# **高二17班专题阅读资料——**

# **北京冬奥会热血人物素材：武大靖、谷爱凌。。。**

**01 谷爱凌：雪道之上，自由飞翔**

**1月9日凌晨，中国选手谷爱凌在自由式滑雪U型场地世界杯决赛里，以97.50高分一举夺冠，创造了一个赛季获得四站世界杯冠军的壮举！37天内获6金9枚奖牌，人民日报+央视发声盛赞，国际滑联评价谷爱凌为滑雪史上第一人！**

2021年12月5日，在2021—2022赛季自由式滑雪大跳台世界杯美国斯廷博特站比赛中，18岁的中国选手谷爱凌上演赛季首秀，以总分184.25分夺冠。比赛中，谷爱凌成功完成两周空翻转体1440度的动作，成为世界上首位在正式比赛中完成这一动作的女运动员。在2021年3月举行的自由式滑雪世锦赛中，首次征战的谷爱凌斩获2金1铜，获得2022北京冬季奥运会的参赛资格。

2003年，8岁的谷爱凌加入专业滑雪队。为参加训练，她每个周末都要坐4小时车去滑雪场地。多年来，谷爱凌也经历了各种伤病。但对滑雪的热爱，让她坚持到现在。2020年，在瑞士洛桑举行的冬季青年奥林匹克运动会上，谷爱凌收获2金1银。在世界杯加拿大卡尔加里站比赛中，谷爱凌收获两金。对于年轻的谷爱凌来说，学习同滑雪一样，是她生活的重要部分。2020年，在满分为1600分的美国高考SAT考试中，谷爱凌获得1580分，被斯坦福大学录取。

2019年，原籍美国的谷爱凌宣布自己加入中国国籍。在祖国的土地上，为国争夺冬奥金牌，是天才少女谷爱凌的终极梦想。

**速用示范 ——**自律者得自由，勤奋者获成功。没有谁能随随便便成功，任何优秀的人都要靠勤奋自律才能成就非凡的人生。谷爱凌自小就极其自律，为了参加训练，每周坐 4 小时车赶往滑雪场，永远热情高效地把自己的事情做到最好。“自助者天助之”，因此，她能不断摘得各种滑雪赛事的桂冠，并取得斯坦福大学的入学资格。超强的自控力与不停息的刻苦练习，让谷爱凌的人生如开挂般精彩非凡。

**02羽生结弦：活成一部热血动漫**

在平昌，日本花滑选手羽生结弦翩然归来，创造了冬奥会花滑男单历史上时隔66年的金牌蝉联奇迹——1952年，美国人理查德·迪克·巴顿曾达成这一伟业。

对于出生在日本宫城县仙台市的羽生结弦而言，2011年那场骇人听闻的东日本大地震至今仍是他人生中最为悲伤的记忆——他失去了训练场。对于花滑选手来说，失去训练场，就意味着失去一切。他不得不投奔远在横滨的小学时代的教练都筑章一郎。此后，都筑带着他，利用参加全国巡演的机会，四处“蹭”冰场训练。观众支持他，日本冰场的经营者也支持他，这种“支持”一直支撑他走到索契。在2014索契冬奥会上，羽生结弦圆了自己的奥运金牌梦。此后，他一路夺得2015年和2016年世锦赛亚军。2017年世锦赛,他大逆转夺冠，轰动世界。

但命运不会轻易为强者安排一条直通路。在2017年11月19日的赛前训练中挑战勾手四周跳时摔倒受伤并退赛之后，后面的总决赛、四大洲赛，羽生结弦都没有出现。2018年2月11日，沉寂了83天的羽生结弦从加拿大多伦多的训练基地飞抵韩国，开启了自己的第二次冬奥之旅。赛后他的教练透露，不到3个月的康复期里，不能训练的日子里，羽生结弦甚至自学了解剖学来制订适合自己的训练内容和计划，而他恢复冰上训练的时间，只有短短1个月……

