

# 椰子树上的“速度与激情”

## ——小记第十二届全国少数民族传统体育运动会攀椰竞速比赛

□新华社记者 周慧敏 田光雨



11月24日，贵州队选手罗宝霖在比赛中。

新华社记者 杨植森 摄

新华社三亚11月23日电 你爬过树吗？你能想象爬树也能成为比赛项目吗？23日，作为第十二届全国少数民族传统体育运动会的新增竞赛项目，攀椰竞速比赛在三亚拉开帷幕，上演椰子树上的“速度与激情”。

8秒！7秒！6秒！

起跑冲刺到椰子树下，一个箭步跃到树上，手脚并用奋力向上攀爬，几秒钟时间就到达椰树顶端……这一集趣味性、娱乐性和竞技性于一体、具有鲜明海南地域特色的运动就是攀椰竞速。

本次攀椰竞速比赛配备统一的安全保护设备，要求运动员在9米（女子为7米）的人工制作的仿真椰子树上进行攀爬，参赛选手自选攀爬姿势，爬到椰子树顶端并触碰计时按铃，用时最短者获胜。

在海南，椰子树是最常见的树种。徒手爬树摘椰子是海南当地群众传统的劳作场景，后来发展为民间喜闻乐见的“摘椰子”比赛活动。2008年起，攀爬椰树在海南黎族苗族传统节日“三月三”节庆活动成为体育比赛项目，开始从民间活动走向体育竞赛舞台。2010年，攀椰竞速首次被列为海南省少数民族传统体育运动会正式比赛项目。

今年15岁的黎族姑娘朱梦丹是攀椰竞速项目海南代表队年龄最小的选手。“小时候经常爬槟榔树和椰子树，感觉挺有趣的。”朱梦丹说，没想到自己儿时和同伴们一起玩的“游戏”竟然能成为一项全国性的运动会的正式比赛项目，“希望这个项目能够继续发展下去”。

攀椰竞速比的是速度，考验的是运动员的攀爬技巧、体能耐力和核心力量。裁判员李岩介绍说，每个运动员的攀爬动作可以自由发挥，攀爬技巧也不一样，但都对运动员的力量和协调性有很大要求。

来自云南代表队的怒族选手白玉美在接触攀椰竞速之前，一直在练习攀岩项目。在她眼中，攀椰竞速和速度攀岩有着很多相似之处。“它们都需要力量储备，需要非常大的爆发力。”她说，目前对她来说攀椰竞速更难一些，毕竟“还不熟练”。

“第一次接触这个项目，觉得挺有意思的。”来自广东代表队的壮族选手黄新鸿说，他是一名大二的学生，从去年底开始接触攀椰竞速项目，“我们在老师的指导下，从零开始慢慢摸索”。

谈到对这次比赛的期待，黄新鸿笑着说：“好好享受比赛，然后去海边爬到椰子树上摘椰子！”

## 体坛快讯



11月24日，参赛选手在澳门大桥骑行。当日，2024粤港澳公路自行车赛暨第十五届全国运动会公路自行车测试赛举行，比赛跨越粤港澳三地，途经港珠澳大桥，赛道全程230公里。

新华社记者 张金加 摄

## 上海海港首夺足协杯冠军

据新华社杭州11月23日电 23日，2024中国足协杯决赛在温州奥体中心进行，本赛季中超联赛冠军上海海港队3比1击败山东泰山队，队史首夺足协杯冠军，同时加冕本赛季“双冠王”。

上海海港率先打破场上僵局。第37分钟，古斯塔沃助攻李帅破门，上海海港1比0领先。上半场补时阶段，奇塔蒂尼垫射破门，上海海港将比分扩大到2比0。

易边之后，山东泰山攻势不断。第54分钟，克雷桑突入禁区，回防的奥斯卡解围没能将球踢远，泽卡禁区线前得球后原地一脚劲射，皮球击中立柱后弹入网窝，帮助山东泰山扳回一城。

