



金牌背后:浙江体育的沃土与新芽

本报记者 谢嘉伟 陆英健



在浙江体育职业技术学院,男排队员投入了紧张有序的训练。 杜欣羽/摄



在浙江省射击射箭自行车运动管理中心,射击队员正在进行训练。 应宇康/摄



在浙江省水上运动管理中心,水上运动员进行体能训练。 应宇康/摄

荣誉是传承 也来自传承

“5个、6个……”在浙江射击队的“大本营”浙江省射击射箭自行车运动管理中心的训练场上,记者们纷纷尝试着传闻中这支队伍的人队“必修课”——将轻巧的弹壳层层叠起。“我当时入队时也叠过,好像叠了11个。”手忙脚乱的记者们身边,18岁的省射击队运动员任映臻笑着说,这看似游戏的举动,对于射击教练员而言,就是最好的考察苗子资质的测试。

“射击运动的选材讲究一个‘稳’字。”省射击队教练员周靖昱说,所谓稳,一是指身体稳定性,能稳住手不发抖、能站住身体不摇晃,面对长时间几乎一动不动的训练,才能在射击这一项目有成材的可能;二是指心理稳定性,面对大量的训练、比赛,成绩的起伏、心理的压力,还能始终保持形态平衡,专注于训练和个人技术提升的,就是一个有可能打出佳绩的苗子。“‘叠弹壳’能叠多高、叠几个只是教练员们观察的一方面,一个人的专注度和做事时的精神状态,都能通过这个小小的测试反映出来。”周靖昱告诉记者,相比于其他项目要有全力争胜的狠劲,射击运动员还要多几分面对各种情况的从容和沉稳。

不仅要有“稳”的心,还要干“细”的活。周靖昱透露,运动员训练、比赛用的子弹都需要精心挑选,以满足训练和比赛效果。校枪、试射、训练、比赛,各个环节都需要消耗,还要考虑意外情况,每次比赛单个运动员携带的子弹量都可能达到600-800发,全运会最多甚至有1000发,相关工作量可想而知。

“当运动员的时候,只需要把心放在自己身上,但做教练,要操心的可就太多了。”在第十五届全运会取得射击50米步枪3种姿势混合团体冠军的赵中豪笑称,近几周自己开始了“转型”之路,还在尽力适应新角色。他坦言,虽然自己参加过奥运会、全运会,拿到了全运金牌,总是有些割舍不了射击训练场。“我们有这样悠久的历史、我们有这么多好的射击苗子,我希望自己能出一份力,让浙江射击的荣誉再上一个台阶。”

浙江队4金3银的成绩,在本届全运会射击项目金牌榜、奖牌榜都稳居首位。奖牌之外,浙江选手还创下一项全国纪录,刷新1项亚洲青年纪录,并超越2项亚洲纪录和1项世界纪录。这支诞生过中国第1个女子奥运冠军吴小旋,且已连续两届奥运会为中国输送首金选手的队伍,已在荣誉中走过了67年。在这里,一代又一代射击人奉献出自己的力量,为浙江、为中国争光。

在第十五届全运会上,浙江体育健儿在竞技体育项目比赛中取得44金37银41铜,金牌数位居各省(区、市)并列第二位,实现了运动成绩和精神文明双丰收。

为加强浙江竞技体育与媒体、民众之间的互动,解码浙江体育全运赛场争金夺银背后的“奥秘”,展示浙江竞技体育的成果,由省体育记者协会主办,体坛报社承办,邀请中央驻浙、省市主流媒体前往浙江体育职业技术学院、省水上运动管理中心、省射击射箭自行车运动管理中心,通过实地采访、体验,对话运动员、教练员、科医后勤保障人员,揭秘荣耀背后的故事。

科学备战 合力提供专业指导和保障

作为浙江竞技体育的“大本营”,浙江体育职业技术学院在本次全运会中派出482名运动员,参与16个大项、180个小项的角逐,最终收获29金21银33铜。

作为浙江竞技体育的传统优势项目,浙江泳军在本届全运会中表现亮眼,取得11金10银9铜的佳绩。“尽管浙江游泳队遭遇了诸多挑战,但依然在金牌和奖牌总数上稳居全国首位。请问这背后的原因是什么?下个周期,浙江游泳队将如何应对国内如张展硕、于子迪等后起之秀的激烈竞争?”面对记者的提问,学院副院长、游泳系主任王伟给出了答案。他认为浙江游泳能保持领