**速用示范 ——**

赛场上的羽生结弦，豪气干云，目光凛然，与平时判若两人。场上浴血奋战，场下曾发下豪言“死也要死在冰场上”。羽生结弦拿冠军的时候有多爽，训练中的他就摔得有多惨。他对花样滑冰的追求已经不限于几次夺冠，而是要超越所有人的夺冠，他要成为最强。他是一个刻苦的天才，在追求极致的路上，已经没有人能够让他停下来，而我们也只能作为旁观者欣赏天才的“自我残忍”。

**03 武大靖：实力是证明的最好方式**

2018年2月22日，平昌冬奥短道速滑男子500米决赛，武大靖以39秒584的成绩打破世界纪录强势夺冠，为中国赢得平昌冬奥首枚金牌，也是中国男子短道速滑队在冬季奥运会上的首枚金牌，同时也是2018平昌冬奥会中国代表团的唯一一枚金牌。

武大靖在500米决赛中第一个滑过终点线，干干净净，没有任何身体接触，没有给对手和裁判留任何不公平判罚的机会。赛后，央视解说员的评论也不禁让受够了委屈的中国运动员们泪洒现场，“武大靖用最酣畅淋漓的方式，最霸气的方式赢得了这场比赛。”

其实我们知道，在此前的比赛中，无论武大靖还是中国军团，都遇到了被判犯规的麻烦，甚至遭受了来自裁判和国际滑联的委屈，但武大靖顶住压力，战胜了自己，不仅夺得了自己奥运生涯中的第一枚金牌，而且写下了中国冰雪运动又一次突破，为中国体育书写了荣光。

当面对没有退路没有选择，甚至连公平都没有的时候，唯一的办法就是用远高于对手的实力去赢得石破天惊。武大靖做到了。武大靖说：“只要我滑得够快，就可以不给裁判和对手留机会，让裁判挑不出任何毛病！”这句话背后让人动容的不仅仅是出色的实力，更是中国运动员的品性，大国的风度和大国的尊严。武大靖用行动告诉我们，对抗黑暗的方式，不是变坏，而是让自己变强！

**速用示范 ——**

在武大靖夺冠之前，几乎场场比赛里中国队员都被以“犯规”而罚出局，连他自己也曾在之前的1000米比赛中被判违规而取消继续比赛的机会。面对中国队金牌数为零的战绩，武大靖这一次的压力，可想而知。纵观现代体育发展史，武大靖这种在万众期待、压抑阻力中冲破一切的运动员不在少数。命运置我于深谷，我便借此奋斗出一个绝地反击的奇迹。顶住压力迎难而上，压力便会化为催人前行的动力。

# ****50岁了又怎样！“滑冰奶奶”八次征战冬奥****

2022北京冬奥会赛场上，有这样一位女选手受到大家广泛关注。不是因为摘金，不是因为容颜，而是她身上散发着的奥林匹克精神。她就是德国速度滑冰传奇——克劳迪娅·佩希施泰因。

世界上第一位参加八届冬奥会的女选手，被人们亲切地称为“滑冰奶奶”。这个月的22号，她将迎来50岁生日。

2月5日，北京冬奥会速度滑冰比赛开赛，在女子3000米的比赛中，她的最终成绩排在20名参赛选手的最后一位。但在赛后采访中，她依然很开心，“我是笑着滑过终点线的”。

她也曾是德国队最年轻的选手。曾有着辉煌的战绩，第一次征战冬奥就摘得铜牌，收获过5枚金牌，

打破过世界纪录，然而体育竞技很大程度上是在比拼身体素质，青睐“更快、更高、更强”的同时，也会青睐“更年轻”。 运动员都有黄金年龄，许多选手28岁就被称为“老将”。不过，“老骥伏枥，志在千里”，奥运赛场上一直都有逆流而上的坚持，意大利名将阿里安娜·方塔纳参加五届冬奥会，在2月7日短道速滑女子500米的决赛中，她第一个冲过终点线，成功卫冕，瑞士传奇老将西蒙·阿曼是跳台滑雪项目标志性人物，2015年曾经在比赛中发生意外而受伤，但在休整后，他依然选择继续滑雪事业，今年他同样出现在了北京冬奥会的赛场上，这是他参加的第七届冬奥会佩希施泰因说：“我的双腿老了，但心还年轻。”

