

王楠：放下手机陪孩子一起运动

“妈妈，手机是你的孩子吗？你老是看手机”，大屏幕上，一位小朋友用稚嫩的声音说出了这样的话语，开启了一场关于“放下手机、一起乒乓”的主题活动，这项活动的发起人是辽宁走出的乒乓球名将王楠。

陪孩子时总是看手机

“我承诺，在今后的21天时间里，每天放下手机一小时，陪伴孩子一起运动，共享健康！”10座城市、12个分赛场、500个家庭……在王楠的带领下一同承诺。

12月15日，由乒乓球奥运冠军王楠发起的“十城热练，楠得一见”花样乒乓亲子赛，在全国十座城市的12家乒乓球俱乐部同时进行，辽宁有沈阳、锦州、大连三座城市，主赛场在北京。全国500余个乒乓球家庭在王楠的号召下“相聚”，家长们在周末利用这个难得的机会，放下手机陪孩子们参与活动。

在主赛场，辽宁女乒一线一组主教练韩阳和前国手侯英超各自领衔



王楠和家人一起参与活动。

辽沈晚报、聊沈客户端记者 王冠楠 摄

三组家庭，进行趣味乒乓球赛的较量。王楠作为“首席教练官”，同时兼任场外指导和总裁判。王楠带来了球技不错的儿子，与其他小朋友一起感受这样难得的亲子时光。“儿子已

经暴露我的一些‘恶习’，就是我在陪孩子的时候，总是看手机，希望通过这样的一个活动让家长可以自省，一起深度地陪伴孩子。”说到发起这样一项活动的初衷，王楠坦言还是因为

孩子。

“有了孩子之后，觉得不能只有学习，因为乒乓球是我的特长，所以我创立了‘国球舍’，希望大家可以一起成长，一起分享，几年下来，觉得效果非常好，所以现在扩展到了家庭。”王楠谈道出了创办国球舍的初衷。

放下手机陪孩子做游戏

“大家好，我是此次活动的‘首席教练官’王楠，欢迎爱好乒乓球运动的小朋友、大朋友与我互动。”沈阳站的活动设在商场中，当王楠在大屏幕上和大家打招呼时，立即吸引了很多路过市民驻足观看，一些带着孩子的家长也都跃跃欲试地想要参与其中。

家庭组队对抗、大朋友小朋友挑战赛、精英对抗赛……形式新颖的比赛让孩子和家长在亲子游戏中变得更加亲密，在没有手机打扰的全程陪伴中增进了彼此的了解。

辽宁女乒一线二组主教练赵龙也带着儿子参与这项活动中来，“我的孩子现在5岁，我会经常让他参加

这样的活动，和家人一起游戏对孩子的成长很有帮助，和队友一起配合完成游戏任务可以培养孩子的协作意识及能力。家长放下手机拿出更多的时间陪伴孩子，与孩子共同成长，特别有意义。”赵龙认为，王楠创办国球舍，举办一系列乒乓球公益活动不仅推动乒乓球事业的发展，从中也能发现更多的乒乓球的好苗子，更有意义的是让年轻的父母了解体育对孩子成长的重要性。

在北京主赛场参加完比赛回到沈阳后，7岁的小姑娘贾汐贝就开始监督起了父母。虽然家长每天都会陪她打球，可是她还是希望父母给她多一些陪伴。

王楠向大家介绍说，在参与活动的21天中，号召所有参加的家长能够暂时放下手机，专心高效地陪伴孩子作运动，待孩子满意后在“考卷”上打卡，21天中还要去当地承接活动的俱乐部“返校”打卡，任务完成后将有大礼等待这些注重亲子互动的家庭。

辽沈晚报、聊沈客户端记者 王冠楠

15岁张本智和将是国乒未来十年最大对手

“哪怕再虎狼环伺，哪怕再困难重重，国乒照样能虎口拔牙。”16天前，出任乒协主席的刘国梁在就职宣言中如此说道。

深知东京奥运困难重重的他或许也没有想到，12月16日晚，15岁172天的日本天才少年张本智和就在仁川举行的国际乒联总决赛上给了国乒沉重一击。

在樊振东和梁靖崑先后止步八强后，杀人男单决赛的林高远没能守住男单金牌，他以1比4不敌张本智和。首夺总决赛单打桂冠的张本智和不但终结了国乒的三连冠，也成为总决赛史上最年轻的男单冠军。

考虑到马龙饱受伤病困扰，本次比赛国乒并没有为他报名。不过梁靖崑、刘丁硕、樊振东和许昕先后出局，只有林高远杀入决赛。

对于张本智和，林高远并不陌生，在今年的中国公开赛上，他曾经以4比1战胜对手。

赛前，作为国乒男单的“独苗”，

林高远坦言会做好准备，“备战和对困难准备上，自己要做出最好的方案，尽全力要拿下比赛。”

不过在决赛中，这位23岁的国乒小将却没能兑现自己的愿望。

面对小自己8岁的对手，林高远一上来就连续丢分，很快就以4比11先丢一局。第二局，经过拉锯，他以15比13扳回一分。但随后三局，在张本智和的吼声和凶悍进攻中，林高远始终找不到办法，关键分也屡屡丢失，最终以1比4输掉了决赛。

