

□本版撰稿 本报记者 张宇豪

场地改善 兴致高昂 省田径队冬训“暖意融融”

一边是挥汗如雨的长跑耐力考验,一边是杠铃翻飞的力量训练;这边有用力打着节拍的教练,那边有时刻关注运动员身体状况的队医……近日,位于浙江体育职业技术学院的室内、室外田径场,百余名运动员用高昂的斗志迎接着一日日的冬训,而在他们身后,领队教练、科医人员、后勤人员等都无时无刻地用自己的方式做好保障工作。因为大家明白,这个冬天既寻常又特殊,寻常的是和以往一样的基础训练,特殊的是里约奥运近在咫尺,明年的全运会也迫在眉睫。

今年,学院将室内田径场的供暖方式从煤气改造成天然气,这不但节省了资源,还让暖气的供应时间更长并可调控。有了这样舒适的场地条件,整个田径队的冬训基本都安排在室内进行,这有利于防止伤病而且更容易让运动员们作热身,尽早进入状态。

温暖的训练环境似乎能感染到人与人之间。训练场上,每支队伍的氣氛都无比

融洽。老队员帮着教练提醒新队员,队员和教练之间也少了距离多了亲密,看上去辛苦的训练都因为这温暖的气氛变得乐趣丛生。融洽的氛围也让运动员们多了很多拼劲,新进队的年轻队员有着“初生牛犊不怕虎”的劲头,一定要咬牙达到教练和自己定下的目标。而老将们在摆脱困扰已久的伤病后,终于可以再次为理想而努力。对其中很多人来说,明年可能是他们参加的最后一届全运会,必定全力以赴。

省田径队领队张彩华很欣赏积极向上的气氛,她表示各队的训练劲头和进步势头都值得称道,尤其是新老交替方面进行得很好。其中,女子撑杆跳高依旧保持全国领先的状态,而男女铁饼的优势也较为明显,标枪、女子七项全能等方面都有新的苗子涌现出来。她还透露,目前谢震业、李玲、翁春霞等人跟随国家队训练备战,谢震业按计划将在美国训练至3月末,而李玲和翁春霞则在北体大进行系统训练,翁春霞还将在3月份奔赴葡萄牙进



行备战。

省田径运动项目管理中心主任朱乐丹表示,全队将抓好训练管理和服务保障工

作,并做好重点项目、重点运动员的沟通联系工作。同时也不能忽视队员的文化思想政治教育和反兴奋剂工作。

探 言

他们是运动员最信赖的依靠 ——记默默奉献的医务人员

□本报记者 张宇豪

每当走进位于浙江体育职业技术学院(以下简称学院)行政楼的体育医院,看到透明玻璃后坐着穿白大褂的医师,心中总会产生一些疑惑,他们每天做些什么,这里又和普通医院的医生有什么区别?

由于运动员高强度训练的特殊性,这些医师需要全天候待命接诊受伤病困扰的运动员,为运动队提供及时便利的医疗服务。实际上,我们经常看到的只是门诊医师,他们仅仅是学院医务工作的一个缩影,还有“白衣天使”护士、跟队医师、康复理疗医师,甚至还有时刻保障重点运动员健康的1对1医师,他们都在运动员的身后默默守候。

“这里的医患关系好着呢!”

作为一线工作者,金医师从1992年毕业后便来到学院负责医务工作,至今已经二十多个年头,经验颇丰。多年来,她治疗过不计其数的运动员,也见证着一个个从懵懂年少到为国家、为浙江摘金夺银的优秀健儿。谈及当初来到学院的决定,金医师笑得很灿烂:“这是一个明智的决定!”她坦言一来就喜欢上了这个充满朝气和活力的地方。

“和普通的医院不同,这儿到处都是青春朝气的面孔,运动员们单纯、活泼,给我的工作带来很多快乐。”二十多年间,这种幸福感越来越强烈,“现在,外面的医患关系紧张,而我们这里都是欢声笑语,和运动员亲切、友好地交流,医患关系好着呢!”金医师打趣说。

