



侗乡少年多壮志 体坛逐梦竞风流

——三江体育人才辈出背后的密码

近日，2026年全国蹿泳冠军赛暨世锦赛选拔赛传来捷报，广西三江侗族自治县籍运动员杨洁啖勇夺男子U13—14组50米双蹿和100米双蹿两项冠军。这位来自独峒镇弄底村的少年，跟随父母在百色生活，以出色表现展现了广西水上运动后备人才的潜力。

2025年以来，三江少年运动健将捷报频传：良口乡晒江村的龙宇亨在2025年第31届FIG世界年龄组锦标赛上勇夺蹦床世界冠军；独峒镇具盘村的吴俊辛在2025年全国青少年游泳锦标赛中摘得男子100米蝶泳亚军；独峒镇干冲村牙戈屯的俞助宇在2026年全国U系列举重锦标赛中包揽65公斤级抓举、挺举、总成绩三项冠军。

从蹦床到游泳，从举重到蹿泳，从大山深处到世界赛场，一个山区少数民族自治县，何以在多个体育项目中人才辈出？这背后，藏着怎样的奥秘？

向下扎根：把选才的“网”撒进大山深处

三江地处桂湘黔交界，经济基础相对薄弱。但体育人才的发现，从来不只看资源禀赋，更看制度设计。

2022年，柳州市体育运动学校将“选星计划”首站放在三江，1200余名学生参加选拔，选材先遣队深入古宜镇中心小学、江川小学、斗江镇中心校等学校，科学高效筛选运动苗子。正是这种“把选才的‘网’撒进大山深处”的做法，让许多原本可能被埋没的天赋少年有了被看见的机会。吴俊辛的体育之路便始于县民族实验学校，2017年因运动天赋突出被选入柳州体校，次年入选南宁体工队，从此一步步走向全国赛场。

三江还探索出“摔跤项目进校园、游泳入三江、举重市县共育”等后备人才选拔模式。这意味着，选才不是一次性“抽奖”，而是一张覆盖校园、联结市县、贯通梯次的系统网络，让更多优秀运动员在这张网中被发现、被托举，逐步崭露头角。

向上生长：在奔跑中接续“冠军力量”

光有选才机制还不够。人才要冒得出、长得快，离不开一种“力量”的滋养。

三江“冠军力量”是赛场制胜的法宝。这份力量，镌刻在三世章五次问鼎世界冠军的每一次托举中，闪耀在陆永北京奥运会圆梦的奋力一搏中，绽放在龙宇亨于国际赛场翩然跃起的一瞬间。

作为享誉中外的“举重之乡”，三江曾培育出世锦赛冠军兰世章和奥运冠军陆永。如今，俞助宇连续两年在全国赛事中夺冠，续写着“举重之乡”新篇章。而吴俊辛的蝶泳银牌、龙宇亨的蹦床世界冠军、杨洁啖的蹿泳双冠，证明三江不仅是力量型、团队型体育人才的摇篮，更是技巧型体坛健将成长的沃土。

一种传统一旦形成，就有了自我延续的力量。老冠军的故事激励着少年，少年的成绩又丰富着这份传统，这就是一场没有终点的接力，每一代人都在奔跑，每一棒都传得更远。

向外借力：打通“请进来”与“送出去”的双向通道

山区县培养体育人才，单靠自身力量远远不够。三江的经验是“借船出海”。

龙宇亨的成功，离不开广东的系统培养。吴俊辛的成长路上，有柳州市体校的早期选拔，也有国家队教练叶瑾的系统指导。俞助宇则先后在鹿寨县业余体校和广西体校接受训练，在更高层级的平台上打磨技艺。这种“基层发现—向上输送—专业深造”的链条，把山区少年的天赋送上了更广阔的舞台。

三江还将优质体育资源“请进来”。广东宏远篮球俱乐部将先进青训理念带入三江，大圣足球青训基地落地揭牌，“校BA”联赛机制覆盖全县。从篮球到足球，从体教融合到公益支教，三江正在构建“引进来”与“送出去”良性循环的体育生态系统。