向锲而不舍的老将们致敬！

# **冬奥冠军！谷爱凌：“我只有0.1%的天赋” ｜ 冬奥人物**

2月8日，中国选手谷爱凌在北京2022年冬奥会自由式滑雪女子大跳台比赛中，夺得金牌！这是本届冬奥会中国代表团第三金！

而在此前，她已经获得洛桑青年冬奥会2枚金牌、冬季极限运动会2枚金牌、自由式滑雪世锦赛2枚金牌，以及多个世锦赛冠军。

除了优异的比赛成绩，谷爱凌在很多方面，都带着“别人家孩子”的光环：

  中美混血，中英文都十分出色，而且能讲一口流利的京腔，高度认同中国文化，2019年加入中国籍。  
16岁就以1580分考上了斯坦福大学，而美国高考SAT的总分是1600分。

这位18岁女孩，在过去两三年间被贴上了各式各样的标签，这是赞许也是压力。“这些标签都是别人选择性地贴在我身上，但我没把自己想象成这样。成长过程中做好自己，这是最重要的。”

热爱

谷爱凌2003年出生于美国旧金山，3岁多开始接触滑雪，4岁时已经可以自由穿梭在针叶林间，甚至能完成猫跳这样的专业动作。

8岁时，妈妈谷燕把她送入太浩湖地区的专业滑雪队，成了当时队里唯一的女孩。那时，母女俩甚至对自由式滑雪的概念都不太清楚，谷燕只知道“不是速滑，没有那么危险”。

直到谷爱凌在母亲面前做了第一个后空翻，凌空而上，头朝地，身体卷曲，瞬间完成一个漂亮的曲线，妈妈才一阵惊呼。

为了兼顾好学业和滑雪，谷爱凌从小就学会了如何分配时间。2021年前，谷爱凌一直是一名全职高中生，只有周末才能有完全的精力滑雪，而别人有5天。

  加入滑雪队后，周末两天，妈妈都会带着谷爱凌从旧金山开车到太浩湖练习滑雪。并不算大的汽车后座成了谷爱凌身份转换的匣子，谷爱凌自述，“从家到太浩湖的雪场有4小时车程，我学会了在车上写作业，在车上睡觉，车上换衣服，车上吃饭。”

 不过，她早就已经习惯这样快速的切换。从小时候起，每天妈妈接她放学，就会在车里备好3套衣服，“换衣服，踢足球；然后换衣服，练芭蕾；再换衣服，学钢琴”。

“天才少女”

在滑雪这件事上，谷爱凌展现出了超乎想象的天赋和能力。9岁起，她就蝉联USASA美国青少年锦标赛总排名第一。16岁时，她的奖牌已经摆满一张桌子——大概有50多个。

  2019年，谷爱凌正式代表中国队参加各项赛事，这一决定在当时的体育界引发了不小的震动。在接受媒体采访时，谷爱凌称促使她做出这一决定的直接原因，是2019年中国将大力普及群众性冰雪运动作为一项政策，她希望自己的经历“可以鼓励成千上万的中国人参与滑雪运动”。

2020年，谷爱凌成为职业滑雪运动员。2021年1月，首次参加世界极限运动会（X Games）的她就斩获坡面障碍技巧、U型场地两个项目的金牌，并在大跳台上摘铜。随后3月的自由式滑雪世锦赛上她带伤出战，“复刻”了世界极限运动会两金一铜的战绩。

2021年12月初，在世界杯美国斯廷博特站比赛中，谷爱凌夺得女子自由式滑雪大跳台冠军，并创造了女子选手在自由式滑雪比赛中完成前空翻两周加转体四周动作的历史。而这套超高难度的动作，谷爱凌学会仅仅用了三周。

人们称她为“天才少女”，但她在接受访谈时却说，“我只有0.1%的天赋。”

