



会客厅主持人:
许恺玲:齐鲁晚报资深体育记者、编辑,只想做个安静的主人
本期会客厅嘉宾:
刘鹏:供职于山东省体育科研中心体能训练研究室,张成龙的体能教练
刘伟:齐鲁晚报里约奥运会特派记者,前线情报一手掌握
李志刚:齐鲁晚报资深体育记者,对各种项目了如指掌
廖雯颖:齐鲁晚报资深记者,喜爱八卦的体育小白

不光男子体操,本届奥运会中国女子体操遭遇压分也很厉害。新华社发

连遭压分误判,多“说”才有益?

体操拳击受裁判“照顾”,一肚子委屈自己咽



恺玲开聊

本报记者 许恺玲

恺玲:今天的恺玲开聊又开始啦,欢迎各位嘉宾,看过前一天比赛后,大家应该都被各种遗憾洗脑了吧,尤其是体操项目,小伙子们遗憾地获得铜牌。

刘伟:这次男团决赛,裁判的打分有点让人看不懂,特别是张成龙单杠项目,几乎完美,但只有15.66分。

刚哥:这个就真的该讨论一下打分项目的“乐与悲”了,像体操这样的打分项目的弊端,就在于过于“主观”。

刘鹏:确实存在这样的问题,打分类项目主观性比较强,裁判可能会有不同的观点。毕竟咱能做好自己能做的事,其他的事咱没有办法控制。

刘伟:赛后张成龙也是这样说的。

刘鹏:这也是黄玉斌总教练对大家的要求。

雯颖:是不是一直以来我们更重视对运动员的培养而相对忽视了培养裁判员?

恺玲:也不是,国际裁判还是有。打分项目就这样,乐与

悲相伴,割裂不开。
刚哥:不仅体操,拳击也是这样。

雯颖:看那个拳击小伙吕斌都哭成小泪人了。作为一个非体育迷,我感觉,每次遭遇不公平对待,好像都是运动员委屈痛哭,然后回头擦擦泪说我们再努力。看这次霍顿出言挑衅,澳大利亚还维护他,说就是表达自己的观点。这一点上来说,我们对自己人也太深明大义、委曲求全了。

恺玲:中国运动员会自由表达的真的比较少,要不然傅园慧就不会成网红了。

刘伟:其实运动员真心不容易,四年一次,场内外的各种干扰,赛后张成龙抱着陈一冰痛哭一场。像张成龙这样的老将,能不能参加下届奥运会估

计就很悬了吧。想问问刘教练,张成龙在体能恢复上有什么特殊的要求吗?

刘鹏:张成龙训练中最大的问题就是伤病和体能恢复的影响,和年轻队员相比确实要下更多的功夫。

恺玲:他的伤病主要在哪?一般训练中怎么恢复?

刘鹏:他2013年是肩周损伤,2015年影响较大的是腰椎间盘突出。体能恢复方面,一是保持一定的基础力量训练及有氧训练,二是加强牵拉放松,冷热水浴等促进恢复措施,三是制定专门的营养补充剂方案。伤病的恢复是以治疗和康复训练结合的方式,队医主要负责治疗,我主要负责康复训练。

雯颖:他们也爱用拔火罐吗……



中国选手吕斌占尽优势被判负,在离开时亲吻拳台。新华社发

刘鹏:嗯,火罐是运动员常用的治疗方法,目前好像很火。

恺玲:运动员的伤病恢复,普通人真的很难理解。

刘鹏:在我看来,这些顶级运动员就是超人。

雯颖:他们都是在挑战极限。

刘鹏:是的,体操不仅是对身体生理的挑战,也有很大的精神压力,因为像单杠这样的项目存在很大的风险,每次主课训练都要给自己提气,受点皮外伤更是家常便饭。

恺玲:我每次看双杠项目,他们做动作的时候我内心都觉得很疼,那个大臂内侧是不是得有厚厚的茧了,那块皮肤本来好薄的。

刘鹏:对啊,天天磨皮肤就会产生适应性变化,有时候运动员可能有点小伤,比如手皮破了,但天天训练刺激,可能半个月才能恢复。

雯颖:我的脑洞总在比赛之外的地方随机开启……为什么男团不化妆呢?我觉得男团颜值那么高,似乎没有想靠脸刷颜值的考虑。

刘鹏:女团化妆是有要求的,男队则没有,所以这就看男运动员的心情了,也不排除男运动员自己化妆的可能。

恺玲:会不会颜值更高,裁判们看脸打分,更宽松呢?

