

承载希望 勇攀辉煌

我校高水平运动队建设成效显著

自 2011 年招生以来,学校不断严格招生政策,完善招生工作,通过公正公平合理的原则,选拔了具有一级和健将级运动成绩以及具有发展潜力的优秀运动员。至今为止,我校高水平运动队共招收 59 名运动员,其中游泳队 32 名,乒乓球队 27 名,包括国家健将级运动员 6 名,一级运动员 10 名,二级运动员 43 名。

迎难而上,多方探求摸索经验

近日,校园网上一条题为《我校学子在第十三届全国大学生游泳锦标赛中勇夺团体第三并首破全国纪录》的新闻吸引了全校师生的眼球,其点击率在新财要闻中独占榜首,高居不下。作为我校高水平运动队伍之一,校游泳队和乒乓球队取得的丰硕成果与近几年来学校高水平运动的建设工作密不可分,曾经默默无闻的校高水平运动队,也开始获得越来越多的关注。

辨明方向,义无反顾踏上征途

2010 年根据《教育部关于开展新一轮普通高校申请建设高水平运动队评审确定工作的通知》(教体艺函[2010]3 号)等文件精神,经过层层选拔和评审,我校脱颖而出如愿取得了乒乓球和游泳两个项目的高水平运动队的招生资格。当时浙江省一共有 11 所大学申报,但最终仅 2 所获批,而我校作为其中之一,竞争的激烈程度可想而知。“我校能跻身于诸如上海交大、同济大学、北京工业大学等业内公认的全国内高水平运动队可以说是集众多之资源,集多年之积累所取得的成果。”谈起参加申报评审的经历,体军部主任叶东惠深有感触地说。

如何组建高水平运动队,有效推进高水平运动人才的培养,对于一切从零起步的我校而言,成为面临的最大难题。学校领导高度重视,专门成立了以王宇航副书记为组长,钟晓敏、卢新波副校长为副组长的高水平运动队建设工作领导小组,协调学生处、教务处、体军部和各相关二级学院,按照教育部对高水平运动队建设的要求和规定,就高水平运动队建设展开了全方位的推进工作。不仅在经费、训练器材等多方面给予最大限度的保障,钟晓敏副校长作为体育分管领导,更是对高水平运动队倾注了无数的心血和关注。他多次亲临训练及比赛现场,他熟悉每位队员的体能情况,甚至就连队员成绩上的微小变化,他都能准确敏锐的察觉出来。

要建设一支富有战斗力和竞争力的高水平运动队伍,生源素质是关键。根据运动队建设需求,如:项目间人员结构、项目内各级水平结构、男女结构等,合理配置资源,确认招生结构,并通过校考、浙江省考试院相应专业技术测试及国家文化高考进行选拔。同时,还积极加强与各体院、体校及试点中学的联系,储备我校高水平人才后备库。为了吸引优秀运动员报考我校,学校在文化专业招生上也采取了相应的优惠措施,允许高考通过二批次的高水平运动员在全校内自主选择文化专业。

让飞舞的小球旋转出最美的轨迹

浙江财经大学校乒乓球队侧记

浙江财经大学乒乓球队于 1995 年建队,2010 年建高水平乒乓球。目前有 27 名队员,其中有国家一级运动员 3 名,国家二级运动员 24 名,由武翟老师担任教练。

他们曾在建立之初默默无闻,曾到达过低谷,面对挫折和失败,坚信“成绩不好,只能说明付出还不够,失败是更加努力的动力,而不是自暴自弃的阻力。”成功在他们挥汗如雨,全身心投入的日子里来临:2010 年他们在大学生运动会上团体赛取得前三名的佳绩,2012 年及 2013 年在全国阳光体育乒乓球比赛中获得一等奖,2013 年在浙江省大学生乒乓球锦标赛中获得团体总分第一名……

卓有成效的训练营

作为乒乓球队的唯一教练——武翟,一位摘冠多次的国家一级运动员、国家一级裁判,曾在 2012 年参加了高级教练培训班,接受先进的培训经验,是省内唯一的高级教练员。“现在队里面赛前热身,练完恢复的方法,都是我从培训班里学来的,觉得成效显著。”