“0.1%天赋”背后，是谷爱凌对滑雪倾注的全部热爱。在空中的那几秒，她说自己像一只鸟，“飞起来，然后落地”，这是她热爱的自由的味道。

“滑雪是飞翔，是好玩，是创造。”她曾坦言，对待滑雪，更多是一种热爱和游戏的心态，“因为这样压力不会太大。”

在几近完美的表现背后，需要付出非同寻常的努力。谷爱凌的个子较高，这在滑雪中并不算一项优势，这意味着相比其他选手，她完成空中的转体动作将更加费劲。“看到比赛的时候会感觉很容易，（但是）训练非常非常累，从早晨9点到晚上9点一直训练。”迫于时间，她经常只能在滑雪场缆车上吃饭，下方是缓缓而过的苍茫白雪——她来不及欣赏，因为仅仅不到几分钟，她又要回到这片雪场中。

伤痛更是难免的。作为高危运动项目，在滑雪中摔倒是常事。12岁的时候，谷爱凌的锁骨摔断了，现在摸上去，“还有一个突起”。

在2021年3月的世锦赛前，她又摔断了右手，造成粉碎性骨折，大拇指也出现韧带断裂，甚至短时间内无法再执起雪仗。然而，在大跳台决赛中，为了抓住更多赢的可能，她临场决定“做一个从来没做过的动作”——左右双空翻。这个才在最新的雪季中刚学会不久、从未在任何赛事上有过经验的动作，帮助谷爱凌赢得了一张铜牌。

平衡

外界对谷爱凌的评价是“全能”，但这意味着她需要不断做出选择。第一次重要抉择，发生在跑步和滑雪之间。很少人知道，谷爱凌的跑步天赋比滑雪更高。卧室床边的墙上，挂着她的赛服和号码牌，其中有一半是跑步的。

一次全加州的跑步比赛前，教练直接对谷爱凌说，“你要是不来，我们进不了决赛”。但这场比赛的时间与一场重要的自由式滑雪比赛相冲突，她不得不做出选择和舍弃，“我最后选择了滑雪，从这个时候，我就开始把滑雪当成一个职业了”。

 谷爱凌逐渐明白，她要学会最大的能力是“平衡”。滑雪这项运动，是一场控制游戏，对技巧性的要求极高。她沉醉于滑雪带来的自由，但同时也要学会这项运动背后的制衡——就像她的生活一样，“生活围绕着一件事很容易，但是难的是怎么兼顾好各个方面”。

 后来的抉择矛盾，时常发生在学习和滑雪之间，毕竟她还是一个高中生。2020年9月的SAT考试季，她正在欧洲雪场训练，只能寻找欧洲考场。戏剧性的是，考前一天飞机延误，她直到晚上11点半才到酒店，第二天早上又因为下雨订不到车。她只能冒雨跑步前往考场，全身湿透，“考场马上要关门的时候，我才进去”。

考完试后，她又立刻飞回雪场训练。“生活中时间很紧，永远在路上，永远有未知的事情发生”，她把这称作“人在囧途”。每次仓促的出行，一个大雪板包，一大袋衣服，再乘坐不同的交通工具，抵达雪场、学校或者穿梭于多国之间——这构成了她最普通的日常。

一个18岁顶级运动员，除去对滑雪纯粹的热爱外，极强的控制力几乎贯穿了她的整个赛道人生。做任何一件事，她都会全神贯注。

凭着这股专注劲儿，她把4年高中课程压缩到3年完成；因为疫情无法室外训练，她就在家里用滑板、瑜伽垫、沙发强迫自己每日锻炼；时隔4个月，难得有室外训练的机会，哪怕教练临时因疫情无法到场，她就独自完成练习……

  她永远把自己当做最大的对手，“要当最好的，不是把别人压下去，而是要当自己能当的那个最好的”。最终，她成功拿到斯坦福大学的录取通知书，同时，还有源源不断的奖牌。

2021《福布斯》中国名人榜，谷爱凌是唯二入选的运动员，同时也是年龄最小的上榜名人；2021年，她成为继姚明、李娜、冯珊珊后，第四位入围ESPY最佳运动员提名的中国运动员。