终场前伤停补时阶段，上海海港策动攻势，奥斯卡送出斜传，得球后的王振澳杀入禁区一脚低射，回防的山东泰山队员不慎将球铲进自家球门，最终上海海港3比1获胜。

值得一提的是，这是上海海港队史上的首个足协杯冠军，此前他们曾两度杀进决赛，最终都功亏一篑。 夏亮 肖世尧

西甲综合：  
**巴萨憾平塞尔塔  
继续领跑积分榜**

新华社马德里11月23日电 2024~2025赛季西班牙足球甲级联赛第14轮23日展开。“领头羊”巴塞罗那队在客场遭遇阻力，在两球领先的情况下被塞尔塔队2比2追平。

做客巴拉伊多斯球场的巴萨在第15分钟率先进球，拉菲尼亚反击中接孔德后场长传，突入禁区后晃开一名防守球员，低射球门左下角得手。第61分钟，莱万多夫斯基在突破几名球员的拦截后，在点球点附近将球送入右下角，为巴萨再入一球。

两球在握的巴萨在最后时刻痛失好局。卡萨多第82分钟吃到第二张黄牌被罚下，巴萨少一人应战。第84分钟，孔德在防守中失误，禁区内遭阿尔方·冈萨雷斯断球，后者门前轻松破网，为塞尔塔缩小分差。两分钟后，乌戈·阿尔瓦雷斯小禁区右角处晃倒埃克托·福特，推射远角得手，将比分定格为2比2。

这场平局后，巴萨在西甲积分榜上以11胜1平2负继续领跑，领先排在第二位的马德里竞技5分。少赛两场的皇家马德里暂时排名第三。

谢宇智



11月24日，广东队选手表演赛烟盒斗舞。当日，第十二届全国少数民族传统体育运动会表演项目（室内）在海南省三亚市体育中心体育馆举行。

新华社记者 王翔 摄

## 民族式摔跤： 一个观众千万不能分神的比赛项目

新华社三亚11月23日电

3秒到4秒的时间能干什么？仿佛干不了啥，但已经足够一些运动员赢下一局比赛了。

正在海南省三亚市进行的第十二届全国少数民族传统体育运动会上，民族式摔跤就是一个能在电光石火间决定成败的项目。

民族式摔跤23日开赛，有搏克、且里西、格、北嘎、绊跤、希日木共6种跤种。率先进行的是且里西和格的小组赛。

且里西，即维吾尔族式摔跤。按照竞赛规则，双方运动员须先抓好对方腰带，比赛中双手均不得离开腰带去抓握对方的其他部位。将对方摔倒，使对方肩、

背或体侧着地则胜一跤。

格，即彝族式摔跤。运动员双手从两侧抓住对方腰带，将对方摔倒使之膝关节以上（包括膝）、肘关节以上（包括肘）部位着地者为胜，该局结束，胜方得1分。

这两个跤种都采取3局2胜制的比赛规则，而且大多数情况都是“一跤定胜负”。因此，在23日的比赛中，比赛开始仅3至4秒即宣告结束的情形出现了好几次。

除了这种“闪电战”，当日的比赛还有一个特点：比赛从双方僵持转到突然分出胜负，中间几乎没有过渡阶段。

上一秒，双方还是抓住对方的腰带相互抵着肩僵持着；下一秒，其中一方就已经重重地倒在垫子上，电子屏上的倒计时牌将时间定格。

因此，若来现场观看民族式摔跤的比赛，边刷手机边看比赛的“一心二用式观赛法”根本不适用，那可是要错过好几个精彩瞬间的。

目不转睛地盯着比赛现场，静静地观看双方僵持，等待其中一方打破僵局……当比赛分出胜负的一瞬间，任谁都会忍不住地想要为这些摔跤手们高声喝彩。这，应该就是民族式摔跤的魅力所在吧。 记者 王春燕 刘邓