

潘展乐与南开学子分享青春奋斗曲——

别怕吹牛，实现它就好！

2024“把青春华章写在祖国大地上”大思政课网络主题宣传和互动引导活动，9月21日晚在南开大学举行。巴黎奥运会冠军潘展乐、陈梦、刘焕华、李雯雯、丁欣怡、吴愉和巴黎残奥会冠军谭玉娇、蒋裕燕现场讲述比赛和成长经历，生动诠释顽强拼搏、自强不息、超越自我的精神。

“如果你小时候也吹过牛，别怕，实现它。”

9月21日晚，中国游泳队运动员潘展乐在“把青春华章写在祖国大地上”大思政课网络主题宣传和互动引导活动现场，和南开大学数千名学子，分享自己对青春奋斗的理解。

“巴黎奥运会上破纪录夺金后，我发了一条微博：‘我的这块金牌，献给伟大的祖国！’”潘展乐说，这个10岁时立下的Flag，自己做到了。

“我是温州人，温州话里‘潘展乐’的发音就是‘破纪录’。”谈起“破纪录”的背后，潘展乐说有点枯燥，每天都是吃饭、训练、治疗按摩、休息，每天15000米雷打不动。“但我从没想过放弃，因为祖国至上、为国争光的信念，早就跟国旗一起，印在了我的胸前、刻在了我的心上。”

“巴黎奥运会已经落幕，一切从零开始。”谈起未来，潘展乐说，“继续为体育强国和奥林匹克事业奋斗拼搏，是我作为中国游泳队一员的责任；向世界展示中国力量、中国风采、中国精神，是我们青年一辈共同的使命。”

9月21日，由中央网信办、教育部、人民日报社、共青团中央、国家体育总局和天津市委网信办联合主办的“把青春华章写在祖国大地上”大思政课网络主题宣传和互动引导活动在南开大学举行。活动紧扣青春和爱国主题，邀请名师大家和奥运冠军、行业模范、基层志愿者等青年楷模，与广大青年网民同上一堂大思政课。

摘自 人民网



刘焕华：天津人幽默细胞特别足

特约记者 琳琳

来自天津的奥运冠军刘焕华出场，现场反响强烈。谈起在天津的生活和队友，他调侃说，天津人幽默细胞特别足。刘焕华在巴黎奥运会勇夺男子举重102公斤级比赛冠军，实现中国举重在奥运会男子大级别比赛的金牌突破。

刘焕华在短期内不断增重，并在国际大赛取得越来越优异的成绩。在之前的“传承奥运精神”专题

报告会上，刘焕华表示，随着前几年国际举联规则的更改，国家队内的竞争较为激烈，为了拓展国家队的夺金面，考虑到每个人的综合素质，才决定让其增重到102公斤级别参赛。“首先面对的就是增重的困难，短时间内增重接近20公斤，每天都要吃很多，撑得胃比较难受，然后随着体重的增长，更要加强体能训练，控制体脂率，这些过程都比较艰难。”刘焕华说。

刘焕华不断增重参赛十分不易：

“一路走来，别人总说我像个练举重的‘跨栏选手’，因为在两年多的时间里，横跨了五个级别打比赛。从陕西全运会的81公斤级、世锦赛的89公斤级、亚锦赛的96公斤级、亚运会的109公斤级，再到巴黎奥运会的102公斤级，虽然全部拿了冠军，但在增体重的过程中，训练太累，根本吃不下东西，有时候一堂训练课，能练得吐三次……”他靠自己的意志品质坚持到底，成为了中国首位100公斤以上大级别男子举重奥运冠军。



樊振东全红婵献唱《大中国》

特约记者 琳琳

“湾区升明月”2024大湾区电影音乐晚会昨晚举行，樊振东、全红婵、龙道一、王柳懿、王芊懿、刘清漪等奥运选手与群星携手演绎了歌曲《大中国》，此后又与汪峰合唱了《我爱你中国》。

