



6月下旬,一条北京时间凌晨的消息,让国人为之额手相庆:谢震业在百米大战跑出9秒97,这是黄种人最快的速度!这位年轻的田径高手,正是从绍兴体校走出的。这所地级城市的体校,诞生谢震业并非偶然。校长叶家琦自豪地介绍,“我们早就实现了所有大赛金牌的‘大满贯’”——

除了谢震业,还包括皮划艇两届奥运冠军孟关良、赛艇世界冠军徐东香等,这所体校的荣誉榜不断更新数据。截至目前,共培养、输送奥运冠军2人次,世界冠军8人次,亚运会冠军6人次,全运会冠军17人次。

2017年,十三届全运会上达到巅峰:23人出征,夺得金牌10枚。如果与省(市、自治区)排名,绍兴市体校的金牌数都可跻身前15名。绍兴市政府由此为其请功:给予记集体三等功一次。

深耕细作,绍兴体校“亩均论英雄”!

本报记者 黄 维 崔义刚 余敏刚 毛佳琦



▲学生在绍兴奥体中心射击馆训练



◀跆拳道训练

►举重训练

▼谢震业回母校和校友互动



22亩“贫瘠”的土地,何以获得“高产”?

绍兴体校,几乎与改革开放相伴相生。创办于1979年的绍兴市体校,今年恰好是其第40个年头。开展田径、游泳、射击、排球,以及重竞技等8个大项,总共三百来人,只有18名教练。

走进这所偏居绍兴城南一隅的体校,眼前是与记者想象大相径庭的场景。即便与普通的乡镇学校相比,也只能算是“标配”。算上角角落落,占地不过22亩。一幢教学楼、一幢行政

楼、一幢学生宿舍楼,以及两幢训练楼,还有就是简陋的餐厅。就连学校大门也毫不起眼。没错,这所学校居然没有独立拥有的田径训练场!

记者了解到:田径专项训练,依托于隔壁的绍兴市体育中心体育场;游泳训练,则是在绍兴市体育中心游泳馆留了4条泳道;射击训练条件好一些,借力的是绍兴奥体中心射击馆,只是两地相距半个小时车程,每天不得不车接车送。

“亩均论英雄”,22亩“贫瘠”的土地,何以获得“高产”?

如果把体校比作一块农田,高产的前提必须要有良种、老农,必须要精耕细作,春种夏耘才有秋收。“体校姓体,突出体育特色,选好苗、打好基、送得上,要有好教练、好苗子;体校归根结底也是一所学校,文化教育要抓得紧、抓得好,要有好教师、好管理团队。”绍兴市体育局局长吴海明一语中的。

谢震业是个“学霸”? 归功从小打下的学习能力

谢震业作为最著名的“中国飞人”之一,不仅竞技成绩了得,他还是个“学霸”。美国训练、出国比赛,英语交流很溜。两年前,他在浙江大学以优异的成绩本科毕业,现在正在攻读硕士研究生。作为学霸的谢震业,归功于从小打下的学习能力。

“如果不重视文化教育,不算是一所体校,而只是体工大队。”毕业于北京体育大学体育教育专业的叶家琦,对如何一手抓训练参赛,一手抓文化教育,有着清晰认识。他说,要对体校学生的一辈子负责,就是要在“两手抓”上下功夫。

目前,绍兴体校小学阶段的运动员,就近在阳明小学、秀水小学插班,放学后回到体校训练、生活;而初中、职高都是自己开班。关于运动员的文化教育,教练、教师、运动员以及家长,有着一致的意见。“如果不能保质保量完成作业,任何学科的教师都有权将其留下来,暂时不能参加训练。”副校长樊向前介绍。他说,目的就是要培养运动员的学习兴趣与能力。除此,还有不少手段,譬如寒暑假期间,要求文化课教师集体补课,以弥补平时因训练、参赛造成的课时不足。

这么多年的坚持,这所体校不光是赛场风光,也是频频金榜题名。今年刚结束的高考,体育单招单考录取8人,另有18人考上体育高职院校。前几年,射击运动员王岳丰还考进了清华大学,一时成为美谈。

中国女排前主帅,缘何执鞭一所市体校?