先,核心在于其作为传统强项,拥有深厚的训练体系和强大的队伍综合实力。“从目前来看,浙江游泳在全国范围内仍处于领先地位,这一点从参赛人数和晋级决赛的人数中就能明显体现。”王伟介绍,本次全运会浙江游泳队派出91名运动员参赛,相较于上一届的74人,增加了近16.7%,充分彰显了队伍的雄厚底蕴。“于子迪、张展硕等强劲对手的出现,对中国游泳而言是一件好事。浙江游泳近年来一直致力于为中国游泳贡献力量,我们培养运动员的核心目标是为国争光,在奥运会上夺取更多金牌。与各省队伍是并肩作战的伙伴,未来将一同征

战洛杉矶奥运会。”我省重竞技项目同样表现抢眼,学院重竞技系主任童妍菲介绍,浙江重竞技项目总体呈现“大规模、小队伍”的特点,队伍通过走“小而精”的发展模式,让各项目都实现了突破性表现。

在鲜花与掌声背后,不仅凝聚着运动员艰苦卓绝的训练汗水、教练员与一线指挥的运筹帷幄,更离不开科学训练备战与周密科医保障的坚实支撑。学院体能训练与科研中心副主任韩臣表示,全运会备战周期,学院科研团队主要从生物力学、生理生化以及体能训练三方面,为运动员提供专业指导及科研保障。

整合训练 创新实行“科室联队”制度

“我常说,‘浙江’两个字有‘六滴水’,其中三点水是游泳,另外三点水就是水上运动。”在位于风景秀丽的千岛湖畔的浙江省水上运动管理中心荣誉室内,面对屋内琳琅满目的奖状、奖杯,中心主任赵伟军感慨万千。

赵伟军表示,浙江拥有着丰富的自然水系资源,很多县市区都非常适合开展水上项目。“这4年来,我们走遍了浙江11个地级市,发掘可以开展水上运动的场所,我们欣喜地看到庆元建设起了新的激流场地,龙游新建了水上赛训中心,还有一些县市区也正在谋划建设水上场地,这些对我们项目的发展和人才队伍的培养有很大的助力。”

本届全运会上,中心的三大项目都表现出了较好的竞技能力,获

得了11金7银3铜,创浙江水上全运会历史最佳,成为全国水上唯一金牌数双位数的省份。实际上,浙江水上运动能够保持竞争力,除了运动员的刻苦拼搏外,训练方法、科研力量以及后勤保障方面皆大有文章。据悉,本周期的备战,中心创新实行“科室联队”制度。要求一个科室联系一支队伍,整合训练、科研、医疗、后勤、教育等资源,为运动队提供“全周期、全链条、全方位”服务。另外,中心大胆打破项目壁垒,推动资源共享、优势互补。“如女子双人划艇运动员与男子划艇组共同训练,实现‘以男促女、共同提高’赛艇女子轻量级与男子双桨组合建双桨组,整合两组教练员的执教特长,提升训练水平。皮划艇项目实行定期合练,对

运动成绩把脉问诊,各组之间互相促进。”中心副主任方海波说。

科医保障,是浙江水军的另一张底牌。通过对体能、技术、战术等数据的深入分析,为教练员制定训练计划提供科学依据。“中心在这个周期备战中最大的成功就是没有特别明显的伤病影响备战。”队医方建表示,身心健康都在保障之列:运动员有伤病,医疗团队第一时间介入;运动员有压力,及时进行心理疏导。除来自浙江体育职业技术学院附属体育医院的队医外,中心还有来自淳安中医院的中医师、合作公司的治疗师。“我们主要给队员做伤病预防和康复,有些运动员对身体的了解程度非常出色,那么我们就‘以防代治’。”科医人员贾伦说。