



高科技助推中国游泳腾飞

瞄准世界科技前沿,让科技的力量助中国游泳腾飞。自从10月25日以来,包括奥运冠军叶诗文、新科世锦赛冠军徐嘉余、汪顺,以及我省小将李冰洁在内的中国游泳队大部分队员陆续抵达北京体育大学,接受技术、体能、生理生化、康复等测试,希望从数据分析中找到“复制成功”的量化标准。

1 借鉴菲鱼成功轨迹

在为期2周的时间里,中国游泳运动员在专家的指导下,对身体形态、专项素质、技术动作、体能储备等数据进行量化,评估专项能力及损伤风险,建立个人档案,并纳入国家队数据库。

技术测试包括水下技术和出发转身技术分析两部分。在水下技术测试中,运动员腰上系着牵引绳游进,当弹力绳绷紧时的动作和疲劳状态下的动作有所不同,对全速游和速度下降后的技术进行数据分析,找出技术弱点。

体育运动科学博士索科洛瓦斯是美国游泳队生理部主任,经过20多年的研究分析得出了菲尔普斯的成功轨迹。世锦赛前夕,他对在美国训练的中国队员进行了测试,对孙杨、徐嘉余、叶诗文、李朱濠、史婧琳等人印象深刻。

“经过这几天的技术测试,我发现中国运动员普遍在技术上有薄弱环节,其实只要加强针对性的分解练习,就会看到效果。”索科洛瓦斯说,“水下技术分析是美国队这十多年常用的手段,关键不在于水下摄像,而是对数据进行解读和专业分析。”



2 运动员受益良多

国际比赛中,中国运动员的“途中游速度”世界一流,但是普遍在出发和转身方面吃亏。

负责进行出发和转身技术测试的生物力学专家刘卉介绍,她的工作就是从运动员的出发离台,或转身蹬壁前后的髌、膝、踝关节角度、反应速度、距离、身体姿态等方面,提供技术合理性的数据,帮助运动员提高。叶诗文说:“我在世锦赛前进行过类似的技术分析测试,对出发、转身和途中游技术都提出了针对性意见,我觉得很有效果,但是一定要坚持。”

徐嘉余则表示:“我今年的成绩有了飞一般的进步。这次的测试肯定会对我队友有帮助,让我们继续突破自己,在明年亚运会和短池世锦赛中获得更多金牌,为东京奥运会打好前站。”



3 有效改善薄弱环节

今年5月,刘湘曾经随教练何新中来到北体大训练,当时就进行了体能、康复和技术方面的测试和分析,受益匪浅,此后在天津全运会上2次打破女子50米自由泳亚洲纪录。

“我们就要通过测试寻找和量化哪些是规律性的、可以复制的成功经验,这非常必要。”何新中说。

刘湘也说:“技术分析对我很有帮助,很多时候在疲劳的时候动作变形了,却不知道是什么样。通过数据分析就会明确知道自己的弱点,进行针对性训练。而康复和体能训练,更是让我既避免了伤病,又在薄弱环节得到了增强。”

据康复专家钱菁华介绍,康复测试主要是对有伤病的运动员进行伤病检查,对没有伤病的运动员进行运动损伤风险评估,并建立医学档案,和教练员沟通,进行一对一的运动康复方案。“现在已经测试过的游泳运动员大部分是肩部有问题,此前陆滢和刘湘都在我这里进行过检测和康复,取得了一定的效果。”

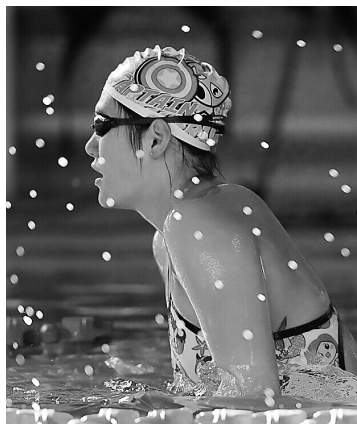
4 行业标准向全国推广

在体能测试中,科研团队采用FMS功能动作质量筛查方法,包括过顶深蹲、跨栏架、直线弓步、肩部灵活性、主动直膝抬腿、躯干稳定性、旋转稳定性、抛接网球、支持下落、立定跳远、功率测试、八级腹桥,对运动员的身体和体能作出评估。

体育总局游泳中心主任刘大庆指出,希望通过测试,把以往的经验之谈上升到理论,归结为行业标准向全国推广。“中国游泳要成为世界强队,需要加强理论和认识,把科技力量真正变成生产力。以后类似的测试会定期举行,帮助运动员、教练员找到薄弱点并攻坚克难。”

曾经担任孙杨教练的朱志根说:“各行各业都需要借助科技的力量来发展。这是我们第一次尝试这些专业化的科研测试并得到精准的数据分析,相信经过一段时间的努力和磨合,一定会得到非常好的成效。”(周欣)

声音



叶诗文欲夺回纪录

本报讯 国际泳联世界杯短池系列赛将于本月在北京举行,叶诗文表示将转战短距离项目,并且渴望夺回女子100米混合泳的亚洲纪录。

叶诗文说:“世界杯系列赛北京站在眼前,我参加的都是短距离,此次公开课和体测将对调整比赛状态有直接帮助。去年日本选手池江璃花子破了我100米混合泳的亚洲纪录,这一次我很紧张,不知道能否创造新纪录。”