记者到访那天,恰好有7名排球退役选手来绍兴报到。其中,3位是绍兴体校的助教。此刻,正在进行上岗前的集体谈话。谈话的主角之一,是一张熟悉的面孔——正是俞觉敏!把优秀的退役运动员引进绍兴,也正是他的主张。

俞觉敏可谓大名鼎鼎。中国女排前主教练。六年前,率队出征伦敦奥运会的正是他。今年初,绍兴市政府、体育部门三顾茅庐,实施“越才回归”政策,将这位著名教练请回了家乡。现在

他正担任绍兴体校的排球总教练。

提到这个教练,叶家琦满是赞誉。“俞指导太拼了!这对所有的教练、运动员都是极大的鼓舞。”出任总教练三四个月间,年近花甲的他仍跟年轻教练一样,多次蹲点基层选拔苗子。在选拔过程中,又动员相关县(区、市)布局排球项目。下午、晚上,又与教练员团队一起带训。他的家人都在杭州,每周只有周日上午训练结束后,才有时间回去享受短暂的天伦之乐。

把高水平教练员请进来,俞觉敏并非是第一例。十多年前,刚退休的国家级教练、浙江田径队教练应水根,也被这样请来“发挥余热”。他正是谢震业的伯乐。不仅发现、培养了这位著名的短跑选手,他丰富的执教经验也深刻地影响了绍兴的田径教练们。吴海明透露,已经与已年届退休、著名游泳伯乐、奥运冠军孙杨的教练朱志根,有过口头的君子约定:不久的将来,与俞觉敏一样,或也会以“越才回归”的方式回到家乡执掌。

面对高温酷暑,为何进行高强度暑期集训?

眼下,时节已到小暑。高温酷暑开启了炙烤模式。而在绍兴市体校,教练员们正上紧了发条,带着175名暑期集训生,进行高强度的训练。这些孩子,正是在之前几个月间,大范围从各所学校、各支集训队、各个赛事中发现与挖掘的。叶家琦介绍,如果说发现苗子是第一步,那暑期集训则是关键一招。这也是绍兴体校保留的特有传统。

如果暑期集训“过关”(成绩关、吃苦关、团队关),那将正式登堂入室。

日常的训练之外,有时会到附近的嵊州、新昌拉练,换个环境调整,激发活力与斗志;拳击、摔跤等重竞技项目,还会到省外训练,教学相长。“我们的重点是打好基础、送好队员,不要想着凭己之力,培养出奥运冠军、世界冠军。这是省队、国家队的使命。”说这话的是田径教练陈景琼。他的得意门生中,就包括女子跳远国家队队员陆敏佳。

在陆敏佳身上,陈景琼花的是“绣花功夫”,她2004年来到体校后,因天

赋出众、爆发力强,很快展现了潜力。2006年省运会上,陆敏佳一鸣惊人。省队迫不及待地抛出了橄榄枝。陈景琼却有意拖着不办,“当年她不到15岁。如果进了省队,一旦上了大训练量,很容易把孩子给练坏了。我还想再给她打打基础,毕竟她是一名技巧型选手,要走技术路线。”陈景琼如是说。这个决定很重要,一直到陆敏佳初中毕业,才正式送到了省队。之后不到两年,2009年山东全运会上,17岁的陆敏佳就夺得了金牌。

延伸阅读

绍兴体校易地重建工作已经启动。新址选在绍兴市奥体中心区域。占地70多亩,初步概算投资3.1亿元。在现开设8个项目基础上,拟增加至近20个项目,总共设计为32个班级。预计2022年第十七届省运会前竣工。建成后,将是省内设施设备、办学条件一流的设区市区校。