

今日看点

捍卫与冲击

东京奥运会7月26日将产生21枚金牌，跳水和乒乓球是中国队在奥运会上的绝对优势项目，这两个项目将各决出一金，中国“梦之队”只有一个目标：捍卫金牌。同样要捍卫王者荣誉的还有女子举重，而在游泳、体操、射箭等项目上，中国选手将全力冲击金牌。

两大“梦之队”在东京的终极目标都是包揽金牌。26日中国跳水队将由曹缘/陈艾森联袂出战男子双人十米台，老将许昕/刘诗雯则将力争在混双项目上为中国乒乓球队取得开门红。女子举重也是中国队在奥运赛场上的夺金大户，廖秋云将出战女子55公斤级，作为该级别两项世界纪录保持者，她的目标不言而喻。

奥运会强者如云，在更多项目上中国选手立足“拼对手”。里约奥运会上中国体操颗粒无收，26日将决出东京奥运会体操首金，中国男队小伙子们将与日本、俄罗斯一决高下，力拼男子团体金牌。江苏姑娘张雨霏则将担负起游泳夺金的重任，26日她将出战自己的强项女子100米蝶泳，作为半决赛唯一游进56秒大关的选手，张雨霏说决赛要“放开游”。中国男子射箭队则希望能在男子团体项目上有所收获，作为2019年世锦赛冠军，中国男队力争突破。

26日游泳、跳水、击剑、柔道、射击、射箭、体操、皮划艇、山地自行车、乒乓球、跆拳道、举重、铁人三项等项目均将产出金牌，中国队在跆拳道等项目上也有夺牌希望。此外首战告捷的中国女曲将迎战澳大利亚队，三人篮球项目中国男女队将继续出战，垒球将进入单循环赛最后一轮，羽毛球、拳击、帆船帆板、网球、水球、篮球、沙滩排球、手球、冲浪等项目都将继续进行。（据新华社）



7月24日，在东京奥运会射击女子10米气步枪决赛中，中国选手杨倩夺冠，赢得东京奥运会首枚金牌。



7月24日，在东京奥运会举重女子49公斤级决赛中，中国选手侯志慧夺得冠军。



7月24日，孙一文在夺冠后庆祝。

小杨倩射落首金 中国团三金起步

奥运会首金爆冷的“传统”在东京依然延续，在女子10米气步枪决赛中，中国21岁小将杨倩凭借最后一枪逆转夺得本届奥运会首金。五年前遗憾错过奥运的侯志慧在女子举重49公斤级比赛中轻松摘金，孙一文在女子重剑个人赛“决一剑”惊险夺冠，中国代表团首日收获三金傲视群雄。

相比世界纪录保持者，世界排名第一等头衔拥有者，仅有一次世界级比赛经验的杨倩算得上“菜鸟”。但女子10米气步枪向来不眷顾名将，过往几届奥运会，新人、“黑马”夺冠概率极高，这一次站上最高领奖台的是杨倩。这块金牌来得十分不易，最后一枪前她还落后对手0.2环，尽管她最后一枪打出整场比赛个人最低的9.8环，但对手只有8.9环，“大心脏”的杨倩以251.8环的成绩夺冠。

首金开了个好头，后面就一发不可收。五年前遗憾错过里约奥运会的侯志慧更强了，她六次试举全部成功，以210公斤的总成绩将女子举重49公斤级冠军收入囊中，这一天，她还穿着里约奥运会发的旧T恤。而五年前获得奥运铜牌的孙一文这次站到了决赛赛场上，凭借决赛中“决一剑”的一剑“穿心”，孙一文为中国赢得历史上首个女子重剑个人冠军。

站在领奖台最高处美不胜收，但时光永远是运动员最大的敌人。东道主体操名将内村航平用一次失误结束了自己的东京奥运之旅，已是四次参加奥运会、拥有三枚奥运金牌的他：“（感觉）自己不再被需要了。”同样是四次参加奥运会，在跆拳道女子49公斤级复活赛中

再度落败的吴静钰则平静地说，输给岁月，无怨无悔。这位两届奥运会冠军得主已成为一名母亲，她想得更多的是要和女儿分享奥林匹克给她的人生财富。在游泳赛场，三届世锦赛冠军、日本选手濑户大也在男子400米个人混合泳预赛中爆冷出局，中国老将汪顺也无缘决赛。

当然，奥运赛场上也有老当益壮的典范，男子10米气手枪决赛赛场就“老将”扎堆，37岁的亚军达米尔·米凯克（塞尔维亚）和35岁的季军庞伟（中国）都是参加过四届奥运会的老将，夺冠的伊朗选手福鲁吉已经41岁了，但他只能算一名“新星”——作为一名护士4年前他才开始专业训练。

7月24日东京奥运会在射击、举重、射箭、跆拳道、击剑、柔道和公路自行车等项目决出11枚金牌，中国代表团首日就收获三金一铜，高居金牌榜首，其余八金被日本、意大利、厄瓜多尔等八个代表团分享。

有喜当然也有忧。中国女足在自己的第二场比赛中没能赢球，面对世界排名仅仅104位的赞比亚队，尽管王霜独进四球，她们还是以4:4与对手打平，最后一轮要迎战2019年世界杯亚军荷兰队，中国女足出线形势不妙。

