

水城故事多

256枚金牌背后的夺冠密码



▲龙舟队女队员合影。(受访者供图)

本报记者 夏旭光

“欣闻在刚刚结束的第16届世界龙舟锦标赛中,你们代表祖国出征,在参加的U24组全部7项比赛中,获得6金1银的优异成绩,为祖国赢得了荣誉,展示了新时代山东学子的风采。在此,向聊城大学龙舟队全体运动员和教练员致以热烈的祝贺和诚挚的慰问!”8月16日,山东省人民政府向聊城大学龙舟队发来贺电。

成立20年来,聊大龙舟队在中国大学生龙舟锦标赛、中华龙舟大赛、世界大学生龙舟锦标赛、亚洲龙舟锦标赛、世界龙舟锦标赛上摘金夺银,多次实现包揽赛事组别全部金牌的“大满贯”壮举,获得各种奖项近500个,其中金牌256枚。一枚枚奖牌,代表着一次次突破,亮眼成绩背后从来不是“一鸣惊人”。8月28日,记者走近龙舟队,详细解读256枚金牌背后的夺冠密码。

◆一步步练成冠军

“赛龙舟蕴含着百折不挠、奋勇争先的体育精神,承载着中华民族的历史记忆和不灭的爱国主义,体现着中华民族的文化认同和爱国主义精神,强调了同舟共济的集体主义精神和命运共同体意识,是在国际上构建中国话语和中国叙事体系、展示中华优秀传统文化的重要窗口和促进中外文化交流的重要力量。”出征第16届世界龙舟锦标赛前夕,聊城大学党委书记关延平看望队员并叮嘱,“戒骄戒躁、刻苦训练,把团结协作、顽强拼搏、不怕困难、急流勇进的聊大龙舟精神传播到世界!”

2002年,聊城大学开始大力发展水上竞技项目,并组建大学生龙舟队。从此,聊城大学坚持给予龙舟队极大的关怀和助力。

参天之本,必有其根;环山之水,必有其源。学校制定了《聊城大学高水平运动员、运动队管理规定》,设立专项经费,构建了体育教育与竞技运动一体化体育人才

培养模式;为龙舟队建设了力量训练房、体能训练房、龙舟技术诊断实验室、康复理疗室、龙舟荣誉室,购买了心率监测设备和数十条标准龙舟;为训练团队配备了体能教练员与科研教练员,制定了个性化的训练方案,同时充分利用高校学术资源,申报龙舟专项研究课题,利用国家和省社科基金课题研究成果,指导竞技龙舟事业高起点发展;先后建立东昌湖水上游训基地、广东汕尾仁荣龙舟俱乐部训练基地、福州浦下龙舟俱乐部训练基地等,形成了先进的训练理念与训练模式……

◆一往无前的龙舟精神

“夺冠靠什么?靠的是精神,靠的是灵魂。有了精神和灵魂,就有了方向和动力,就再也不用担心和害怕。”龙舟队总教练吕艳丽说,聊大龙舟精神就是夺冠的最大“秘诀”。

聊大龙舟队坚持“支部聚力、龙舟育人”“以训立德、以赛树人”理念,每到一个新的比赛地,都会挤出时间组织队员深入当地红色场馆参观考察,重温红色历史,汲取奋进力量,用坚定信念、革命精神鼓舞士气,铸就了“团结协作、顽强拼搏、不怕困难、急流勇进”的聊大龙舟精神,培养出860余名有理想、有自信、有能力、重团结的优秀龙舟人才。

教师利用龙舟运动课程讲授中华优秀传统文化,使理论学习与龙舟特色结合起来;龙舟队作品“龙舟战队党旗红”在“灯塔-党建在线”上获得展播,有力提升了科学化规范化水平和队员的理论素养;省级一流课程《龙舟训练理论与实践》,将聊大龙舟队的成绩、经历制作成13个思政课教学案例,融入教学过程……

一个地方,总有一些故事让人动容;一所学校,总有一些力量让人澎湃。自成立以来,聊大龙舟队获得各种奖项近500个,其中金牌256枚;先后荣获“全国活力团支部”、“山东省青年五四奖章集体”、全省“党建工作样板支部”培育创建单位等荣誉称号,铸就了龙舟队“聊大品牌”。

不为繁华易匠心,不舍初心得始终。“在异国他乡,五星红旗和《义勇军进行曲》一次次升起和奏响,是我们最自豪和骄傲的时候。”龙舟队队员崔顺顺说,这种为国争光的荣耀和幸福真的是无与伦比。

◆一条船一条心

在聊城大学龙舟队,既有曾经田径、皮划艇等运动训练专业的体育生,也有体育教育专业的学生。如何根据不同的情况,差异化训练,把他们凝聚在一起是个难题。

“作为大学来说,队员每年都会更替。体育教育专业的学生坚韧,抗挫折能力强;运动训练的学生有股狼性,不服输,勇往直前。但是,只要大家都保有对龙舟的热爱和坚持,传承聊大龙舟精神,我们就能够发挥自己的优势,实现自己的价值。”吕艳丽说,在训练中,她一直根据队员不同的情况去严格要求他们,夏练三伏,冬练三九,最冷的时候砸开冰面训练,在训练中不断超越极限。

“注重爆发力、注重桨下力量的实效性,起航快,中程保持力量、调节气息,后程加力、上桨频冲刺。”吕艳丽借鉴皮划艇的训练模式,结合大学生队伍“亦训亦读”的特点,逐渐摸索出了适合本校团队特点的训练战术,形成了从选材、集训到比赛的一整套具有聊大特色的技术体系。

“龙舟比赛不同于其他项目,不是一个人强弱就能决定胜负的。在聊城大学龙舟队,让我感触最深的就是队员间彼此的信任与支持。”队员薛高妮曾是“龙舟名镇”九江的一名职业龙舟选手,她认为,聊大龙舟精神并非只有夺冠的信念。

结合高校运动队的特点,聊大龙舟队坚持科教体训贯通融合,确定了“文武兼修、龙舟育人”的办队宗旨和“校俱结合、以赛代训”的竞训模式,形成了“强度为主、重视桨下效果”的训练理念和个性化的训练方案,并将龙舟课程写入人才培养方案。

吕艳丽说,聊大龙舟队在第16届世界龙舟锦标赛上包揽U24标准龙舟混合组、小龙舟公开组长距离3枚金牌,改变了“短距离强、长距离弱”的局面;男生夺金数量高于女生,改变了参加国际A级比赛“阴盛阳衰”的局面,体现了聊大龙舟队的综合实力。

在第16届世界龙舟锦标赛上载誉归来的聊大龙舟队,日前再次出征2023年全国青少年龙舟锦标赛暨U系列龙舟赛,并夺得8枚金牌和才艺表演金牌,再续聊大辉煌篇章。



▲比赛间隙,男队员合影。(受访者供图)



聊城大学龙舟队在东昌湖水域训练。商景豪 摄