

李广源：顽皮冠军渐长成

□本报记者 毛锦怡



“

6岁时,水感、柔韧性和身体素质都十分优秀的李广源被启蒙教练陈建德选中,从此顽皮小子与游泳结下不解之缘。13年来,因为喜欢,他从不抱怨辛苦,默默地在泳池里提高自己、突破自我。第十四届省运会、第十二届全运会、南京青奥会、仁川亚运会……他总是一鸣惊人。屡次收获情理之中的好成绩的同时,更给大家带来意想不到的突破。8月,他即将奔赴里约,这是他首次踏上奥运舞台,期待他的表现……

”

奥运之星 11

李广源

生日:1997年2月27日
项目:游泳

荣誉

2010年在第十四届省运会获得三金;2013年在第十二届全运会获得一金;2014年南京青奥会摘得三金一铜,其中200米仰泳成绩打破了世界青年纪录;同年10月,全国游泳锦标赛男子200米仰泳决赛亚军;2015年俄罗斯喀山世界游泳锦标赛200米仰泳比赛中,他游出了1分56秒79的成绩,再一次打破世界青年纪录。2015年1月,国家体育总局拟授予李广源“国际级运动健将”称号。

A 妈妈的初衷很简单 希望儿子学会一项自救的技能

台上一分钟,台下十年功,竞技舞台亦如此。然而李广源一路走来却异常顺风顺水。“游泳像是他与他生俱来的天赋,但他不自负,也从不抱怨辛苦,勤勤恳恳,不断提高自己。”6月初,记者来到李广源的老家黄岩探访李妈妈王晨红时,她如此评价儿子的表现。的确,并非李妈妈骄傲,而是自从李广源踏上泳坛之路后,基本上就没让她操心过。

回忆起儿子结缘游泳,王晨红笑言冥冥之中都是缘分。“小时候在家洗头,都要用毛巾捂着眼睛,一碰到水就哇哇直叫,一到游泳队,便喜欢上了。当时

黄岩少体校陈建德教练说他是块学游泳的料,我和他爸爸还不以为然,所以也从没给过他压力。当初同意儿子学游泳,也只是希望他能学到一项自救的技能。”王晨红说。

李广源从零基础开始接触游泳,初学的时候难免有些辛苦。王晨红说:“每天放学后,抓紧做作业,吃晚饭,6点30分就要到黄岩体育馆训练,一直到9点30分。回到家洗漱完基本上11点才能睡。上小学后,有时候作业较多,训练完还要熬夜把作业做完。”

当时年仅6周岁的李广源本可以和

同龄孩子一样,在父母庇护下,嬉笑地享受自己快乐的童年,但他却义无反顾地扎进了泳池,可见他真心享受在水里畅游的感觉。

“这么多年,只有一次,儿子说太累不想练了。”王晨红记得很清楚,2006年秋季的一天,下午放学回家的李广源对她说:“我不想练了,实在太辛苦了。”

“如果实在辛苦,我们就不练了,但我觉得每个人都应该有一技之长。”王晨红通情达理地把选择权交给儿子。就在当天晚上,经过和陈教练的一番畅谈后,李广源毅然选择游下去。

C 顽皮小子渐成长 性格更独立心思更细腻

交谈中,王晨红和陈建德谈论最多的是李广源的脚踏实地和刻苦勤奋,当然,这小子的顽皮也是出了名的,回忆起李广源的囧事,两人忍俊不禁。

“2008年10月,台州市第三届运动会游泳赛事结束后,台州市本级有位记者要采访李广源,当时还被我拽在身边的孩子,一转眼就溜了,后来三四个人一起找。终于,在游泳馆的角落里发现他和一群小男孩玩得正欢。”陈建德笑着回忆道。

到省队训练后,李广源的顽皮丝毫不收敛。“有一次,竟然把省队新大楼的电梯按钮踢坏了,够不着,还爬到同伴的肩膀上‘作案’,当时我和他妈妈被叫到杭州写了检讨。”陈建德说。

