绳不止的誓言，陀螺教练周勇12年不停旋转的陀螺人生，毽球八届元老张铁林上阵父子兵……全国民族运动会上，民族传统体育薪火相传、生生不息，燃烧的是体育激情，传播的是健身理念。很多民族传统体育项目，传承数百年甚至上千年，不但简单易学，而且对场地、器材要求低，室内房前屋后都能练。正是因为这些特点，民族传统体育在推动全民健身中优势明显、大有作为。

生命在于运动，运动需要科学。以民族传统体育助力全民健身运动，要坚持以群众喜爱、群众参与为导向，在覆盖面、吸引力、高质量上下功夫。对一些特色的民族传统体育项目要加大挖掘力度，修订完善运动方法，适应现代人的健身需求。还要提升运动的趣味性和观赏性，加强对年轻人的科学引导，营造开展民族传统体育运动的良好氛围。更要注重民族传统体育运动的交流交融，让每个民族都有运动获得感。

56个民族是一家，全民健身强中华。实施健康中国战略，增强人民体质，民族传统体育不能缺，一个民族都不能少。全民健身运动广泛开展，各族同胞拥有强健体魄，才能汇聚起中华民族伟大复兴磅礴的建设力量。

新华社郑州9月14日电

## 精彩表演 “烩”出饕餮盛宴

本报全媒体记者 王战龙 文 李焱 本报摄影记者 梁晓鹏 图



咚咚咚，山鼓震天响，运动员如猛虎下山，展现出战天斗地的精气神。昨日，郑州工程技术学院体育馆，龙腾盛世，凤鸣九天，表演项目精彩节目竞相登场，呈上了一份传统民族文化盛宴。

### 《龙腾中华》，奏响盛世华章

赛场上，腾挪挪移间，一条巨龙穿云入海尽显雄伟英姿。舞龙伴随着绣球、扭、挥、仰、跪、跳、不断地变换造型。

舞龙既是我国传统的运动项目，也是勇敢的精神象征。舞龙运动以八字舞龙、游龙、翻滚和组图造型为主，进行套路演练，完成龙的游弋、起伏、翻滚、腾跃等动作。

北京代表团舞龙队是由一支北京体育大学的在校生组成的少数民族队伍，2001年组建，曾获得过世锦赛和亚锦赛及全国比赛等多项舞龙赛事的冠军。

现场的舞龙表演，通过两人配合三人配合以及多人配合，呈现出力度与速度的完美结合。

### 《搭火把》，赢取“好兆头”

两对人马造型相似，服装各异，他们各展其能，争取能够在最短时间点燃火把，赢取来年风调雨顺的好兆头。

舞龙是一个崇尚火的民族，火把节是舞龙最隆重的传统节日，搭火把是火把节最为神圣的竞赛活动，是舞龙群众最喜爱的民族传统体育竞技运动。

在云南的楚雄彝族自治州，每年火把节各村各镇都会举行抢火把、扎火把、插火把竞技比赛。哪个村寨抢得最多、扎得最快、插得最快，最先点燃火把的一方获胜，即当年的掌火人，预示着来年风调雨顺、丰收平安。

### 《高桩舞狮》，舞动精彩生活

只见一头雄狮，雄踞在高桩之上，时而刚猛激烈，时而温柔舒缓，时而俏皮可爱，随着鼓点摇晃着自己的尾巴，惹得观众哈哈大笑。当它纵身跃



起，观众们又为之惊呼。

《高桩舞狮》是亚洲传统民间艺术。在中国马来西亚新加坡等国均有舞狮习俗。登场表演的是广西梧州市藤县舞狮，属于南派舞狮，已经有1500多年的历史，只见狮子在高桩上如履平地，藤县舞狮以高桩舞狮的高难度动作、独柱扶腰转体450度等绝技名扬四海，享有世界狮王之美誉。2011年藤县舞狮被列入中国国家级非物质文化遗产名录，它融合武术、杂技、舞蹈于一体，深受群众喜爱。