赛后，现场观战的乒协主席刘国梁拉住了颁奖礼后准备回更衣室的林高远。两人针对比赛的一些细节详谈了几分钟，最后，刘国梁笑着拍了拍林高远的背，安慰了下弟子。

与樊振东并称“双子星”的林高远，被视作马龙、许昕和樊振东之外的“最强第四人”，但他却屡屡在国际大赛的外战中折戟，甚至是队中主力中外战胜率较低的那一位。

关键比赛发挥不稳定一直以来

都是林高远的弱点。此前，国乒教练吴敬平也曾分析过林高远的问题，“首先从气质上讲，林高远偏软，内心的力量不够强大、不狠。全靠技术支撑，一旦占不了上风，缺乏摆脱的能力和力量。其次是根据对手的情况及时调整自己战术能力不够。”

或许这场大赛的失利对于国乒而言并非坏事，林高远需要更多去总结问题，而球队也需要对未来最大的对手张本智和有更针对性的举措。

即便不久前，日本乒乓球杂志《桌球王国》以“中国队指导者复出，最恐怖的男人王者归来”为题，报道了刘国梁的回归，但目前来看，国乒没有理由有一丝松懈。

刘国梁也承认，国乒队过去一年多整体成绩下滑，中日间的实力差距也有明显缩小。

“可以看出，这些国家的后起之秀对我们不处下风，甚至有时候还处于上风，考虑到他们的年龄和冲击力，今后无疑将对我们带来更大的威



12月16日，张本智和在比赛中庆祝得分。

新华社发

胁。更令人震惊的是，国乒队的外战失利场次已超过以往3年的总和。”

如今来看，刘国梁就职演说中的发言并非危言耸听，要想虎口拔牙也需要付出更多。

对于创造历史的张本智和来说，2018年是见证他迅速成长的一年。就像刘国梁说的那样，“未来十年，张本智和都将是国乒最大的对手。”

的确，算上林高远，张本智和今年已经击败过包括樊振东、马龙、张继科在内等4位国乒世界冠军。

对于国乒来说，失利只是他们继续努力的开始，毕竟这支荣誉之师从来不会松懈。用刘国梁的话说，“我们不唯金牌论，但我们誓要为胸前的国旗而战。”

澎湃新闻

分类广告

上门办理：孙玉丽 13998140822

打版电话：024—22289900

郑重提示：本版信息不作为双方交易法律依据，使用本信息，请仔细核对相关证据，一切交易行为自行承担法律责任。

投资理财咨询

退休金工资卡贷款

131-3020-1661

退休金工资卡贷款

当天放 15566222256

信用卡 免费垫还、年底福利

13324115557

信用卡 取现、垫还、0.8点低

13022428032

回收求购

玉米深加工、免费供设备、技术、产品收回，保证利润 18053956846

联系人：孙贺田 电话：18904976543

广大售粮人：

我公司于2015年11月至2018年12月租赁辽宁锦生化科技有限公司（以下简称“该库点”）位于辽宁省营口市义县九道岭镇四方台村的东区7#、东区6#、东区8—1#、东区8—2#、西区7#、西区9#仓库开展2015年度国家临时储备玉米收储业务。因我公司在该库点代为收储的国家临时储备玉米已全部出售完毕，故我公司已于2018年12月09日终止与该库点的相关合作协议。

通 告

自2018年12月2日起，在该库点开展的粮食收购、销售等任何业务均与我公司无关。望广大售粮人知悉。

广大售粮人售粮时，如出现收粮企业对售粮人打白条或其他拖欠粮款的情况，请及时向相关部门举报反映，以免自身利益受损。

举报电话：0411-87610729

特此告知

中纺天津油脂（大连）有限公司

2018年12月17日

沈阳市第四人民医院招聘实验室负责人

年龄60岁以下，硕士研究生以上学历，临床检验、微生物学、生物化学、免疫学等检验相关专业。副高以上职称。有市级三甲医院实验室管理经验。具体事宜面谈。

电话：024-86203666-8052 邮箱：1260977812@qq.com

房屋场地

特价出售房屋

全明户型，精装修，采光好，供暖佳。7室3厅3卫，房证140平，实际280平仅售139万。电话：13988196218 地址：铁西区体育场附近

招聘

门诊护士

高薪招聘

门诊护士 15734077999

公告

寻人启事

张春妹，女，1980年出生，请速与

吴良革联系电话 13002428071

公告

寻人启事

张某成、李某田、陈某昊、吴某峻、杨某倩，债权资产包及陈某债权分别进行公开拍卖。起拍价：13478855606

声明

◆辽宁同方律师事务所已填开的辽

宁增值税普通发票1份，代

码02101800105号码17530088，已盖发

票章，发票联丢失声明作废。

声明

◆辽宁同方律师事务所已填开的辽

宁增值税普通发票1份，代

码02101800105号码17530088，已盖发