武教练介绍道。队员们平时每天至少训练两个小时,武教练会和每个人交流,针对每个人的技战术打法,有针对性地制定日计划、周计划、月计划。在大型比赛前,运动员们会投入高强度的集训,无疑是对他们体能的重大考验。武教练在这个时期,经常会与队员们同吃同睡,给他们技术上的指导,精神上的鼓舞,生活上也对他们照顾有加,炖鸡汤鱼汤为队员进补。虽然武教练高度重视队员们的身心健康,可是伤病对于运动员来说总是不可避免的。于是武教练经常会亲自上阵,给同学们按摩。“我们武教练按摩的手艺可是一流的,队里几乎每个队员都曾被他护理过,”队员王欣欣如此评价道。

温馨美好的一家人

“我们每天至少相处两个小时以上,大赛前训练时,更是同吃同睡,亲密无间。我现在最怀念的岁月就是在乒乓球队里的日子,”已经大四的王欣欣动情地说道。每天面对乒乓球,虽然很辛苦,很无聊,“但我们经常会自行组织玩法新奇的乒乓球赛,如左手打球,输的同学要接受做俯卧撑,打扫训练场所等惩罚,不论结果

泳池老友记

六七岁,同龄孩子还在父母怀里撒娇的时候,他们便开始学习游泳,年复一年,如今在大学里,面对丰富多彩的课余生活,他们依旧坚持训练,日复一日。他们把大量的时间付诸在艰苦的训练上,而泳池也带给了他们相应的荣耀与成就。他们与每日相伴的泳池恍如一对多年的老友,彼此熟悉,说不出华丽的辞藻来形容彼此的关系,然而一切却又尽在不言中。

徐家晖——挑战自我,保持持续战斗力

一人知己足平生

对徐家晖来说,与泳池像是患难之交。他从 6 岁开始学习游泳,7 岁加入体校游泳队开始启蒙训练。但训练才 1 年,因一场大病,导致两耳失聪,被鉴定为一级残疾。

可是他没有丧失对游泳的兴趣和热爱,半年后,徐家晖毅然回到训练场继续艰难的训练。训练中,双耳失聪,使他在掌握技巧等方面比常人更艰难,在水下训练时不能佩戴助听器,深水区中水压对耳朵的压迫让他痛苦。可是凭着

对梦想的执着,他没有放弃自己。

尽管作为 4 破全国纪录,2 破亚洲纪录的国家一级运动员,然而逐梦的过程却并非一帆风顺,曾经失败的滋味也令他难以忘怀。在去年举办的第九届全国大学生运动会 200 米蝶泳比赛时,他肩负着争夺首金的热切期望,巨大的心理压力影响了他的发挥,最终与金牌失之交臂。失败的滋味令他很是沮丧,直接影响了接下来的 100 米蝶泳比赛,发挥失常的他竟然没有进入决赛。关键时刻是教练站出来鼓励他,给了他信心,让他很快从失败的阴影中走了出来。征战 50 米蝶泳时,他终于收获了一枚沉甸甸的金牌。谈及这次失败,他承认除了巨大的心理压力,自己在训练时的懈怠也是原因之一。失败的教训让他牢记于心,他付出了比别人更艰苦的努力。别人每天训练 5 小时,他训练 7 小时,第一个进场最后一个离开。艰苦的付出让他保持了良好的竞技水平,在刚落幕的第十三届全国大学生游泳锦标赛中,徐家晖收获了一金二银的好成绩。

谈及以后的打算,徐家晖想把游泳作为终身的职业,当一名游泳教练是他未来的目标。一人知己足平生,与泳

友结缘,于泳池成长,徐家晖与泳池的这份缘分还将延续很久,很久。

阚天成——战胜自我,勇创全国游泳新纪录

一片冰心在玉壶

硕果累累,身兼重任勇攀辉煌

起步的三年是摸索的三年更是收获的三年。三年之内,我校的高水平运动队以争取参加世界大学生运动会、全国大学生运动会及浙江省高校的重大体育比赛为目标和追求,从一支名不见经传的队伍,迅速发展壮大起来,不仅在省内高水平运动中独占一席之地,更跻身于全国高校高水平行列。

2011 年,在第 12 届全国大学生游泳锦标赛中取得了 2 银 2 铜的不俗成绩;徐家晖同学在第八届残运会上取得 4 块金牌,四破全国纪录的优异成绩,并得到省政府的一等功嘉奖。

2012 年,在全国第九届大学生运动会游泳比赛中为浙江省队取得了 2 金 2 银 1 铜的优异成绩,徐家晖同学夺得 50 米蝶金牌、200 米蝶银牌、4×100 米混接铜牌;金翔、施浩然同学夺得 4×100 米自由泳接力金牌、4×200 米自由泳接力银牌,并破两项大运会纪录。

