体坛报

看懂体育浙江 喜爱体育运动

2017年2月21 星期二 农历丁酉年正月廿五

新闻热线:0571-85067855 投稿信箱:ttb0571@163.com

后援·主管主办:浙江省体育局 浙江省体育总会 国内统一刊号CN33-0088 邮局代投代号:31-641 (新)第3349号 编辑/版式:郦琪琛 今日正报八版

一句话看明白

●国家体育总局局长**苟仲文**日前在京会见了**法国城市、青年和体育部长卡内尔一行**,双方就两国体育交流与合作的相关议题交换了意见。

●WTA超五顶级巡回赛迪拜赛开拍,**中国金花张帅、郑赛赛、张恺琳、朱琳都被分在上半区**,其中郑赛赛已闯过首轮,次轮对阵7号种子斯维托丽娜。

●为了让国际田联和奥委会解除禁令,俄罗斯方面有了**最新进展**,俄罗斯副总理穆特科日前宣布,**解雇几十位涉药的田径教练**。

●近日从大连足坛传出消息,大连一方俱乐部正在与曾在皇马、巴萨、国米、切尔西4大欧洲顶级豪门效力过的**埃托奥**进行接洽,"猎豹"有望登陆中甲。

●国家队主教练里皮日前前往北京会见中国足协主席蔡振华,他表示**将全力率队打好与韩国、伊朗队的比赛**。

不是处方药,胜似处方药

运动,帮高墙内的这个特殊群体"重生"

□本报记者 毛锦怡 沈梦雪

禁毒、戒毒,体育的力量不容忽视。今年是浙江"科学戒毒行动年",为此,省戒毒管理局戒毒科学专家咨询委员会提出了相关要求,作为委员会的成员之一——浙江体育科学研究所全民健身研究中心主任安平也收到了任务安排——编制戒毒人员处方操以及研发浙江戒毒《体能康复标准》。

这并非浙江体科所与省戒毒局第一次合作。2015年,安平受邀成为省戒毒管理局戒毒科学专家咨询委员会成员,随后,浙江体科所相关科研人员充分发挥专业优势,为强制隔离戒毒人员的体质评价、科学健身和身心康复工作献计出力。

事实证明,体育元素的介入让戒毒者充满正能量,加快了戒毒的效率。浙江省戒毒管理局分管负责该项工作的小石(化名)告诉记者,2015年,省戒毒局和浙江体科所正式合作,随后省内多家戒毒所将国民体质监测体系评价标准作为戒毒过程中的重要参考标准。这意味着来强制戒毒的人员需要先参加体质测试,在经过一段时间的康复训练之后再进行体测,当戒毒人员脱毒之后还需要进行体测,各种指标达到标准之后才能离开戒毒所。

经过两年的探索研究,省戒毒管理局与浙江体科所制定的戒毒康复操初见成效,浙江体科所依据戒毒人员的吸毒时间、体质差异,设定具有针对性的训练项目。"在体科所的帮助下,戒毒民警更有针对性的对戒毒人员进行康复训练和治疗,这既提高了戒毒效率,也让民警在提升自身水平上有了方向。"小石介绍道。

去年6月26日,浙江体科所还与浙江省拱宸强制隔离戒毒所签订了体育科研合作协议,设立"浙江省国民体质监测与健身指导站"和"浙江省国民体质与健身技术重点实验室男性戒毒人员研究室"。研究室成立后体科所的科研人员会定期带上设备前往戒毒所为戒毒人员进行样本的采集,并进行体质的评估,从而开展运动干预及康复体疗方法促进戒毒人员身心健康水平提升的实证研究,助推戒毒人员体能康复训练专业化和科学化。安平说:"运动可以促进人体分泌多巴胺,事实证明戒毒人员在参加体育锻炼后,心情更愉悦,同时锻炼也加快他们的机体代谢并刺激神经系统,就连精神科专家也很认同这种非药物方式改善戒毒人员的精神健康。"

浙江体科所还在全省戒毒系统设立10个特殊人群体质监测与健身指导站,其中还在省莫干山女子强制隔离戒毒所设立"浙江省国民体质与健身技术重点实验室女性戒毒人员研究室",以体育特有的方式帮助戒毒人员走出阴霾。

值得一提的是将运动康复技术运用到戒治工作中,成为浙江"四四五"戒毒模式的亮点技术,也大大提高了戒毒效率。

据了解,接下来,安平除了与其他专家委员合作研发《体能康复标准》、《生理脱毒标准》等浙江戒毒地方标准之外,还将在体科所相关技术人员配合下,根据戒毒人员体质测试后所产生的运动处方,结合力量、耐力、柔韧性、平衡性、协调性、速度和灵敏性7方面的要求,编制7组有针对性的康复性训练操。戒毒所可以根据戒毒人员实际,在日常训练中对这7组康复训练操进行不同组合的训练方式。

谢震业冬训期增力量加速度

本月底回国,5月亮相上海钻石联赛

□本报记者 郦琪琛

本报讯 浙江飞人谢震业即将回国了!昨日,记者从谢震业带训教练陶建荣处了解到,谢震业将于26日回国,在杭州调整几天之后,他将奔赴深圳再次和中国田径队汇合,以备战在4月中旬举行的巴拿马国际锦标赛。

从去年11月份开始,谢震业跟随中国田径队先后在北京、美国两地集训。在长达4个月的时间里,谢震业在体能、力量、速度等多个方面进行了加强。记者了解到,谢震业这个系列的冬训主要分为三个方面——第一个阶段主要以基础训练为主;第二阶段的训练侧重点则是技术上的改进,并加强专项能力的训练;第三个阶段则主要以赛代练。

到目前为止,三个阶段的训练已经基本结束。从此前结束的国际田联室内巡回赛波士顿站和第110届米尔罗斯室内田径赛上的成绩来看,达到了预期效果。"最主要的体现就是力量和速度都增强了。"陶建荣对于谢震业目前的状态还是比较满意,"在美国,我们制定了针对性的训练计划,同时通过技术摄像分析,再次完善他的起跑技术。"此外,记者还了解到,谢震业今年的专项将依然是以200米为主,并在100米项目上寻求突破。

回国之后,谢震业的行程依旧被安排得很满——训练、比赛是主旋律。在巴拿马,他将和中国短跑队迎来今年的接力首秀,而他在国内参加的第一场赛事很有可能是5月举行的上海钻石联赛。届时,才是真正展现他这个冬天训练成果的时候。

中国军团首金诞生

昨日,2017年札幌亚冬会越野滑雪女子1.4公里个人短距离项目,中国选手满丹丹夺冠,这是中国代表团在本届亚冬会上获得的首枚金牌。

CFP供图

台州广场舞爱好者有了"家" 2版

日前,台州市广场舞(排舞)协会成立大会召开。协会的成立,标志着台州市的广场舞活动步入了规范发展、蓬勃发展的新阶段从此这一庞大的广场舞阵容有了自己的"家"。

清汤寡水全明星 竟靠"三旬老汉"带节奏 4版

新奥尔良全明星赛就在两边从头到尾的刷分中结束,西部举全队之力成全东道主安东尼·戴维斯,后者如愿成为全明星赛MVP。

宁波鸣响 2017年体育发展"集结号" 地方特刊

今年,宁波体育将深化落实竞技体育、群众体育工作的稳步提升,继续将经典品牌赛事做大做强,凝心聚力,改革创新,奋力开创宁波体育工作新局面。