

曾经做师徒,现在是同事 看浙江射击的传帮带

本报记者 易龙吟

在长兴省射击射箭自行车运动管理中心的荣誉墙上,张巧颖的照片和名字还挂着:第十三届全运会女子10米气步枪团体冠军、第52届世界射击锦标赛青年组小口径步枪卧射个人冠军、青年组小口径步枪三姿冠军。

如今,退役两个多月的她以全新的身份回到了这个熟悉的地方,她现在是宁波射击队的一名助理教练。既熟悉、又陌生。熟悉的是,作为运动员,张巧颖在这里训练生活了10年,曾经她的大部分时间都是在这里的靶场度过的。陌生的是,如今她不用再拿着枪站在赛场上,而是要在赛场边上为自己的运动员提供更多帮助。

为什么会选择做教练?张巧颖说是因为热爱,“虽然退役了,但依然想为浙江的射击出一份力。”不过,她也坦言,做教练比做运动员难多了。以前只要管好自己的训练就行,而教练除了训练还要管好运动员的保障、生活等等。“自己当了教练,才知道教练的不容易。”她笑道:“早知道,以前应该让教练少操点心。”

在女子步枪三姿的决赛中,宁波队有三名队员进入了决赛,上场前张巧颖正在给队员们进行最后的指导。出生于1998年的张巧颖

比赛场上的队员只大了几岁,“因为年龄上比较接近,管理起队员更容易现身说法。”张巧颖说:“作为姐姐,我可能更容易了解他们在想什么,也更能给出针对性的指导。”不过,张巧颖也有自己的担忧,“可能有时候和她们走得太近,不够严厉,队员们不太怕我。”

曾经是师徒、现在是同事,宁波市射击队教练江浩俊从事教练工作已经16年,带出了一批又一批的队员,张巧颖正是他带的第二批队员。江浩俊这样评价自己的徒弟:“作为运动员,张巧颖的成绩有目共睹,作为一名年轻教练,她需要更多机会去积累经验。”江浩俊相信,随着经验越来越丰富,张巧颖同样能成为一名优秀的射击教练,像自己一样为浙江射击培养更多的冠军。

事实上,张巧颖和江浩俊只是浙江射击队一个缩影。陕西全运会上,浙江射击队6天时间里收获了3金3银3铜的优异成绩,相比



张巧颖(中)和江浩俊(右)对队员进行指导

于上届全运会1金1银1铜的成绩,浙江射击迎来大爆发,金牌数、奖牌数都翻了三倍。此外,浙江射击队还破一项全国纪录、平一项全国纪录、超两项世界纪录,以及1个第四、1个第六和1个第七。

这些荣誉的背后,不仅是艰苦的训练、细致的保障,更重要的是来自于浙江射击教练员队伍形成了传帮带的良好传统。从自己拿冠军到培养冠军,一代又一代的浙江射击人都在默默地付出,他们始终坚守在不断进步拼搏的路上。

跟着省队教练看省运

黄晓阳:拥有这些素质才能更好地“翻滚”

本报记者 郭乐天 应宇康

省运会激流回旋的比拼已经进入后半程,赛场上,小选手们在浪花中奋力拼搏,赛场外,也有一双眼睛在认真地关注着场上的动态。这双眼睛的主人,便是省激流回旋队主教练黄晓阳。

本届省运会,黄晓阳以技术代表的身份参与到项目中,同时也肩负着为省队发现好苗子、挖掘后备人才的重任。“激流回旋在我省目前还处于发展阶段,虽然开展时间不长,但各地市近年来发展得都比较好。尤其是像杭州、宁波、金华、丽水,这些原来皮划艇静水项目水平较高的城市,在激流回旋上的发展也比较突出,涌现出一些好苗子。”黄晓阳告诉记者,在全国各类比赛中,浙江队员已多次夺得冠军,去年的陕西全运会上,年仅16岁的小将吕陆辉摘得一枚铜牌,实现了我省在该项目全运奖牌“零”的突破。