2012 年,在全国第九届大学生运动会乒乓球比赛中,我校蒋鸥同学代表浙江省高校男子乒乓球队获男子团体第三名。

2012 年及 2013 年,在全国阳光体育乒乓球赛中我校均获得一等奖。

2013 年,在第十三届全国大学生游泳锦标赛中获得了 50 米自由泳(阚天成)和 50 米蝶泳(徐家晖)的 2 块金牌,还获得了其他项目的 8 块银牌和 1 块铜牌,阚天成同学以 23.68 秒的好成绩首次打破全国大学生游泳锦标赛 50 米自由泳的全国纪录。同时获得了甲组团体总分第三名、甲组男子团体总分第二名、甲组女子团体总分第四名和乙组男子团体总分第四名的好成绩。

2013 年,在浙江省大学生乒乓球锦标赛中获得团体总分第一名。杨丁光慧获女单、女双冠军,钱昕怡获得女双冠军,楼楷获得男单、男双两枚金牌,蒋鸥获得男双金牌,朱榕蓉获得丙组女单冠军。

面对累累硕果,正如钟晓敏副校长所说的:“我校高水平运动队之所以能有如此辉煌的成绩,主要是学校重视,制定了一系列有利于促进高水平运动队发展的制度,还有我们带训老师的事业心和责任心,正是有了这种事业心和责任心,使他们能够和运动员一起冬练三九夏练三伏,团结拼搏,取得了如此优异的的成绩”。作为一支年轻的、富有活力的高水平运动队,“让体育成为我校与外界沟通的桥梁,为提升我校的知名度,为带动我校群众体育事业的蓬勃开展,为同学们强身健体起到示范带动作用”这不仅是学校对我校高水平运动发展的愿望,更是发展的目标和肩负的重任。

本报记者 张晓燕

我校游泳队成立于 2010 年,在目前的 32 名队员中有国家健将运动员 6 人,国家一级运动员 8 人,国家二级 17 人,其中 3 人曾入选国家队。

科学训练 悉心管理

俗话说:“台上一分钟,台下十年功”,而我校游泳队能在短短三年间取得如此令人瞩目的成绩,与左宇飞总教练、严蓓教练的科学化管理与训练是密不可分的。

左老师作为游泳队的总教练,在平时的训练和工作中,深刻意识打铁还需自身硬,光凭对游泳的兴趣和热情是难以取得突破性的发展,还需有先进的训练理念和管理手段。2012 年受美国游泳协会邀请,左老师赴美考察。美国自由的俱乐部模式,用比赛代替训练的方式,这些都使他更加清晰地认识到兴趣是最好的老师,并学习到更人性化的沟通方式,将之融入到自己的执教理念中。回国后,他坚持用“体教结合”的方式对泳队进行管理与训练,三年来成效显著。而严蓓老师,作为近年来体军部新引进的人才,其上海体育学院博士学位背景以及美国访学一年的经历,也为游泳队的管理和训练带了科学的理论基础和先进理念。

在比赛项目上,左宇飞和严蓓两位教练根据自身特点和优势科学分工,左老师负责短距离,而严老师负责中、长距离。他们会根据每个学生的特点为他们制定训练目标与教学计划,既专项专攻又因材施教。“人们通常都有个误区,认为游泳训练一定都是在水里的,实际不然,”左教练介绍道,“我们将队员们三分之二的训练时间都安排在陆地上进行体能训练。体能训练是游泳的基础,是不可忽视的核心环节。”

每天要进行大量的体能训练,势必要求队员们有过硬的身体素质,因此需要有完善的后勤保障,不仅要科学调整运动员们的饮食结构,还要调整运动员们的身体机能。平时,队里会给运动员提供特别的运动饮料,饮食上利用现有的条件尽量合理搭配;赛前,两位教练严格控制对碳酸饮料等垃圾食品的摄入,调整队员的作息时间。为了给队员们补充体能和营养,据说左教练还在大热天专门跑到臭烘烘的菜场买鸡,花八个小时亲手炖制了鸡汤。

即使如此,面对每天的繁重任务,难免有队员心有余而力不足。有一段时间,阚天成感觉肌肉很不适,训练时力不从心,左教练了解情况后,一方面做他的思想工作,缓解他的心理压力,另一方面,还专门给他安排按摩护理放松肌肉,对他进行全面悉心呵护。