抛去运动员身份，她是考入斯坦福的学霸，也是时尚界的新宠。这些角色，可能每一个都让普通人望尘莫及，但只有18岁的谷爱凌却切换自如。

“我从小就说我有三个生活，当正常学生、当滑雪运动员、当时尚模特，我现在是在平衡这三个生活。”在接受媒体采访时，她这样说，“我生命中最重要的就是平衡。”

  自由

这个刚过18岁的女孩常常把“自由”挂在嘴边。在比赛中，她可以与世界各地追雪的人相遇，“在奥地利见到澳大利亚的朋友，在新西兰见到瑞典的朋友，在加拿大遇到中国的朋友”。

谷爱凌有着这个年纪该有的天马行空，她喜欢运动、社交、时尚、写作。吃美食，其实也是谷爱凌的另一个爱好，“我还没尝成都的辣，但我想试一下。”

休息的时候，谷爱凌会像许多18岁少男少女一样选择“躺平”。“这是我刚学会的词。”当自己一口气说出了“躺平”和“内卷”之后，她还颇为得意，眼神里露出一丝机灵劲，咧嘴大笑，“或者尝试其他我喜欢的爱好。”

谷爱凌也如大家一样，是个被妈妈管着的小女孩。“18岁生日我想去跳伞，她说，完全不可以！这是不可以接受的！”谷爱凌模仿妈妈的语气时，刻意调高了音量，惹得现场哄堂大笑，“等你到80岁再去跳伞，危险的事情只能选一样！”

“我觉得我跟所有人都一样，只不过我对一件事有很大的热爱，也有很大的梦想。”说这话时，谷爱凌格外真诚。

这就是谷爱凌的魅力所在，热爱滑雪、追求时尚、向往未来，在赛场上无所顾忌地挑战新的极限，而在赛场之外又能毫无保留地释放出对生活的热情。

俏皮可爱

“她太受欢迎了，看起来人人都爱谷爱凌。”2月7日，在首钢大跳台赛后混采区里，一名外国记者如此感叹。

她几乎是被工作人员赶着走过一个又一个采访区域。粗算一下，从她第四个比完赛到离开混采区大约用了50分钟，是在赛后混采区停留时间最长的运动员。

但她又非常认真地回答记者们一个又一个提问，有中国记者、美国记者、法国记者、日本记者......她落落大方又俏皮可爱，很难让人不喜欢上这个中国姑娘。

　比如，她在第二跳的失误被很多记者问起。当时谷爱凌选择了一个女选手中少见的双手抓板动作，遗憾的是落地时出现较大失误，导致一个雪板脱落，这一轮仅拿到24.50分。

她用中英文说了很多遍当时的想法。“当然也会有压力啦，要是我没能进入决赛，我会对自己感到不满意。”她还主动说到，“我比赛的时候一直和我妈打电话，她跟我说我肯定能做成，我14岁时就能完成这个动作了，最后一跳肯定可以。”

　还有记者注意到她雪板上画着一条龙。“对对对，我一定要说一下这个！我今年的雪板上有一条龙，中文意思就是‘人中之龙’。”说着说着，她还转过身来，掀起号码簿，对记者说：“我后背上还有一条龙，都是我设计的！”

现场记者被她这率真的一幕逗得哈哈大笑。倒是她，很“一本正经”地说，“我一直特别关注时尚，我也是模特，希望通过滑雪，在冬奥会赛场把中国元素展示给世界。”

**冰雪涵蕴铿锵精魂**

对国人来说，虎年伊始第二十四届北京冬奥会“繁华落尽见真淳”的开幕式惊艳了世界，感动了每一个没有失去正义良知的人；而刚刚结束的亚洲杯决赛，中国女足的铿锵玫瑰们用她们的行动向国人证明了“什么是中国人的血性，什么是中国人的坚韧，什么是中国人的拼劲，什么是中国人的勇往直前，我可以技不如人，但我绝不认输”的精神。一个用温婉的方式向世界展示华夏五千年文明的包容与大气，一个用刚健和韧劲向世人诠释了“巾帼不让须眉”的真意。“一年之计在于春”，有理由相信，开年之初，有这两件让国人扬眉的大事件“良好的开端”的开启，社会事业的方方面面都将会取得骄人的成绩。