三江并未把这些外部资源当作“速成”工具，而是沉下心来打牢基础。中小学生学习篮球联赛、青少年足球冠军赛、暑期游泳培训班……一场场赛事、一次次培训，构建起中小学体育人才阶梯式培养体系。体育不再是少数特长生的专利，而是侗乡学子全面发展的重要载体。

向远而行：让体育成为乡村振兴的“新引擎”

三江的体育故事，还有更深一层的意味。2026年初，三江首届足球联赛圆满落幕。颁奖仪式上，冠军队伍牵走一头小黄牛，亚军扛回一头土猪，季军至第五名各领一头山羊，最佳射手、最佳门将则收获土鸡、土鸭。这样的画面虽土味十足，却让人心头一暖。体育在这片土地上，从来不是高高在上的精英事业，而是与乡土血脉相连、与百姓生活息息相关的群众活动。

三江之所以能，归根结底是因为体育在这片土地上有着深厚的群众基础。民族传统体育项目丰富，游泳、举重、抢花炮、赛龙舟等项目世代传承。万名跑者汇聚侗乡，将半程马拉松的运动激情与民族文化魅力融为一体。这种全民参与的热度，才是竞技体育人才不断涌现的源头活水。

人才辈出，从来不是偶然。三江的故事告诉我们，一个县域的体育崛起，既要有向下扎根的制度网络，也要有向上生长的精神传承；既要有向外借力的开放胸襟，也要有向内深耕的久久为功。当越来越多的三江少年从大山走向全国、走向世界，他们身上承载的，早已不只是个人梦想，更是民族地区通过体育竞技走向广阔天地的生动见证。期待更多侗乡少年从深山“蹦”出、从江河“游”出、从举重台上“举”起，以拼搏之姿续写三江体育事业新篇章。

本报通讯员 龚普康

篮球铺就共富路 侗乡唱响振兴歌

三江成功跻身2026“生生不息”县BA预赛四大赛区

日报消息（通讯员龚普康）4月13日，2026“生生不息”县（市、区）共同富裕篮球联赛（县BA）新闻发布会暨启动仪式在湖南省桑植县举行。广西三江、湖南桑植、河北黄骅、宁夏原州预赛阶段四大赛区主办方代表共同登台按下启动键，标志着这场覆盖南北、联动东西的县域篮球赛事正式启动。

据了解，预赛阶段为2026年4月至6月，全国总决赛于7月1日至10日在浙江诸暨举行。大赛区设广西三江、湖南桑植、河北黄骅、宁夏原州四个赛区，各赛区将通过小组单循环赛和交叉淘汰赛，决出前两支队伍，连同承办方队伍获得全国总决赛资格。

三江侗族自治县能够成为四大赛区之一，并非偶然。这是一个少数民族自治县以篮球为支点，撬动乡村振兴、促进民族团结的生动实践。篮球运动在基层的蓬勃开展，首先离不开硬件支撑。三江将篮球场建设纳入民生重点项目，持续推进乡村、校园标准化篮球场的新建与改造。如今，乡镇场地实现全覆盖，行政村覆盖率稳步提升，配套的照明、健身设施不断完善。群众健身的“最后一公里”被打通，基层篮球运动有了坚实的物

质根基。可容纳约3000人的三江文体中心篮球馆竣工启用，为三江主办赛事提供了有力保障。这是三江对群众体育需求的真切回应，当村村都有标准篮球场，当夜晚的灯光照亮奔跑的身影，篮球便从电视屏幕走进了百姓生活。

有了场地，更要有赛事。三江构建起全民参与的赛事体系，常态化举办“村BA”“校BA”、职工篮球赛、俱乐部杯篮球联赛等本土赛事，让不同年龄、不同职业的群众都能找到属于自己的赛场。同时联动桂湘黔周边县域，打造民族团结特色篮球赛事，以乡土化、大众化的办赛形式，调动群众

参赛观赛的积极性。“村村有球赛、人人爱运动”，这不再只是一句口号，而是三江乡村的真实写照。篮球运动扎根基层，既锻炼了群众体魄，又丰富了乡村文化生活。

三江推行“体育+民族文化+乡村旅游”模式，将侗族大歌、侗族木构建筑营造技艺、侗族服饰等非遗元素融入赛事，让每场比赛都成为一场沉浸式文化盛宴。赛事期间，同步推介农特产品与旅游资源，推动文体旅互促共进，将赛事流量转化为发展增量。三江还以篮球赛事为纽带，引导群众摒弃陈规陋习，倡导健康生活方式，推动乡风文明建设。球