同金医师一样,作为省重竞技运动管理中心的随队医师,蒋医师也对这里充满感情。她经常去几个队伍里转悠,观察孩子们的训练情况,并叮嘱他们多加注意,以防受伤。实际上,像金医师、蒋医师这样的医师有很多,他们对学院的一草一木都充满热爱,让每个来到医务室的运动员感到满满的温暖。

“挺着大肚子,给大家添麻烦了。”

最近,门诊室的几位医师经常帮着蒋医师分担一些工作,她显得很不好意思。原来,蒋医师已有身孕,却依旧割舍不下学院的孩子们,“带着宝宝”每日按时上下班。虽然学院已经不安排随队出差的任务,但她依旧愿意坐诊并经常去运动队转转:“遇到这么多热心的同事,挺着大肚子,给大家添麻烦了!”

家住三墩的褚医师为了按时到岗方便运动员及时就医,她几年如一日,早晨6点多就出门。对此,她并没有叫苦叫累,只是轻描淡写地说:“这是我应该做的。”

“有些运动员太小,应该听教练安排”

蒋医师做了一个统计,她负责的运动损伤科,每天大概会接诊两名运动员,而前来复诊老伤和开药的也有不少。当然,他们最不愿意看到运动员前来就诊,而影响训练和比赛。因此,他们想通过多年的从医经验给运动员支支招。

对于多出现在重竞技各队伍运动员中的扭伤、骨折等问题,蒋医师认为如果说在训练中发生的意外难以避免,那么运动员应该充分热身,在训练比赛时注意保护好自己,尤其对老伤要有清楚的认知,并做好防护措施。

从内科的角度,金医师和褚医师建议运动员们应该认真仔细地听从教练的安排,可以很大程度地避免伤病。此外,由于很多运动员年纪较小,不太懂如何尽量避免生病。“比如经常训练后不及时更换湿漉漉的运动服,或是快速饮用冰水,这些都是不健康、不提倡的。”

是为了培养后备力量,增强竞争力。

据悉,目前试训队员主要进行专项技能、力量以及体能训练。队员小诸表示,虽然在寒冷的冬天进行室外训练非常不容易,而且时冷时热的身体状态很容易感冒,但为了个人理想,必须放手一搏。

我在现场

本报驻浙江体育职业技术学院记者专栏



向医务人员致敬

“能坚守下来的,一定是对学院、对运动员有感情的。”采访浙江体育职业技术学院医务人员时,他们说的最多的,最发自肺腑的就是这句话。和普通医院的医生相比,这里的医务人员面临的挑战和考验要更多。有些跟队医师由于所在队伍需要经常性外训,因此和亲人少了团聚的时间,出差成了家常便饭。而有些医师家住较远需要早出晚归、怀有身孕却依旧坚持默默奉献……可以说,每一位医师都有一段关于奉献的故事。

他们不追求安逸,怀揣着感情与运动员相处。这些在学院有着几年、甚至十几年工作经验的医师们,一提到运动员便都能带着笑意打开了话匣子。谁又夺冠了、谁失误受伤了、达人秀中谁的节目最精彩……这些是他们平时最爱讨论的话题;孩子太小不懂得照顾自己、夏天一训练完就不自觉的喝冰水、训练强度不听从教练安排……这些则是对运动员的担心。

对待学院,他们像对待家庭般奉献;对待运动员,他们则像对待家人般用心。虽然这里不存在奋战几个小时抢救重症病患“胜造七级浮屠”的感人事迹,但到处可见医务工作者无私付出的身影。他们是运动员在赛场上披荆斩棘身后的一道重要保障,向他们致敬!

9名队员试训省小轮车队

本报讯 2016全国小轮车BMX锦标赛将在成都举行,目前,全国多支队伍集结蓉城展开冬训,其中包括浙江队主力队员。而位于长兴的浙江省射击射箭自行车运动管理中心,也来了9名试训小队员,他们在教练和一名老队员的指导下进行

训练,从中脱颖而出的选手将有机会加入省队大家庭。

去年,长兴举办了三站全国小轮车冠军赛,浙江队在全年的比赛中取得了不错的成绩。虽然开展这项新兴运动时间较晚,但进步非常明显。此番选拔新队员,