北京以自己独有的魅力和丰厚的文化积淀向世界诠释了“双奥之城”真正的意蕴。14年前的夏季奥运会——2008年北京奥运会的开幕式，以“天人合一”的中国哲学的思想，用华夏文明和中华文化独有的魅力为世界奉献了一场无与伦比的开幕式。诚如世界各大权威媒体进行的评价：“北京奥运会的开幕式是前无古人的，必将载入奥运的史册，并熠熠生辉。”十四年过后，城还是那座城，场馆还是那些场馆，不同的就是一个在夏季，一个在冬季。尽管“年年岁岁花相似，岁岁年年人不同”，但是亘古的华夏文化的涵养孕育出东方美学独特的意韵没有因为季节的变化而发生改变。

世殊时异，是自然宇宙发展中一个带有普适性的规律。但是，华夏儿女以自己的韧劲和对承诺坚守的敬畏，用行动证明了，任何事情用赤诚与敬畏之思经营，就能够感天动地，就可以获得应有的馈赠。国弱受人欺的时代，我们只能以艳羡的目光瞩目世界性的盛会。当东方睡狮苏醒，并以撼动河山的怒吼屹立东方时，很多不可能变成了可能，无数代人梦寐以求的大事件主角变成了黄皮肤黑头发的中国人。而国人与奥运会的情缘，从没有资格参加，到一个人的参加，从奖牌零的突破到金牌零的突破，中国人用行动向世界证明，别的国家和人民能够做到的事情，中国人同样能够做到，而且有可能比别人做得还要好。当中国从奥运会的参与者变成了主办者，这不仅仅是角色的转变，更是一种荣誉和尊严的获得。当然，荣誉与尊严的获得不是依靠别人的同情与怜悯施舍，而是依靠中国人彰显的自强不息，勇于拼搏精神征服了世界，是以强大的综合国力为坚强的支撑。

“给我一个机会，还你一个奇迹。”2008年奥运会开幕式，我们用博大精深的东方文化向世界证明了“中国人不仅能够办大事，而且尽可能把事情办得趋于完美”。自现代奥林匹克运动会的创始人顾拜旦创立奥运会始，到2008年的北京奥运会，一个划时代的奥运周期画上一个完满的句号。北京奥运会的开幕式是“前无古人”的，至于后面有没有来者，世人翘首期盼。

一座城市集全国之力办载入史册的大事，可能有很多偶然的因素，如果能够续写辉煌，那就是偶然中的必然了。北京继成功举办夏季奥运会，以东方美学诠释了“更快、更高、更强”奥运精神真谛之后，2022年寅虎年以惊艳世界的方式再次向世界展现了中国五千年文明文化所涵养出来的独特的东方美学应有的魅力。不过，在世界百年未遇之大变局和疫情肆虐的国际大背景下，北京冬奥会的开幕式少去了08年奥运会开幕式的热闹、光彩夺目与张扬，而是以内敛、沉稳、平和、舒缓的节奏与方式彰显了本届冬奥会简约、安全、环保的特质。特殊的时期，特定的时代节点，用中国文化特有的方式向世界展示中国人热情包容的精神风貌。同时也用东方美学特有表现形式为“更快、更高、更强、更团结”的新奥运精神注入新的活力。追溯冬季奥运会的历史，有成功、用败笔，有荣耀、有非议，所有的过往在北京冬奥会开幕式的帷幕落下时，都变成了陪衬。毋容置疑，2022年北京冬奥会的开幕式又为冬奥周期画上了一个感叹号，至于接力者能不能延续荣光时刻，时间是最公平的裁判。