其他比赛中，三人篮球女队一胜一负，男队则遭遇两连败。中国队在乒乓球、羽毛球、体操、游泳等项目都表现不错，中国体操男队以总成绩第二的身份挺进团体决赛，张雨霏以女子100米蝶泳预赛并列第一的成绩晋级半决赛。（据新华社）

跳水梦之队首秀 施廷懋/王涵轻松摘金



7月25日，在东京奥运会跳水女子双人3米板决赛中，施廷懋/王涵夺得冠军。

中国跳水“梦之队”7月25日迎来东京奥运会首秀，施廷懋/王涵在女子双人3米板决赛中以326.40分的总成绩轻松摘金，帮助中国跳水队取得开门红，加拿大和德国选手分列二、三位。

自2000年悉尼奥运会跳水比赛设立女子双人3米板项目以来，中国队从2004年雅典奥运会开始，此前已经连续四届包揽了该项目金牌。东京奥运会上，里约奥运会女子3米板、双人3米板双料冠军施廷懋携手王涵出战。从2019年世锦赛开始，她俩的双人组合配合默契、优势明显，只要不出现大的失误，在东京奥运会夺金便只是时间问题。

比赛中，施廷懋/王涵从第三跳开始，就逐渐拉开和其他选手的距离。最后一跳405B，施廷懋/王涵拿到了76.50的全场最高分，帮助中国队彻底锁定金牌。在分数公布的那一刻，王涵背过身，和施廷懋相拥，流下了眼泪。

“当分数出来的时候，我俩先是拥抱感谢了彼此，然后她感谢我跟我搭档，我感谢她带着我拿到人生中的第一块奥运会金牌，所以这个时候会有一点泪腺（发达）。”赛后，王涵已经能笑着分享自己摘得人生首枚奥运会金牌时的心境。

根据防疫要求，东京奥运会颁奖仪式上运动员将自行拿取托盘上的奖牌、花束和奥运会吉祥物。在领奖台上，经验丰富的施廷懋率先拿起金牌，给首次参加奥运会的王涵戴上。在互相佩戴金牌后，两人再次深情相拥。

和以往不同，东京奥运会跳水赛场上没有观众。拿到人生第三枚奥运会金牌的施廷懋说，空场其实并不会影响自己，“因为掌声已经在我心中了”。

女子3米板预赛将于30日进行，届时施廷懋和王涵将组成中国队的“双保险”，联袂出战。（据新华社）

7月25日进行的东京奥运会男子举重61公斤级冠军争夺在中国选手李发彬和印度尼西亚老将伊拉万之间展开，这场“二人转”最终被中国教练团队一场完美的战术执行终结，李发彬以总成绩313公斤、领先伊拉万11公斤的成绩夺冠。

如果只看结果，所有人大概都会觉得这场比赛赢得非常轻松。

其实并非如此。抓举比赛李发彬以141公斤排名第一，领先伊拉万4公斤。挺举第一把，伊拉万举起165公斤，李发彬举起166公斤，此时李发彬领先对手5公斤。

这个优势不小，但对伊拉万这样的对手来说也并非不可逾越。过去几年里李发彬和伊拉万两次在世锦赛上对决，2018年伊拉万获得冠军，2019年李发彬赢下比赛，目前的三项世界纪录也都是他们夺冠时创造的。伊拉万保持174公斤的挺举世界纪录，李发彬拥有抓举（145公斤）和总成绩（318公斤）两项世界纪录。

真正的较量从挺举第二把开始。

一开始两人都要了172公斤，随后伊拉万提高到173公斤，李发彬出场后成功举起172公斤，将难题扔回给对手——此时李发彬已经领先11公斤了。

伊拉万叫了177公斤——这是一个超世界纪录的重量。随后，李发彬果断也要了177公斤。李发彬的主管教练邵国强赛后表示，从训练看两人都有180公斤的水平，但这是在比赛中，我们认为伊拉万第二把比第一把高了12公斤，是非常难举起来的，这个时候我们要逼对手先举，取得一个主动权。

伊拉万第二次试举177公斤失败。

一场完美战术赢来的金牌 ——男子举重61公斤级夺金背后



7月25日，李发彬在比赛中。

此时轮到李发彬出场了，这时中国教练组决定继续逼对手先举，李发彬还透露，自己在后台观察了对手，认为他不太可能连续两把举这个重量还能成功。

中国教练组的判断没有问题。伊拉万第三把试举177公斤宣告失败，至此李发彬已经“不战”而胜了。

邵国强透露，这实际上是中国队准备的好几套战术中的一套：“今天运行

得非常好，李发彬执行得也非常好，这就是奥运会，必须要不断调整自己，顶住压力，这样才能拿下冠军。”

虽然没能赢得金牌，32岁的伊拉万依然值得尊敬，这是他第四次参加奥运会，而且四次全部站上了领奖台，在三个不同的级别里，他拿到了两块银牌和两块铜牌。（据新华社）

谌利军为中国队 拿下第六金

7月25日，谌利军在颁奖仪式上。当日，在东京奥运会举重男子67公斤级决赛中，中国选手谌利军夺冠。新华社记者 杨磊 摄

