



PARIS 2024  
2024  
巴黎奥运会特刊

Allez  
巴黎



2024年8月9日 星期五  
本版编辑 李小晨

A9

专访柔道唯一中国裁判张光玥——

# 众擎易举，搭上“巴黎快车”

今年2月，在农历春节的气氛中，张光玥飞赴巴黎去为一站柔道大满贯赛执裁。利用完成工作后仅余的半日闲暇，她和其他裁判一道去塞纳河畔走了走。“当时正好看到有工作人员在进行奥运布置，好像是为100天倒计时做准备。那会儿其实没想到自己能出现在奥运赛场上。”

特派记者 章丽倩 发自巴黎

## 精简风吹到裁判席 跻身16人自评幸运

48岁的张光玥，她既是中国目前唯一在国际柔道巡回赛上执裁的国际级裁判员，也是中国第一位优秀柔道运动员转型入选奥运会的女性裁判员。同时，她还是中国第一位获得盲人柔道国际裁判资质的奥运裁判员。如今来到巴黎，身处奥运初舞台，张光玥感慨自己是得众擎易举之功，才幸运地赶上了这班“巴黎快车”。

近十年，随着电子辅助裁判技术的逐步引入，在包括奥运会、世锦赛在内的国际柔道大赛中，真正登场执裁的裁判员人数呈精简之势。以本次巴黎奥运会为例，柔道项目的裁判员数量为16人。“2008年北京奥运会举办时，因为我有练柔道的专业背景又是国家级裁判员，所以被借调到北京奥组委担任柔道项目国际技术官员服务主管。当时，我们要服务的对象有30多位。”张光玥回忆道。

裁判员人数精简了，被选上的难度随之增加。2016年里约奥运会后，国际柔道联合会开始推行国际裁判员

世界排名，将之作为奥运会选拔的标准之一，并对各大洲的裁判员配额进行了明确规定。比如，巴黎周期亚洲就只有三个奥运会裁判员名额。

打开国际柔道联合会官网，上面不仅有运动员的世界排名，也有目前执裁国际柔道巡回赛的52位国际级裁判员的排名座次。张光玥告诉记者，她在这份榜单上的现排名是第27位，但决定由哪些人来做奥运会执裁，国际柔道联合会会有更加综合的考量。

“在这回入选奥运的16位裁判员里，排行不在前16名的不止我一人。裁判员在以往赛事执裁过程中的表现，共事过的裁判长的评价，一个国家对该名裁判员的认可和推荐，以及年龄等因素，方方面面综合起来，才有了最后16人名单。”张光玥说，如果将这份名单的出炉比作是一场赛跑，那她最大的助力就是来自于身后的祖国，以及对她投以全部信任的国家体育总局举摔柔运中心和中国柔道协会。

## 挤时间翻译规则，严肃热忱传帮带

6月中旬，张光玥刚从西班牙执裁完欧洲公开赛回国，仅在上海歇了一日，就又赶去安徽宿州，为全国少年锦标赛助阵。“本来是不用这么赶的，但国内有两位年轻裁判正为考核做准备，一位考洲际级，还有一位考国际级，我就抓紧时间去给他们现场辅导一下。”

“国际柔道联合会的规则是在不断变化的，比起运动员和教练员，活跃在国际赛场上的裁判员才是对规则细节和变化吃得透的群体。所以，一个国家的柔道发展想要紧贴世界趋势，必须得维护好自己的国际级裁判员队伍。”由于经历了东京奥运会上中国裁判员的断档，在登上国际舞台的过程中，张光玥接受了不少几乎从零起步的挑战，但她衷心希望自己的后辈们能从中借力。“有了基础，少了弯路，我相信他们有机会做得比我更好。”

面授辅导的机会终究有限，所以，利用自去年10月至今年年初这一段的业余时间，张光玥还做了一桩大事——完成了对国际柔道联合会最新

版裁判规则的全部翻译。“再次回归国际最高水平的裁判团队，我总希望能做得更多一些，能把最新、最准确的国际规则信息传递给更多人。我记得国际柔道规则第一页写着，裁判是柔道身心、文化和哲学表达的捍卫者。虽然这不是工作内容，也没有报酬，但我觉得这件事很有必要就去做了。现在，通过中国柔道协会的官网途径，国内的裁判员们可以免费下载到它的电子版。”

张光玥告诉记者，由于没有专业的翻译背景，她的进度曾在一条规则条款处卡了一两个月。“因为是利用业余时间翻译，所以卡住后就很容易停下来。为了一些规则细节表述上的精准，我真是把朋友圈和家人群里擅长英文的人都问了个遍。初稿出来后，我把它发给执裁过三届奥运会的中国裁判员王国桥、新加坡和中国台北的几位裁判前辈都看了看，在大家觉得没问题后才传给了中国柔道协会。这也算是我为中国柔道运动发展做的点滴之力吧。”



