



齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 梁莹莹

“我喜欢一记后勾拳打在靶上的感觉,也喜欢被击倒了站起来不服输的精神,这些令我振奋。”说这句话的人是烟台市拳击队的小将张淑芹,练拳击两年,这个16岁的姑娘不仅将多个冠军收入囊中,而且性格开朗了不少。

目前,拳击队正全力备战山东省第25届运动会,当齐鲁晚报·齐鲁壹点记者问起她的目标时,这个看似瘦小的姑娘笑着说:“半山腰总是最拥挤的,你总得到山顶看看。”不管将来面对的对手有多强大,她能做的就是让自己变得强一点、再强一点,捍卫她在女甲48公斤级的冠军之位。

编者按



山东省第25届运动会将于2022年在日照市举办。近日,烟台市体育局召开冬训动员大会,要求高质量地完成冬训任务。记者采访中了解到,年轻运动员正迅速成长,让烟台体坛格局开始悄然变化,这种新势力的崛起,让烟台体坛生机勃勃。

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 梁莹莹

12月26日下午,天气晴好,在烟台栖霞的长春湖上,阵阵激烈的桨声打破了长春湖冬日的宁静。一群年轻人划着几十条赛艇,如水上之箭快速地划向远方。他们有的划的是单人艇,有的是双人艇,还有四人艇,队员们动作强劲有力,划桨富有节奏,迸发出你追我赶、奋勇争先的激情,在展现水上竞技运动魅力的同时,也让这片山水更加灵动起来……

这30多名青少年是烟台市赛艇队的队员,年龄最大的16岁,最小的12岁,他们有个共同的愿望:有一天,划着他们的赛艇,乘风破浪,驶向更广阔的天地。

岁数不大,拳击冠军不少 烟台“宝藏”教练 教74个小将打拳



烟台市拳击队主教练尚乔大正在指导队员打拳。齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 梁莹莹 摄

偌大的训练大厅里,拳击冠军一抓一把

当记者走进拳击队的训练大厅时,74名队员正在跳绳热身,绳子在他们脚下上下翻飞,只听到啪啪落地的声音……这些十几岁的青少年,很多已经是国家一级运动员。

在刚刚落幕的2020年全国U18、U16女子拳击锦标赛中,烟台有12名小将代表山东队参加了U16组9个级别的比赛,其中9人打进全国前三名,为山东队贡献4金1银4铜共9枚奖牌,五名队员达到国家一级运动员等级。其中,48kg级的冠军就

是张淑芹,这是她今年收获的第四个冠军。

在训练大厅里,像张淑芹这样的冠军并不少见。比如这里还有三个全国U16女子拳击锦标赛的冠军,分别是57kg级杨梦昭、63kg级刘双、75kg级王润琪。

“昨天翻运动员手册,发现我的好多运动员到现在还没输过。”烟台市拳击队主教练尚乔大笑着说,因为队伍成材率高,已经有20多名运动员考上大学,像北京体育大学、武汉体院等都有。

遇到好苗子,被虐千遍仍不舍得放弃

作为竞技项目,拳击考验参赛双方的力量、体能、技巧、战术、心理和意志。说它是最能体现“战斗力”的项目之一,并不夸张。也正是因此,很多人感觉拳击是一项非常危险的运动,经常会看到血淋淋的画面,其实并不然。

在这一点上,烟台市拳击队主教练尚乔大体会颇深,他去县市区选材已记不清吃了多少闭门羹。“人家一听是练习拳击,90%的家长就直摇头,尤其是女孩

子的家长。”尚乔大说,有一年去龙口选材,他一眼就相中了一个小姑娘身上的机灵劲儿,可小姑娘一听拳击就摇头。多次登门家访才做通家人工作。练习半年后,这个小姑娘就拿到了2015年山东省拳击锦标赛冠军,并且达到国家一级运动员水平,她就是邵双利,如今已是烟台大学的大学生。

“选材遇到好苗子,跟中500万是一样的概率。”尚乔大这样形容选材。因此,当遇到好苗子时,他更不会轻易放弃。

“宝藏”教练能文能武,希望更多青少年走进拳击场

近日,拳击世界冠军邹市明通过社交平台分享了自己内心的感触:打拳击之前我是个瘦弱内向的孩子,拳击改变了我的人生,他希望更多的人都能投身体育尤其是拳击,为正能量添砖加瓦。

拳击改变的不仅是邹市明,还有很多像尚乔大一样的拳击人,他们从运动员到教练员,拳击不曾有一日远离身边。提及八一队的军旅生活,尚乔大直言很苦很累,但他满是感恩:“从省队到八一队,让我养成了训练的自觉性和比赛的无畏精神,特别感谢我的教练张中超,他非常苛刻。当我自己慢慢成长,成为教练之后,开始理解他。”

“高水平教练都会实施一种感恩教育,光严厉没用,队员不练,教练也没辙,要想队员为国争光,那就需要引导他们

树立正确的人生观和价值观。”尚乔大说。

在拳击队的队员们眼中,尚乔大是一位“宝藏”教练,能文能武,爱踢足球、爱踢羽毛球。对此,尚乔大笑着说,拳击运动员脚下不灵活就跟坐着轮椅打拳击一样,足球可以有效地练习脚步的灵敏性,踢羽毛球也是练习脚下的活儿。