在前一天的彩排现场，成龙见到奥运冠军全红婵和樊振东，热情拥抱握手加“膜拜”，大呼“你是我的偶像，中国人的骄傲！”全红婵和樊振东立马“回拜”，现场响起了掌声。成龙说：“为国家升国旗是我一辈子的梦想，我做不到，你们做到了！”

在彩排中，70岁的成龙一见到17岁

的全红婵马上主动走上前去打招呼。随后，有工作人员向成龙介绍一旁的樊振东。成龙见到樊振东，更是喜出望外。成龙大哥一边说道：“‘顶顶厉害的人物！’”一边再次给樊振东顶礼膜拜。于是，几个人互相拜拜。成龙又用双手给樊振东点赞，“偶像，偶像，大偶像！”随后，成龙还和全红婵、樊振东、刘清漪、龙道一等奥运冠军合影留念。樊振东还在一旁给成龙介绍刘清漪，“霹雳舞，霹雳舞！”成龙恍然大悟，随后说道：“啊，对对对，你们的比赛我都在看。”

在本场晚会中，最繁忙的奥运冠军当属龙道一，他除了要参与大合唱以外，还与黄子弘凡合唱《这世界我来过》。

李雯雯：
什么时候
再上班听教练的

今年巴黎奥运会上，李雯雯成功卫冕后把教练举上台，大喊“下班了、下班了！”被网友称赞率真可爱。在活动上，奥运冠军李雯雯回应“什么时候上班”。她表示，自己目前在保持训练，恢复状态会很快，什么时候“上班”，听教练的。“教练可能随时都会让我上班儿！”她说。

在9月19日的《开学季·冠军来了》活动中，李雯雯跟北京大学的同学进行了一场“举重”比拼。她举起了小小的杠铃，而其他学生举起了大大的“泡沫杠铃”。李雯雯单手举起杠铃后，边和大家挥手边笑说：“朋友们，老沉了。”

吴愉：
男生能做到的，
女生同样可以做到

在巴黎奥运会上，吴愉取得了拳击项目女子50公斤级冠军的成绩。“日复一日的训练也许枯燥，但如果能够坚持下来，一定能够实现自己的梦想。”吴愉说，“要不服输，勇于挑战自己。很多事情，男孩子能做到的，我们女生同样可以做到。”

伴随着快节奏社会发展脚步，许多青年人面对困难的时候会迷茫焦虑，吴愉说：“在面对困难的时候，可以听听别人的建议，也可以大胆地去尝试。我觉得做什么事情都不能急，可以先学习，不要给自己太多压力，慢慢地，很多事情就会通透了。”

“我的青春选择了拳击这项事业，拿到成绩，是我给我青春的完美答卷，这同样也是我的信念。”吴愉说，“我的青春还没有结束，接下来要好好好学习、好好练习，争取走向更高的领奖台。”

陈梦用光碟
颠球输给学生

陈梦在现场与南开大学学生互动，学生用烧杯、反光板等颠球，陈梦用光碟表演颠球后掉在地上，输给了学生。陈梦鼓励大学生：“自己一直在追梦的路上努力，无论遇到多大困难，都要一路向前，坚持下去。我在巴黎奥运会夺得金牌的那一刻，我是发自内心的开心。这种开心不仅是拿到金牌，更是在一路苦难的情况下，战胜自己的过程。”

丁欣怡表演彩带

巴黎奥运会艺术体操冠军丁欣怡在活动中表演了彩带，引起南开大学学生的阵阵叫好。9月19日，她还参加了重庆体育博物馆文物藏品征集艺术体操专场捐赠仪式。她捐赠了本次在巴黎奥运会期间身穿的国家队训练服，以及曾经使用过的训练鞋、彩带、球等训练用品。“这件训练服是为了奥运会专门定制的，这些器械如同伙伴一样，陪着大家完成了一套又一套动作，陪伴、见证了我们每一个重要时刻。”

·琳琳 整理·