也许正是借着冬奥会开幕式给国人带来的好兆头，中国女足踏浪而行，以自己的行动在逆境中绝地反击，为国人带来更大的惊喜。继半决赛中，中国女足2度落后2度扳平，最终通过点球大战以6-5的总比分淘汰日本女足，时隔14年再进决赛之后，北京时间2022年2月6日，中国女足在上半场0:2落后的不利情况下，置之死地而后生，最终以3-2绝杀韩国女足，再度续写逆转奇迹，实现了问鼎亚洲之巅的愿望！这也是中国女足时隔16年后再次问鼎亚洲杯，成唯一一支亚洲杯9冠王球队！回望历史，中国足球，尤其是中国男足始终成为国人诟病的对象。可是，国人对男足哀其不幸的同时，更是怒其不争，因为新年伊始他们用实际行动以0：3的成绩向国人证明了没有输不了的球队，他们同时以自己的行动向国人证明了寄的希望越多，得到的失望越大。在国人对中国足球即将彻底绝望的时候，中国女足以自己的行动在新年伊始为濒临“死亡”的中国足球注入一股活力，让国人受伤的心得到一定的抚慰与疗伤。没有铿锵玫瑰不服输、不气馁，不到最后也不放弃的精神的彰显，国人对中国足球可能真的要放弃了。

回顾中国女足重回亚洲足球之巅一路走来的历程，一波多折、扣人心弦，而最后的绝地反击战更是荡气回肠。小组赛阶段，中国女足顺风顺水，没有受到多大的冲击，2战全胜：4-0击败中国台北队，7-0击败伊朗队，东道主印度队因为疫情原因比赛取消；进入淘汰赛，风云突起、步步惊心：战越南，在先丢一球的被动局面下，连贯三球；战日本，在始终被日本打压的情况下，最后一球的绝杀，把比赛拖入点球大战，最终凭借中国门将的神勇，以6:5的比分把日本淘汰出局；决赛战韩国，以下的关键时间点记录的赛场战况，足见比赛的紧张与“惨烈”——第26分钟，韩国队抢断后快速反击，崔宥莉中路推射破门。（中国0-1韩国）第45分钟，姚凌薇防守时手球送点，韩国队池笑然操刀命中。（中国0-2韩国）第68分钟，韩国队禁区内手球，唐佳丽主罚扳回一城！（中国1-2韩国）第72分钟，张琳艳头槌破门！中国队逆风扳平！（中国2-2韩国）第93分钟，肖裕仪单刀绝杀破门（中国3-2韩国）。就这样，一场亚洲杯，中国女足以打入19球，失5球的辉煌战绩第九次捧得冠军奖杯。经历东京奥运会的失利，国人对中国女足的前景产生强烈的危机感。但是，亚洲杯的夺冠，女足姑娘们再次用行动捍卫了女足的尊严，证明了她们在亚洲足坛不可撼动的霸主地位，印证了“中国女足永远值得相信”的道理。一帆风顺、一路坦途，这样的事情都好办；深处困境，忍辱负重，冲出泥潭，重新崛起，这不仅需要气度与胆识，更需要勇气与韧劲，足协对女足管理的打破常规，女足较量团队在赛场上审时度势、处乱不惊的沉着应变，女足姑娘们在团结协作、众志成城，当这些汇集在一起，凝成一股绳，就有了无坚不摧的穿透力。

不论是冬奥会开幕式的现场，还是亚洲杯决赛的赛场，那抹中国红照耀了世界，映红了寰宇。两场不一样的中国精神和中国文化的展示，让国人在新年伊始感受到喜悦与自豪。此生生华夏，吾辈更荣耀。不过，一切的荣耀与自豪只代表过去。面对未来，在喜迎“二十大”之际，在新冠疫情发展依然充满太多不确定因素的背景下，每个人唯有各司其职，把自己的事情做好，才能在风险出现时表现出指挥若定、气定神闲的从容。冬奥会的健儿们为了职业和国家的荣誉，在赛场上奋力拼搏；国人正以热情和激情等待中国女足姑娘们的凯旋。踔厉奋发，笃行不怠，一起向未来。惟其如此，不论国际风云如何变幻，只要我们把自己的事情办好，什么样的高山，什么样的江河都无法阻挡中华儿女奔向民族复兴的步伐。