拳击是一项勇敢者的项目,对于青少年来说,他们敢于戴上拳套走上拳台是一种非常强的挑战,不管将来运动员取得什么成绩,他们敢于尝试这就是一种挑战。“走向人生道路后,这是一种宝贵财富,不会因为困难而退缩和逃避,这就是拳击的一种精神,我也想让更多青少年走进拳击场,历练他们的胆识,将来可以遇到困难不退缩。”“宝藏”教练尚乔大如是说。



16岁的刘纯婕已经将多个冠军收入囊中。齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 梁莹莹 摄

年龄最大的16岁,最小的12岁 他们划着赛艇 乘风破浪

16岁的青少年,手上布满老茧

刘纯婕是这些赛艇队员中的一员,虽然只有16岁,但已经有1.80米,75公斤,身材匀称,体能突出。今年获得了2020年山东省赛艇锦标赛女子单人单桨第二名,8人单桨第三名,双人双桨第三名。

烟台市赛艇队主教练于水见说,之前刘纯婕体重近100公斤,体能不达标,跑步是队伍里的最后一名。在这种情况下,她穿上暴汗服,蹬起自行车,愣是把自己的体重很快减了下来。“我爱赛艇,我肯定能行。”这是刘纯婕经常说的一句话,她说下水之后就找到了乐趣,晚上做梦都梦见赛艇,梦见划船划第一名。

当天,气温只有3℃左右,刘纯婕只穿

了一件训练服,外面套着一件白体恤。2000米划下来,已是一脸汗水。记者发现,刘纯婕的手上除了大拇指,四根手指头上全是磨破的水泡,有的已经结成茧子,看上去有好几层。

“疼吗?”面对记者的疑问,这个16岁的姑娘拍了拍她那根3.8米长的桨笑着说:“疼,手上的泡很多,破了又长,长了又破,一直不好,但我能坚持,谁让我爱赛艇呢!”

烟台市赛艇队主教练于水见介绍说,手对桨的感觉很重要,入水要转桨,还要转出来,桨在手里是不停转动的,所以桨磨手,久而久之磨出了泡,泡又磨开,就成了厚厚的茧子。

丝毫不能松懈,全力备战省运会

长春湖素有“胶东天池”之称,是烟台乃至胶东半岛最大的淡水湖,水域面积10平方公里,这里是烟台皮划艇队的基地。

冬日午后的太阳,洒在长春湖宽阔而平静的湖面上,看上去波光点点,30多名赛艇队员划着色彩艳丽的赛艇驶向目的地,身后烟台市赛艇队主教练于水见开着教练船,拿着扩音器指导着队员,这是长春湖冬日经常见到的画面。

赛艇是一项技术和体能并重的项目,技术表现非常重要,是创造好成绩的保证。但体能作为技术表现的支撑,相辅相成,缺一不可。好的技术表现加好的体能结合,才会创造好的成绩。

“水上专项训练时间比较短,相比往年,水上技术缺乏比较多,所以今年冬训格外重要。”烟台市游泳训练中心皮划艇赛艇总教练、栖霞管理基地管理科副科长初晓卫说,冬训开始后,皮艇30多位运动员转场到福建福州进行封闭训练,弥补上半年水上训练不足的缺陷。

在山东省第24届运动会上,烟台赛艇皮划艇队夺金数量全省第一。在今年的山东省锦标赛中,烟台赛艇队拿了20块金牌,在山东省冠军赛中拿了27块金牌。但这并不意味着他们面对山东省第25届运动会的任务就可以有任何的松懈,他们正通过细致的工作全力备战。

“梦之队”教练希望学生走得更远

在刘纯婕的眼中,教练非常严格,但又像一个“慈父”。他们说,于教练有严厉的时候,但更多时候想给运动员创造一个相对宽松的环境。原则上的问题是严格管理,适当的时候在可控的圈里让他们自由活动。

于水见是烟台市赛艇队的主教练,也曾是一位优秀的赛艇运动员,曾获得全国锦标赛冠军。“树立奥运金牌意识,永攀体育高峰,我们作为教练员也是希望能培养出更多冠军学生,更多学生超过我们,走向亚运会和奥运会。”

据介绍,自1993年从山东省水上运动技术学校退役后,初晓卫便扎根到烟台市赛艇训练一线,27年如一日,他将青春都献给了所热爱的皮划艇事业,先后向省及以上单位输送优秀专业运动员60余名,其

中孙正平获2010年广州亚运会冠军,王娟获2009年东亚运动会冠军,张亮亮、张丹、盖晓梅等运动员先后代表山东省参加2009年第十一届全运会,2013年第十二届全运会获得金牌7枚,带领烟台市皮划艇队伍参加五届省运会获得39枚金牌,为烟台市乃至山东省体育事业的腾飞做出了贡献。

初晓卫说,目前赛艇基地有两个大项,赛艇和皮划艇的运动员超过140人,其中女运动员有50人左右。“离第25届省运会还有一年半年时间,压力很大。我们皮划艇赛艇各项目力争保持第一。”

正是由于初晓卫的不懈付出和努力,才使烟台市赛艇、皮划艇项目从无到有、从弱到强,成为省内皮划艇项目的“梦之队”。