

# 山东威海体育训练中心主任崔江一席谈 夯实体能,“变”出成绩



变身管理岗,崔江心中的宏图依旧不变。  
本报记者 李志刚 摄

## 畅谈三大项目

据崔江介绍,十二运之后,具体从2014年开始,山东省威海体育训练基地正式更名为“威海体育训练中心”,这里是山东省体育局的直属事业单位,下辖三支运动队,“两支球类,橄榄球和手球,还有省体育局田管中心部分田赛项目放在我们这里。”采访的时候,正是冬训阶段,除了女子手球和田径的部分项目“在家”之外,威海训练中心的大部分运动队都在外或即将外出集训,崔江系统地介绍了各大项目的现状及成绩。

在2013年辽宁十二运上,山东男女橄榄球都取得了冠军,“不能说绝无仅有,但应该说确实很有影响。”崔江如此评论。最近一年,山东橄榄球在国内的成绩依然比较突出,“就说2015年吧,山东橄榄球男女青年队都拿到了冠军;成年队方面,山东男队还是冠军,女队呢,由于有多达9名主力被抽调至国家队,不能参加国内赛事,所以拿了一个第4名。”

过去两届全运会,山东男子手球队

都取得了银牌,横亘在他们身前的,是集中了多名国家队球员的江苏队这座大山。2014年在全国锦标赛上,山东男子手球队第一次战胜了江苏;2015年,在超霸杯上,山东队第二次击败江苏。如今,在韩国教练的带领下,山东男子手球队的发展前景被一致看好。至于女子手球,如今山东女子手球队完全以小队员为主,着眼长久,瞄准的是今后而不是近期的赛事。

田径方面,男子跳高的张国伟现在在威海中心的“王牌”。崔江认为张国伟已经走出了十二运会的阴影,“在心理、能力、水平上都上了一个台阶,临场发挥已经比较稳定。”在国际田联“钻石赛”上,张国伟多次跳过2.30米,最好的成绩是2.38米,大家都期望着他能够跳过2.40米,书写新的中国纪录。除了男子跳高,据崔江介绍,威海中心的女子铁饼、女子标枪也具备一定的竞争力。

## 练体能,变成绩

2017年十三运,山东省体育局给威海训练中心下达了“三块金牌”的硬指标,崔江强调“真的是有困难”。难度体现在什么地方?崔江认为主要有两条:其一,原来计分办法中,橄榄球项目金牌“一块算俩”,现在已经取消了,一块就是一块,而现在山东男女橄榄球队已经是大家的众矢之的,更关键的是中国香港队可以不打预选赛,直接入围决赛,“这就造成敌暗我明的情况,中国香港队很多都是职业球员、归化球员,有时候国家队都打不过他们,对我们的冲击自然非常大”;其二,原来威海中心的一些优势项目,比如男子3000米障碍,现在已经取消了。

谈完了困难,崔江说,省体育局领导下达这样的指标和任务,也是对威海训练中心的信任和肯定,为此他们也做了大量的工作,这些工作主要体现在“夯实体能,变出成绩”上面。

崔江认为,在复合型指导团队的带领下,狠抓体能训练,以体能为保障,向体能要成绩,代表着今后体育发展的方向,“现在各支运动队的伤病都非常多,

为什么?在很大程度上是因为体能下降导致身体机能出现问题,从而导致受伤。”只是目前还有一些教练对此固执己见,依然习惯采取老办法,将体能与技术严格区分开来,“有些教练认为,体能练多了,技术就会下降,这种思路必须作出调整,一定要跟上形势。”

至于“变”出成绩,这是崔江强调的“核心内容”。“变了,才有可能提高,从而改变现有状态;不变,门儿都没有。原来不好的,穷则思变;原来好的,要坚持敌无我有,敌有我精,敌精我变的策略。”崔江表示任何项目都要有紧迫感,最后他阐述了“变”的几个步骤:首先是“设计”,要做好计划;其次是“实施”,现在已经进入“大数据时代”,要通过科学手段量化目标,而不能单靠经验,要用“实施”去验证“设计”;最后是“总结”,用科学、系统的总结,再反过去,指导下一步的“设计”和“实施”,形成一个完整的“环”。



从2015年初履新到现在,将近一年的时间过去了,崔江说自己正逐步熟悉威海体育训练中心的情况,争取在任期内能够做出一番成绩。崔江是辽宁沈阳人,上世纪80年代中期毕业于沈阳体育学院,此后一直从事水上项目的训练,十余年前,作为山东省体育系统聘请而来的专项人才,崔江在山东扎下了根,用他的话说就是“无论从生活还是思维,都是山东人了”。从专业队的教练,到如今担任威海训练中心的行政领导,崔江说自己也是经历了一个转变的过程,“肯定不容易,但咱们山东省体育局的领导既然把我放在这个位置上,我只有努力向前,才能不负重托啊。”

本报记者 李志刚

►山东男女橄榄球、山东男子手球等都是威海基地的王牌项目。

## 山东体育连连看

### 十三届冬运会 山东健儿取得新突破

1月30日,第十三届全国冬运会在新疆落下帷幕。我省由青岛短道速滑队12名队员组队代表山东参赛,与4年前长春冬运会只有1人参赛相比,本次冬奥会我省阵容壮大了许多。12名队员参加了除青年组接力之外的所有单项比赛,有两人历史性地进入A组决赛,并且在接力项目取得了第六名,共收获1个第四,1个第六,2个第七的成绩。山东作为国家北冰南展的重要省份,在冰上项目上实现了新的突破。

(通讯员 贵敏 尚亚)

### 全国U20女排联赛 山东获季军

近日,全国青少年U20女子排球联赛在福建漳州体育训练基地落下帷幕。经过激烈角逐,山东青年女排斩获第三名。本次赛事由国家体育总局排球运动管理中心主办,共有14支队伍参加。在为期7天的争夺中,山东青年女排在小组赛中以全胜战绩出线。随后淘汰赛中战胜八一队挺进四强,但在半决赛不敌实力强劲的江苏队,最终在三、四名决赛中击败福建队收获季军。

(通讯员 宋莹)

### 山东举行运动员 入队文化测试

1月26日,2016年山东省优秀运动队运动员入队文化测试在济南、日照、青岛和广西北海四个考点同时举行。参加本次入队文化测试的运动员共515名,都是2016年拟办理省优秀运动员试训和招聘手续的运动员。我省自2013年开始试点运动员入队文化测试,2015年正式将入队文化测试列入运动员选招条件。凡不参加入队文化测试和测试成绩不及格者当年度将无法办理试训和招聘手续。

(通讯员 程晓楠)

### 中国女足四国赛夺冠 山东四将表现上佳

1月26日,2016女足四国邀请赛在深圳落幕。中国女足在首轮以0:0战胜墨西哥女足,第二轮以8:0大胜越南,最后一轮2:0力克韩国,以三战2胜1平的不败战绩夺冠。我省小将赵雪在对阵越南队时打入奠定胜局的第二球,得到了新任女足主帅布鲁诺的肯定。吴海燕、杨曼、李影三名队员在比赛中也均有上佳表现。

(通讯员 宋莹)

### 莱州中华武校 受邀参加春晚彩排

近日,央视春晚导演组再次邀请莱州中华武校参加2016央视春晚戏曲节目独家伴舞,儿童武术节目《金猴闹春》也被全票通过晋级《直通春晚》决赛。莱州中华武校是国内外演绎武术节目的劲旅,注重发展体育竞赛表演业,屡屡受邀随国家领导人出国访问。

(通讯员 徐彬)