激流回旋是一项充分融合了体能和技巧的水上运动,虽然与皮划艇相关,但在选材标准方面,还是有一些区别。“激流回旋不会像静水一样特别选一些人高马大的,主要还是看有没有足够的水感,是否具备足够的速度、爆发力和敏捷性。”此外,黄晓阳提到,选手的临场应变能力也是他非常看重的一环。“实力强的选手,在对划行线路的前期思考、技战术的规划和执行方面都会高出一筹,他们的抗压能力也强,不太会受到外界因素的干扰。

经过了预赛洗礼,已经有几位表现优异的小选手进入了黄晓阳的视野。“像宁波男子皮艇选手付楠迪,还有杭州女子划艇选手徐晓丽,他们的成绩已经和亚运会水准相当接近,看得出来他们在这个备战周期中训练非常扎实,也很有针对性。”

谈及接下来的目标,黄晓阳透露,队伍已经瞄准了下一届粤港澳全运会,正在2005—2009年龄段的队员中进行选材。“这个项目的队员普遍比较年轻,可塑性强,提升空间也大。”黄晓阳说,省运会的成绩是选拔的重要因素之一,但除了比赛成绩,还会根据队员们对于项目的熟悉程度、体能的储备情况、心理素质和学习能力等方面进行综合考量,争取让更多好苗子脱颖而出。

省运会举重现场 小小肩膀,“举”出大梦想

本报记者 余敏刚 郑润鑫



小将出马

8月3日,第十七届省运会举重比赛在磐安县新城中学体艺馆拉开帷幕,在7天的赛程里,这里成为浙江举重小将们的比拼之地,来自全省10支代表队的244名运动员为32块举重金牌展开激烈拼搏。

“啊!——啞当!”“嗯!——啞!”这是举重后台训练场上特有的声音。比赛还没开始,小选手们已经开启热身,摩拳擦掌,跃跃欲试。

“再做一组动作,动作拉得大

一点。”宁波选手赵俊杰正听着李冬瑜教练的要求做着推杆,这位2009年出生的孩子稚气的脸庞透露着几分认真。作为我省举重界的知名教练,也是奥运冠军石智勇的带训教练,李冬瑜坦言,赵俊杰年纪还小,省运会主要还是锻炼为主。

“选材难,比赛少,要想再出一个石智勇,真的挺难的。”李冬瑜表示,除了带好宁波队打好比赛,他也会关注其他队伍队员的情况,发掘优秀苗子。

走上赛场,台州选手金锦祥拿起杠铃前大吼一声,给自己提气,

一鼓作气,挺起了77公斤的好成绩。“好!”观众们在台下响起阵阵掌声。伴随着掌声和喝彩声,此前抓举成绩68公斤的金锦祥以145公斤的总成绩获得省运举重赛首枚金牌。

正当全场沸腾的时候,金锦祥却瘸着腿走下赛场,眼泪刷地流了下来,不免让现场观众为之担心。记者来到后台,金锦祥告诉记者,最后一把挺举的时候发力过猛,腿抽筋了。对于泪水,金锦祥坦言,百感交集。有幸福,激动,也有遗憾。“再努力一点,也许成绩更好。”

“这个孩子还有很大的空间提升,训练才三年就有这样的成绩已经非常不错了。回去好好查漏补缺,希望他在举重的道路上越走越远。”教练张建家一番话让一旁的金锦祥有点小激动:“争取以后能站上更高领奖台。”说到这里,小男孩露出了笑容。

“从首日的比赛来看,选手们在赛场上都很认真,也很有拼搏精神,甚至运动员拼到脚抽筋。”本次比赛总裁判长曾元清告诉记者,赛事按年龄段划分为甲(04—05)、乙(06—07)、丙3个组别(08—09),也希望运动员在接下来的赛事中创造佳绩,奋勇争先。