刘鹏:在我看来这种可能

性不大,花痴不能影响本职工作啊。

雯颖:颜值高,群众基础好,知名度高、体育明星,配合高超的技术,裁判印象分会更高吧。

刘鹏:我觉得也有道理,但这也要建立在专项水平相当高的基础上。

雯颖:很想知道,又要保持体能,又要控制体重,运动员们可以吃多少零食啊?那种“好吃不健康”的……

刘鹏:原则上不建议运动员吃这些零食,当然不排除一些小队员偷吃的。张成龙这点做得特别好,体现出了他的自律能力。

恺玲:所有零食都禁止吗?

刘鹏:也不是,膨化食品及碳酸饮料不建议吃或者喝,有些巧克力之类的,可以根据训练和比赛需要进行补充。女队员对体重的控制还是比较严格的。

恺玲:体操运动员很高很壮了就会被淘汰吧,我觉得像张成龙这样的“高人”,在体操队好难得。

刘鹏:体操运动员高了,做动作就会更费力一些,张成龙靠的是协调和努力,以及非常强的理解力。

恺玲:那我们感谢刘教练百忙之中观摩了我们的八卦,七夕节,相信教练应该有正事要忙。明天,我们会聊哪个项目呢,敬请期待吧。

奥运争第一,不是“只认第一”



李曰里约

本报记者 李志刚

最近几天,伴随着中国代表团打开“夺金之门”,不少人又开始高调宣布“奥运会就得争第一”。这样的观点对不对?当然是正确的,但出现的时机和文中的逻辑却耐人寻味。

“更快,更高,更强”,这是大家耳熟能详的奥林匹克格言

言,其影响早就超越了奥运会乃至运动,而成为规范、引领甚至指导人们生活的座右铭。运动员参加比赛,无论古今中外,都是想获得尽可能好的成绩。尤其是中国这种“举国体制”的体育系统,运动员经过多年培养,层层选拔,获得了参加大赛的机会,“养兵千日,用兵一时”,当然应该拿出全部本领,使出浑身解数。从大里说是为国争光,往小里聊是成就自我,这自然是带有普世价值的真理。吊诡之处在于,“真理”,一般说来不需要再额外证明,这

么多人“旧话重提”,文中大都有一个批判的前提,那就是用此来驳斥“大赛放松论”。

2008北京奥运会,中国赛场内外均是大丰收,可以说达到了一个很难再次企及的“历史高点”,此后,才逐渐有了“奥运降温说”。从根本上而言,这一说法是在为中国体育服务的,特别是可以让中国奥运代表团进退自如,留有余地。而从运动员个人的角度而言,也确实只有放松下来,才能体会到运动、竞技、比赛的美妙之处,这本身是没有错误的。宽松的

舆论环境一直维持到本届奥运会开幕之前,但随后的“唯金牌论”突然之间死灰复燃,不信的话,大家可以关注一下身边的媒体,虽然也有“段子手”傅园慧的新闻,但却只能被处理成花絮、佐料、调味品,没有人发号施令,但所有的媒体靠着“自觉”就又回到了老路上。说实话,这一点让我觉得可悲,我个人认为,这是一次历史的倒退。有一点必须要强调,“争第一”,绝对不能等同于“只认第一”。眼看着某些媒体一方面喊着“拒绝造神”,另一方面却恨不

得将金牌运动员的生活,成长记录全部“扒”出来,是不是相当可笑?可能有人会拿“杜丽这次没拿金牌,却依然是焦点”来反驳我,我只想问一句“如果没有过去的奥运金牌,大家对杜丽还会那么关注吗”?要从根本上扭转这种“只认第一”的局面,恐怕还得从终极问题即“奖励机制”上做文章——只有奥运会在所有的世界大赛中不再“特殊”,奥运会金牌在所有的奖牌中不再“特殊”,整个社会不再拿奥运会金牌“说事”,我们才能真正接近运动、接近奥林匹克精神的本质。