

唯有更努力,才能更自信 徐嘉余期待里约展现真正的实力

□本报记者 汤怡虹

俊朗的五官,羞涩的笑容,面对记者采访总是腼腆得不知所措,但在私底下,却像个邻家弟弟一般调皮。徐嘉余,2014年仁川亚运会与宁泽涛、李朱濠、李响携手登上男子4×100米混合接力的冠军领奖台,被粉丝们誉为中国泳坛的F4,两年过去,这个人前依然有些稚嫩的孩子已蜕变为中国仰泳之王。

在国家体育总局训练局游泳馆,每一条泳道,汗水与水花交织着。要想在水中找出某一位队员并非易事,徐嘉余是个例外。那顶抢眼的黄色泳帽早已成了他的标志,从2013年在全国游泳冠军赛上初出茅庐,黄色泳帽就一直陪伴着他的成长。经历了澳洲艰苦的外训,他的肌肤越加黝黑,身体越加精壮。这一次集训让他收获颇丰,言语中是对里约的憧憬。“因为自己对自己有要求,所以每枪都要全力以赴。”

四月的里约奥运选拔赛上,他把自己保持两年之久的200米仰泳全国纪录提升至1分54秒79,但他却不满足:“只涨了那

一点,而且已经时隔两年了才涨的成绩,所以说肯定会觉得自己不够。”

5月的墨尔本,已经进入了初冬季节,徐嘉余与队友们去那里为里约奥运会开始赛前冲刺训练。“那边特别冷,每天需要在冬天的室外脱衣服下水,经历两三次的折磨。”同时外教布朗也一直以高强度著称,“他的训练课没有调整,只有恢复,堂堂都是高强度。我这两个月就是这么坚持下来的。”

徐嘉余坦言自己比赛时容易心态不好,唯有平时比别人更加努力:“一定要拼命训练,我一定得练得比别人辛苦,就是要一直练让自己心里有个底,我可以游到这个成绩,我能发挥出来,比赛就不会太紧张。”在布朗的调教下,徐嘉余表示自己在核心力量和绝对速度上有了量化的加强。

里约奥运会,徐嘉余将参加100米仰泳、200米仰泳和4×100混合泳接力。其中徐嘉余最看重的是100仰,他希望能够用奥运会的大舞台检验一下训练的成色,



“密集的参赛节奏,自己每一枪都不敢放。”

这也是徐嘉余第二次的奥运会之

旅,相比起伦敦的走走看看,这次他有了明确的目标,“希望展现出自己最佳的实力。”

学院儿童日托班为教职工解除烦恼

□见习记者 易晔

夏日炎炎,浙江体育职业技术学院阅览室里充满了童声笑语,日托班的小朋友们,正在老师的指导下,共画一个同心圆献给妈妈。孩子稚嫩的脸庞洋溢着笑容,挥舞五色的画笔,绘出了一个五彩缤纷的世界。

原来,学院教职工的孩子们正在和老师学习儿童画,无拘无束的画笔触发出无限灵感,让老师和家长都不由惊叹。画完了画,小朋友还要在老师的带领下做手工。……日托班的日程安排相当丰富,早晨,小朋友在老师的指导下做作业,休息一会后玩玩具;下午活动更加丰富多彩,小朋友可以玩游戏、画儿童画、做手工、参

观训练或者安排观看影视频。

学院党委工作处副处长黄伟国介绍,学院双职工比较多,一到暑假小孩没人带,成了不少教职工的苦恼。为了解决这些教职工的后顾之忧,更好地全身心投入到工作中去。学院党委工作处(工会)从去年开始特地开办了一个儿童日托班,服务对象就是这些教职工的子女,一般年龄在幼儿园到小学之间。

学院为办好日托班动足了脑筋,首先调动精兵强将,细心筛选出日托班管理人员,并专门从附属体校聘请文化课的老师来辅导作业,还请来了附属体育医院的护士全方位照顾小朋友日常生活。

除此之外,学院综合管理处还做起了小朋友的“后勤保障队长”,在课间休息时间,给小朋友买点心、送上酸奶和各色水果,小朋友还可以享受自助餐的优惠,点点面面都考虑周全,做到万无一失。

据了解,学院接下来还考虑“寓教于乐”相结合,参考中考体育加分项目,安排一些体育特色课程,比如让孩子们跳跳绳。黄伟国介绍说:“学院儿童日托班去年就开始办了,去年有20多人报名。学院很用心,效果也不错,学院的教职工都很放心把孩子托付给我们,今年报名比去年增加了近一倍之多。”

宁波小将全国比赛夺得81公斤级冠军

本报讯 2016年“华鼎杯”全国青年男子拳击锦标赛日前在宁海中学体育馆落幕,决出了10个级别的冠军。来自宁波的郑宇聪在81公斤级比赛中轻松击败了来自辽宁的蒋强,夺得冠军。

郑宇聪1998年出生于鄞州,2010年被选进宁波第二少体校。启蒙教练孟冬介绍,他当初去学校选苗子时一眼就相中了郑宇聪,后来郑宇聪试训了一个月,表现得积极,他的父母也很配合,因此成绩提高很快。

“跟我练了五年,去省队之前一次都没输过。”对于这名弟子,孟冬很看好,“明年的全运会他有能力去冲击。作为教练我会给他帮助,希望他能成为宁波争光。”郑宇聪2014年进入省队,并在当年夺得全国少年拳击赛75公斤级冠军。

浙江省队教练陈梅生坦言,郑宇聪很

有潜力,各方面条件都不错,在基层训练时基础打得很好,他身高臂长,适合远距离打法,这样对手很难碰到他。

虽然以大比分获胜,但郑宇聪对比赛

过程并不满意,他认为自己没有发挥出真实水平。“回去还要努力。步伐、身体力量和对抗性方面还有不足。”郑宇聪说。

(通讯员 姬联锋 郑莹)



本报讯 日前,浙江体育职业技术学院举办“两学一做”学习教育专题报告会——“系主任论坛”。学院党委书记刘军主持报告会并作了点评和要求,强调育人和训练备战是学院中心工作,系主任身处育人的第一线,是带兵打仗的人,理应成为懂育人、懂训练、懂管理的行家里手,体现“敬业、实干、创新”的素质,具有“激情、冷静、真情”的气质。

在报告会上,各竞技体育系系主任围绕切实抓好“1617”备战,着力提高项目的核心竞争力,结合工作实际,分别谈了对项目规律、制胜规律的认识,对项目发展的规划思考,以及队伍管理、梯队建设等方面的新思路、好做法。

听取各位系主任的演讲后,院领导和各部门负责人交流了体会和感受。刘军指出,各位系主任的演讲立意高、站得实,既是个人的真情实感,也是班子的集体智慧,报告会达到了预期的效果。

他要求,系主任要干好当下,着眼长远,正确处理好传承与创新的关系;要承受身体皮肉之苦,更要承受头脑思考之苦,切实发挥好规划布局、管理队伍和落实计划的职能;要主动出击,善于作为,围绕育人和备战真抓实干;要深入一线,与运动员、教练员打成一片,带动一班人发挥团队作用干好工作;要严格管理,还要善于做思想工作,疏堵结合,以情待人,切实有效地解决好各类问题。

(通讯员 曹祖泉)

学院举办『系主任论坛』研讨项目管理和发展工作