王晨红也吐槽了儿子的一件囧事。“参加青奥会前,省队教练曾对他说,拿了冠军,就送他一台iPad。回到北京集训后,他还打电话问我‘教练什么时候会兑现’……”

往事历历在目,当初懵懂顽皮、可爱的小家伙也已长大。“今年儿子19周岁了,长大了心思不一样,最大的改变就是生活更独立,也更善于表达自己的情感。”今年母亲节,人在澳洲的李广源也不忘从遥远的异国他乡给母亲网上订购鲜花送上祝福。

对于儿子的改变,王晨红一一记录下来并开心地在微信上晒幸福——5月8日王晨红的微信动态发布:“澳洲的你还有想到家,感谢有你,帅锅”,并附上了儿子送的鲜花和卡片的照片。

谈及澳洲的集训,王晨红坦言,这段时间应该是儿子最辛苦的阶段,当前墨尔本已是初冬,而训练都是在室外进行,一个月不到的时间,李广源已减重5公斤多。但王晨红觉得男子汉就应该要经得起不同程度的修炼,好比香料,捣得越碎,磨得越细,才会香得越浓烈。

对于李广源这次的奥运大赛,王晨红莞尔一笑:“没有要求,尽力就好,当然,我们也期待儿子的再次突破。”里约奥运会在即,夫妻俩的里约之行也已在计划之中,一直以来,他们都是儿子忠实的粉丝、坚强的后盾。

B 教练眼中的爱徒 勤奋刻苦是支潜力股

对于游泳,李广源从不怠慢,踏实、勤奋苦练,这让他的启蒙教练陈建德很是欣慰。“这孩子有股不服输的劲,是一支潜力股。”陈建德曾多次对李广源的未来有过大胆的预言。

2008年台州市运会上,李广源在比赛中表现抢眼,拿到了两个项目的冠军,还在50米仰泳比赛中打破省青少年纪录。当时陈建德就“大言不惭”地预测了爱徒的未来:“三四年后,全国冠军、亚洲冠军离他不远。”2010年省运会上,李广源收获三金。陈建德再次“口出狂言”:“李广源肯定能冲出中国,走向世界。”果不其然,2014年8月,南京青奥会上,李广源表现优异,参加6个项目,摘得三金一铜,其中200米仰泳成绩打破了世界青年纪录。

看到自己的爱徒不断突破,陈建德不禁为自己当时的精准眼光得意。至今,2004年到黄岩中心幼儿园挑选运动苗子的场景历历在目。

“当时挑选时,要求小朋友全部起立,我说‘喜欢游泳的请举手’,李广源的手举得高高的,大大的眼睛,白皙的皮肤,长得可爱又帅气,而且他的身高还比同龄小朋友高一些,所以一进教室就注意到他。”陈建德说,当时,选了两三百名小朋友,经过一周训练后,留下100多人进入



第二轮训练。经过层层选拔,最终选中了30人。

一下水,陈建德就发现李广源无论是水感、柔韧性,还是身体素质都非常棒。经过几个星期的观察,陈建德认定李广源是个好苗子。“这个孩子特别能吃苦,训练结束后,他都会主动要求加练一个小时,而且从不抱怨辛苦。”

“不仅如此,李广源身上有股韧劲,求上进。”有一个场景,陈建德忘不了。2007年3月,黄岩少体校计划把李广源送到省

队参加集训,后来考虑到他是集训队员中年龄最小的,另外他还有点顽皮,担心生活不能自理,训练成绩不一定能提高,便打算过段时间再送过去。李广源得知不让他去的那个晚上,竟和陈教练“干”了起来,在沙发上又蹦又跳,闹了两个多小时。平时李广源从不敢和教练对着干,可是这次他坚决表示抗议,非要教练同意他去省队参加集训。而面对爱徒的执着,向来强硬的陈建德妥协了,“他求上进,我不能打消他的积极性。”