## 后来居上有实招 从耳机“偷师”到笔记达人

作为巴黎奥运会柔道裁判员队伍中的1/16，张光玥适应大赛和融入氛围的时间较很多同侪都短。她于2018年获得国际级裁判员资格，在2019年短暂执裁五站国际赛事后，直到2023年3月才正式回归国际巡回赛舞台。时隔四年，再次以一个新人的身份进入国际最高水平的裁判团队，能如此快地提升到奥运水准，张光玥确实是用上了一些能直击要点的实招。

“裁判员上台执裁时都会戴着耳机，当比赛中出现需要复议或其他一些情况时，裁判长会通过耳机跟台上的裁判员沟通。这种时候，他们用的虽然还是英语和日语的术语，但都是精简缩写的词和短句，有些裁判监督还会有自己的习惯用语。对刚刚进入这个圈子的新裁判员来说，一开始很可能听到耳机里的话反应不过来，但

必须要尽快去适应。”这种情况很难靠旁人一句一句地来教，张光玥想到的法子是在实战中多练听力多熟悉。

裁判员们在比赛期间会有轮值空隙，然而即便暂不当班，张光玥也会坚持在现场佩戴着耳机。“不当班的时候才更方便练习。一开始对巴黎周期新规则专业词汇听得最费劲的时候，我会把不明白的词汇用注音的方式记下来，然后回去查字典。为了尽快和裁判长同频，还会把每次赛前裁判培训和每日赛后会议上裁判长讲的话和要求录下来，回去反复听，认真整理，反复熟悉，加深理解。碰到这样还没法自己消化的，我才会去请教裁判长或者别的裁判。毕竟大家都比较忙，作为国际裁判，适应这件事主要还是得靠自己。”

张光玥是专业柔道运动员出身，拥有“国家级运动健将”称号，多次获得全国比赛前三名，并代表上海参加

过第八届和第九届全国运动会。在2002年6月退役后，她进入上海市体育系统工作，并在之后不久就被当时沪上裁判界的一位老师引上了执裁的这条路。

“2006年获得国家级裁判员资格，2011年成为洲际级裁判员，2018年又通过考核成了国际级裁判员，虽然一路走来好像经历了很多，但其实是直到近两年，我才对裁判工作有了真正的理解和体会。”如今，无论去到世界上的哪个地方，张光玥都会随身带着一本有些用旧的笔记本，里面记录着她自备战巴黎奥运会以来每一站比赛、每一个比赛日的重要事项和心得体会。

有一天执裁得特别不顺利，简直是张光玥裁判员生涯迄今的最低谷，她用红笔在常规数据边上加了三个字“滑铁卢”。另有一次，裁判长对张光玥的进步予以肯定，除了高兴之外，她也赶紧把自己做对、做准了的细节白纸黑字记了下来。“一次次的执裁，一笔笔的记录，一趟趟的复盘，一天天的积累，就是在这样反复实践和验证的过程中，不断自我激励和努力到最后一刻，我终于抓住了执裁奥运的机会。”

## 竞赛并非全部，多元接轨进行中

在7月23日由上海飞巴黎前，张光玥特地去了趟北京，在那里度过了忙碌的两周。为中国柔道队的队内赛执裁并给选手们做规则知识点的巩固，参与中国柔道协会改革计划的推进，为世少赛和世青赛运动员的选拔等献计献策……巴黎奥运会开幕前，快节奏的工作丝毫未歇。

“反倒是来到巴黎后，我的精力都集中到了一件事上，就是奥运会。别的事情，基本就等服务奥运的工作结束后再去继续了。”张光玥口中的“别的事情”，就包括将于9月中旬在上海崇明体育训练基地内开办的一期国际柔道学院培训班。这是该培训班第一

次来到中国。

国际柔道学院是国际柔道联合会旗下的一个分支，每年都会在世界范围内选择合适的地点办培训班，以推动柔道项目的发展。“在了解到有这样的培训班后，我觉得它是能有助推动中外柔道交流的好平台，就穿针引线。现在，它已经成功落地崇明，确定要在那里办一期了。”

而在去年11月，在上海体育大学的校园内，还有一趟值得纪念的“第一次”——国际柔道联合会亚洲地区国际裁判员教练员研讨会首度在中国举行。“我们一直说中国柔道要和国际接轨，那怎么接呢？参赛和办赛是一部

分，但肯定不是全部，还需要有更多方面的接触。这两次活动是很好的开始，既让国内的柔道专业人士有了在家门口接受国际级进修的机会，也让国际柔道界有了走入中国、了解中国的契机。”作为这次研讨会的牵线人，张光玥身处其中感受到了此种非竞赛类活动所蕴含的能量。

无论是已成功举办的亚洲地区国际裁判员教练员研讨会，还是将于9月启幕的国际柔道学院教练员证书培训班，又或是未来更多的中外柔道交流活动，张光玥觉得通过多元联通，中国柔道的这片土壤正努力迎接新的可能。