正如严蓓教练所说的:“游泳并非篮球这类注重赛场上发挥与技巧的运动,我们在赛场上的成绩更多体现的是平时的训练和付出。”“游泳已经成为我们的习惯,融于血液之中,每天不下水就觉得不舒服。”提到游泳在自己的日常生活中扮演什么样的角色,队员们如是说。

感动常在 温暖依旧

工作中,左老师虽然身为总教练,和严老师可以说是上下级,但两人其实更是知根知底的好搭档,好朋友,好同学。他们不仅毕业于同一所高校,更师从同一个导师,说起来严蓓老师还是左老师的师姐。问及在平时的训练中,当两人意见相左的时候,会如何协调,严老师打开了话匣,对左老师的民主做派赞不绝口。“就拿这次选拔队员参赛的一件小事来说,当时我们俩在候选名单里对一个队员能否参赛产生了分歧,各持己见。按理说来,左老师是总教练,最终的决定权在他手中,但是在我和他沟通后,他采纳了我的建议。”虽然建议被采纳了,但在赛前严老师心里对此一直很忐忑,如果这个队员没有取得理想的成绩而影响了团队成绩,她将会非常自责。好在最终的比赛结果皆大欢喜,在知道成绩之后,左老师第一时间向严老师表示“你的选择是正确的,多亏了你的坚持,才有了现在的成功。”谈及此处,严老师的声音有点哽咽。左老师的顾全大局、民主诚恳的处世态度不仅温暖了他人,更在队内树立了榜样和威信。

谈起两位教练,队员们都很放松,他们管左宇飞喊“老左”,而严蓓老师也并不“倍严”(倍加严格)。队长许霄雁是这么评价他们的:“老左像我们的精神导师一样,给我们灌输积极向上的人生价值观,调动起我们拼搏向上的动力与激情。平日里他像个亲切的大哥哥,与我们谈笑风生,在赛前集训时,还与我们同吃同住照顾我们的生活;而严老师有着女性特有的细腻,像大姐姐一般既贴心又细致,有些女生之间的话题,可以和严老师倾诉,正好和老左互补。”对于这样的评价,队员们纷纷认同,但也不忘在后面补充一句:“别看平时处得像兄弟姐妹,但他们训练时严格起来也是非常吓人的!”可是让他们说说怎么严格吓人,却挠挠头没人描述了。因为老左与严老师,就如同自己的亲人,心里留下的只有他们的好。

在这样的氛围里,队员们相处也如同兄妹一般。休闲时间会一起吃饭唱歌爬山,享受生活,吐露心声,诉说梦想,训练时会互相鼓励,帮助,甚至还会时时不主动来场友谊赛。阚天成和徐家晖这两个泳队飞鱼就会时时在训练的时候来场比赛,相互挑战相互征服相互提高。

率领着这样一支富有活力、战斗力、凝聚力的团队,提及未来,左教练信心百倍:“我们以后会加强对外交流,引进国外先进科学管理理念,也会逐步改善运动员的生活训练条件,引进更多人才,相信我们游泳队会发展的越来越好。”

本报记者 张晓燕 学生记者 张影

许霄雁——寻求自我,保持学习与训练的平衡

相视而笑 莫逆于心

许霄雁与泳池的故事更像是女孩子之间的友谊,没有大起大落,却又在平淡之中见真情。与我校大多数游泳特长生所选专业不同,许霄雁当初毅然选择了会计专业。她对自己的定位首先是一名普通大学生,然后才是游泳运动员。因为每天都有固定的时间训练,许霄雁把大部分课都排在了早上,因此她早上会特别忙碌。由于训练,连做作业的时间都很紧迫。“很多同学做作业很轻松,甚至会边看电视边做作业。但我不行,我只能打开书一头埋进书本里,争分夺秒地提高效率。”她说道。

从小开始游泳的她,早已习惯了每天下水的日子。但与小时候不同的是,对待训练的心态有了变化。“小时候不去训练会挨骂,游的不好也会受到教练的呵斥,更多的是被迫于教练的压力。但是到了大学,就有了自己的目标,会主动地去训练。”她说,“此外,我是以游泳特长生的身份进入财大的,理所应当地为学校付出自己的努力,为学校赢得更多的荣誉。”问及游泳对她意味着什么,她沉吟良久,说:“游泳就像吃饭一样,没法离开,也根本离不开。”游泳已经刻入了她的生活,就像多年的老友,早已和自己紧紧捆绑,相视而笑,莫逆于心。

学生记者 董炜