场上的拼搏与协作，潜移默化地融洽了邻里关系，增进了各民族交往交流交融。篮球，已成为凝聚人心、促进团结的黏合剂。

人才是基层篮球可持续发展的关键。三江深化体教融合，将篮球纳入校园体育教学，培育青少年后备人才；定期开展基层裁判员培训，壮大本土体育骨干队伍；建立政府主导、社会参与的办赛机制，强化赛事组织与安全保障。这套“组合拳”，推动基层篮球走上规范化、长效化的发展轨道。从娃娃抓起，从骨干培养起，让三江的篮球之路走得稳、走得远。

激情抢花炮 欢度“三月三”

——古宜镇第156届花炮节活动见闻

昨日，三江侗族自治县举办“潮起三月三·最炫侗乡情”古宜镇第156届花炮节活动。活动以民俗巡游、非遗展演、抢花炮等丰富形式，倾情演绎最炫民族风，吸引数万游客齐聚侗乡，共同体验这场被誉为“东方橄榄球”的民俗盛宴。

当天上午，由龙狮队、花炮队、芦笙队、六甲大歌队等队伍组成的非遗巡游方阵从中长街出发，经兴宜街、古宜大桥、芙蓉大道、侗乡大道、得江大道，徒步巡游至县民族实验学校教育集团中学部田径场，沿途人潮涌动，游客纷纷驻足拍照。文艺展演环节，龙狮队欢腾献瑞，芦笙队歌舞翩跹，各族群众手牵手跳多耶舞，将现场气氛推向高潮。

抢花炮是当天活动的重头戏，来自该县的20支参赛队同场竞技。比赛现场，炮声震天，选手们如离弦之箭腾跃抢夺，挤、抢、护、拦、传等战术运用一气呵成，场边呐喊声震天。经激烈角逐，良口乡良口村代表队勇夺寓意“国富民强、万事如意”的第一炮，古宜镇城北社区代表队夺得寓意“四季平安、前程似锦”的第二炮，

古宜镇马坪村代表队夺得寓意“福寿安康、财源广进”的第三炮，获奖队伍均获得奖金、花炮、红猪、米酒等奖励。

近年来，三江坚持以文塑旅、以旅彰文，通过“节庆搭台、经济唱戏”，深耕“旅游+”融合模式，持续举办“二月二”侗族大歌节、“三月三”民族传统花炮节、“四月八”敬牛文化艺术节、侗族多耶节、侗年等特色民俗节庆活动，推动文体旅商互融互促，不断提升侗乡文旅品牌影响力和市场竞争力，以节庆经济赋能乡村

全面振兴，为县域经济高质量发展注入源源不断的文化活力和经济动能。

本报通讯员 龚普康 梁秀明 杨晓雷 报道摄影 荣敬



活动现场。

校园欢歌传侗韵 民族团结共相依



4月16日，三江侗族自治县古宜镇江川小学举办第二届“三月三”花炮节。该校全体师生及家长以千人多耶、民俗巡游、抢花炮、百家宴、文艺表演等丰富形式，喜迎广西三月三到来，尽展侗乡多彩风情，力促易地搬迁社区各族群众交往交流交融，铸牢中华民族共同体意识，让民族团结之花在侗乡大地常开长盛。图为千人齐跳多耶舞。

本报通讯员 龚普康 覃方宇 摄



牛王争霸 激烈比拼

4月18日，三江侗族自治县月也侗寨景区举办“三月三”牛王争霸赛，来自广西、贵州等地的8头“牛王”同场角力，激烈比拼，让观众沉浸式感受侗乡传统竞技的独特魅力。

本报通讯员 龚普康 摄



民族体育 尽显活力

4月16日，三江侗族自治县三江中学举办第十二届少数民族传统体育运动会。该校全体高二学生齐聚新校区，以民族健身操、竹竿舞、抢花炮、高竿绣球、背篓绣球等特色竞技项目，尽展侗乡学子青春活力，喜迎广西三月三到来。

本报通讯员 龚普康 李媛 摄