叶诗文还表示,国家队在美国训练期间,自己曾接受过索科洛瓦斯博士的体测,他能够准确分析运动员每个划水动作的准确性、速度和频率,从而为之后的训练提供全方位的指导。

徐嘉余更加自信

本报讯 如今的徐嘉余显得成熟不少,特意蓄了薄薄的胡须。

“前段时间应该是换季的原因,有些感冒,再加上国庆节假期,所以没有系统训练。不过这样也好,早早把病生完,冬训时就不会有问题了。”徐嘉余说,“今年的冬训应该要上高原,一方面技术环节上精益求精,因为高强度比赛时,技术很难做到完美,另外就是要提高自己的身体素质。”

对于世界冠军带来的影响,徐嘉余说:“世锦赛夺冠确实站上了新的高度,也更有信心了。以前不太敢说有什么样的伟大目标,但是现在可以很霸气的对别人说,我还要奥运冠军,还要破世界纪录。不过,我现在的能力还不能跟孙杨比,还差得远,还有很多东西要向他学习。”

对徐嘉余来说,金牌只意味着数量的积累,突破世界纪录才是梦寐以求的目标,“其实我离世界纪录可以说就差一个台阶了,而且一只脚已经抬起来了,可以这么说,我后面的每一场比赛都是为了打破世界纪录。”

崇礼承办高水平滑雪赛

本报讯(记者王伟宏)记者昨天从省体育局获悉,即将到来的2017-2018赛季,多场高水平滑雪赛将在张家口市崇礼区各大雪场举办。

其中,包括3项国际雪联世界杯赛事,分别为空中技巧世界杯、U型池世界杯和自由式滑雪雪上技巧世界杯。前面2项将在云顶滑雪场举行,时间分别为12月16日至17日、12月21日至22日;后1项将于12月21日至22日在大舞滑雪场举办。

新赛季,崇礼还将举办国际雪联高山滑雪积分赛、国际雪联远东杯滑雪赛、亚洲单板滑雪联赛、香蕉公开赛等国际赛事。

此外,全国单板滑雪平行回转锦标赛、全国高山滑雪巡回赛和全国大众单板滑雪比赛将在长城岭滑雪场举办,全国自由式滑雪雪上技巧锦标赛将在大舞滑雪场举办。

国足公布最新集训名单

本报讯 为了备战与塞尔维亚和哥伦比亚的热身赛,昨天,中国足协公布了新一期国足名单,河北华夏幸福有3人入选。

本周末,本赛季中超就将落下帷幕。10日和14日,国足将分别迎战塞尔维亚和哥伦比亚,下个月还将出战传统的东亚杯四强赛。为此,国足将于5日至14日进行集训,值得注意的是,在这份23人的大名单中,虽然广州恒大依然是国脚大户,但老将郑智未能入选,华夏幸福则有尹鸿博、赵宇豪和任航入围。具体名单如下:

冯潇霆、张琳芃、郜林、曾诚、于汉超、李学鹏(恒大);武磊、颜骏凌、王燊超、贺惯、傅欢(上港);尹鸿博、赵宇豪、任航(华夏幸福);蒿俊闵、王大雷、郑铮(鲁能);张稀哲、于大宝(国安);姜至鹏、肖智(富力);吴曦(苏宁);赵旭日(权健)。

圣日耳曼狂飙4连胜

本报讯 在昨天凌晨进行的欧冠小组赛第4轮中,巴黎圣日耳曼主场5:0大胜安德莱赫特,以4连胜的战绩提前2轮出线,并且创造了1项欧冠进球纪录。

维拉蒂和内马尔上半场各进1球,帮助圣日耳曼早早锁定胜局;下半场库尔扎瓦成为主角,26分钟内完成了帽子戏法。至此,圣日耳曼前4轮保持全胜,前3轮分别3:0胜拜仁,5:0凯尔特人,4:0安德莱赫特,从而成为欧冠历史上首支在前4轮小组赛打进17球的球队。另外,大巴黎还是本赛季唯一在小组赛保持零失球的球队。

与大巴黎形成鲜明对比的是马竞,他们主场1:1再次被卡拉巴库逼平,仅积3分排名小线第三,后者上轮就是在马竞身上拿到了队史首个欧冠积分。同组的罗马与切尔西上演焦点战,主场作战的罗马凭借沙拉维的梅开二度和佩罗蒂的进球以3:0告捷,并且继续位列小组首位。

前德甲球星中乐透大奖

本报讯 昨天,前德甲球星贝克曼无心插柳,中了乐透大奖。

贝克曼曾在2004-2011年效力于波鸿和弗赖堡,去年结束职业生涯。据悉,他对彩票非常感兴趣,而且多年来一直买同样的数字,那就是孩子的生日,这一次终于中了500万丹麦克朗(约67.2万欧元)的大奖。

当贝克曼中奖的时候,他正在西班牙度假,并且是通过电子邮件才知道这个消息。“我检查了一下发件人的地址,和之前看到的是一样的,因为之前我中过50克朗,但为了安全起见,我还是给他们打了电话,确认我中奖了。”

贝克曼表示,他还不知道这笔钱该怎么花,“反正冬游肯定会继续延长了。”

中国体育彩票

排列3第17298期 099
排列5第17298期 09969
大乐透第17128期 09+11+13+18+33+02+03
(开奖结果以体彩中心公布为准)