



扫码看视频

“非常荣幸获评2024年‘感动湖南’年度十佳人物,感谢大家的认可和肯定,让我更有信心备战接下来的比赛。”2月27日,湖南省射击运动管理中心,常德籍残疾人运动员杨超正在进行恢复性训练。备战全运会等多项赛事的同时,今年他还承担了更多助理教练的工作,帮助新人快速成长,助力湖南残疾人运动射击项目后备力量储备。

■文/图/视频 三湘都市报全媒体记者 杨昱

保持竞技状态,积极备战重大赛事

8时许,湖南省射击运动管理中心变得热闹起来。开训前,拉伸运动必不可少。在杨超的带领下,队员们认真地完成每一个动作。很快,手枪、气步枪等不同射击项目的队员来到射击位上,一旁记录的杨超会时不时矫正射姿,或是亲自做演示指导。

“巴黎残奥会后,教练团队对我的身体做了综合评估,目前以恢复性训练为主,保持好竞技状态,为今年的比赛继续备战。”杨超告诉记者,根据教练组制定的训练计划,前几周的训练以基本功为主,逐渐恢复手臂专项力量,以及对扳机的熟悉度,“接下来几个月,我们会通过模拟比赛,进行针对性训练”。

1979年,杨超出生在湖南省常德市鼎城区蔡家岗的一个普通农村家庭。5岁时因车祸失去左腿,27岁被射击教练选中,迈入射击竞技的大门。杨超以汗水浇灌梦想,多次代表中国队在国际赛事中摘金夺银、打破世界纪录。截至目前,共获得奖牌97枚,其中金牌60枚、银牌28枚、铜牌9枚。

“射击运动员讲究对状态的把控,尤其是射中10环时的状态,那种微妙的感觉需要不断地触及,直至掌控。”杨超表示,2025年有全运会等重要赛事,自己正在加紧备训中,以最佳的运动竞技状态,为湖南争取更多的荣誉。



残运“枪王” 双面人生

杨超多次代表中国队摘金夺银
正备战全运会,还担任了助教



2月27日,杨超(图右)正在指导年轻队员射击。

担任助理教练,为省队培养好“苗子”

作为助理教练,杨超对于年轻队员的成长尤为上心,后辈们有不懂的总会向他讨教,他也非常乐意分享自己的经验。

“早在几年前,教练组就安排我参与助理教练工作,对于年轻运动员的成长,生活上可以多关心,但在训练场上,该严格就得严格。”杨超说,2024年12月20日,他和其他残疾人奥运冠军来到湖南省特教中专,协助教练团队开展省队选拔“苗子”工作,“射击队新入选了一批好苗子,老队员平时都会分享比赛经验,帮助他们尽快成长”。

“每天会制定不同的训练任务,要是有人没完成,也会严格要求加训。具体会根据身体情况安排,比如跑圈,或是举哑铃半小时等。”杨超表示,这种加训也是为了增强年轻队员的身体素质,提升他们对射击的专注度。

“年轻队员正是长身体的时候,我们会在伙食标准上提高一些。”杨超说,他最大的心愿是让年轻运动员们能够通过射击项目找到信心,用获得的荣誉去改变自己的人生,让未来的生活变得精彩。

永州货车司机失联24小时 长沙民警展开生死营救



扫码看视频

来自300公里外的呼救划破寒冬,永州的蒋女士报警求助,称患有高血压、心脏病和脑出血病史的丈夫在送货途中失联24小时求助长沙警方。生命救援迅速展开,10多分钟的生死博弈惊心动魄。2月27日,记者从长沙市公安局望城分局获悉,受助的大货车司机已脱离危险,正在接受治疗。

“求求你们,救救我丈夫!”“收到,我们马上去查看!”2月16日15时,听到电话那头带着哭腔,不断颤抖的声音,望城公安分局白沙洲派出所民警周尚立即启动警车出发寻人,“快,联系医院开通绿色通道”。

蒋女士称,丈夫最后一次打电话给她时表示自己很不舒服,把车停在路边休息,可随后的24小时就彻底断了联系。辅警叶子为不断安抚着电话那头蒋女士的情绪,十几分钟后,周尚和叶子为抵达了蒋女士所述地点,一辆辆车展开排查。终于,在马桥河路与普瑞大道交叉口东南角附近,他们发现了一辆蓝色大货车。

“坚持住啊,兄弟!”车门被强行拉开,眼前的一幕令两人心中一惊,驾驶员躺在车内昏迷不醒。周尚立即上前,一把托住患者后颈,叶子为迅速解开安全带,对其实施救援。

等待救护车的过程中,民警始终守护在旁,保持空气流通,及时将情况反馈给蒋女士。很快,120急救车呼啸而至,民警在医护人员的指导下,小心翼翼地协助将男子抬上救护车。

看着救护车疾驰驶向医院,民警悬着的心才终于落下。将货车锁好后,前往医院了解情况。

2月26日,通过与蒋女士联系,民警得知其丈夫已脱离生命危险,正在医院接受进一步治疗。“谢谢你们的救命之恩,我现在想起来都感到后怕。”蒋女士一再表示感谢。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 项炜
通讯员 谢嗣杰



民警和医护人员对昏迷的货车司机进行救援。执法记录仪画面

消防行动

湖南郴州: 少女寒日投湖,消防员冰水中奋勇救援

近日,湖南省郴州市嘉禾县消防救援大队接到报警,称有一名少女跳湖轻生,急需救援。接警后,嘉禾县消防救援大队立即出动两车十四人,携带橡皮艇赶赴现场。

救援人员到达后发现,少女身着一件单衣,正在离湖岸十米左右的水中奋力挣扎,岸边一名青年男子正焦急地呼喊她的名字。据了解,该女子因感情纠葛一时想不开,才选择跳湖轻生。当日清晨气温接近0℃,湖水冰冷刺骨,长时间浸泡在水中极易导致失温、力竭甚至昏迷。

情况十分危急,消防员迅速携带救生圈,跳入冰水中游向落水女子。经过两分钟的紧张救援,女子被成功救上岸。此时,她浑身颤抖,情绪激动,不愿联系家人。消防员随后将她带回消防站进行安抚,待其情绪稳定后,移交给了110民警。

消防部门提醒:生活中难免会遇到问题、困难和矛盾纠纷,但大家一定要冷静处理,切勿被情绪左右而失去理智。生命只有一次,珍惜生命、善待自己。遇到有人轻生时,如果没有足够的救援能力,请立即报警,切勿贸然接近。

湘西州:未落实消防控制室值班制度物业被罚

近日,湘西嘉诚物业管理服务有限公司管理的凤凰县中央尚都小区因未按照规定落实消防控制室值班制

度,被依法处以罚款人民币叁仟贰佰元整的行政处罚。

此前,湘西土家族苗族自治州凤凰县消防救援大队监督检查人员在开展举报投诉核查时发现,凤凰县中央尚都小区消防控制室上锁,无人员值班。该小区属于高层民用建筑,未按照规定落实消防控制室值班制度,违反了《高层民用建筑消防安全管理规定》第二十六条第一款之规定。经大队研究讨论,根据《高层民用建筑消防安全管理规定》第四十七条第一款第四项和《湖南省消防救援机构行政处罚案件裁量指导意见》第八条第一款第一项、第十五条、第三十五条之规定,决定给予湘西嘉诚物业管理服务有限公司罚款人民币叁仟贰佰元整的行政处罚。

该单位负责人表示将立即整改,认真吸取教训,严格落实消防控制室值班制度,加强对单位的消防安全管理力度。
■通讯员 阙婷