

里约奥运会之后进行了新老交替，并针对新规则重点训练队员的决赛能力——

中国射击队瞄准东京奥运会

本报记者 袁浩

7月26日，当记者来到位于北京西五环外的北京射击馆，“啪……啪……”一阵密集的枪声从资格赛馆传来。从7月25日~27日，中国射击队在此进行第二阶段集训模拟考核，备战8月的雅加达亚运会。

作为东京奥运会周期的一次“中考”，中国射击队在广州完成第一阶段模拟考核后，在北京进行第二阶段的模拟考核，足见队伍对亚运会，乃至亚运会结束后一周开赛的射击世锦赛的重视。

年轻队员开始挑大梁

7月26日进行的是男女10米气步枪资格赛和决赛。在靶场，记者看了一下场上的队员，除了杨皓然和张彬彬两位名将较为熟悉外，其他队员均叫不上名字。

对此，中国射击队领队王炼告诉《工人日报记者》：“去年天津全运会后，老队员退役很多。我们从去年底开始组织队员冬训。本次亚运会也是公开选拔，不设门槛，结果选出来的大部分都是年轻队员，有名气的很少。”

以往的中国射击队可谓星光熠熠。朱启南、杜丽、庞伟、易思玲、郭文珺……一个个奥运冠军的名字可谓家喻户晓。里约奥运会之后，中国射击队进行了新老交替，参加2018年雅加达亚运会的18名队员较为年轻。“最大的30岁，最小的19岁，平均年龄24岁。较以往，队伍很年轻。”王炼说。

虽然队员年轻，但他们已具备了不俗的实力。在当天的10米气步枪比赛中，征战过里约奥运会的杨皓然和张彬彬都没能夺冠。徐江和赵若竹包揽了女子10米气步枪冠军；男子10米气步枪冠军则被21岁的宋布寒摘得。

亚运会仅仅是“中考”

据记者了解，雅加达亚运会射击比赛将在协办城市巨港举行，中国队将参与16个项目中的13个。过往几届大赛，尤其是奥运会，射击项目均诞生了首金，不过本次亚运会的首金不会出现在射击项目。“根据赛程，射击

选手参赛。“这对整个项目是不利的。因为人少了，比赛的偶然性增加了，比赛水平有所下降。”王炼说。

相较于亚运会，王炼坦言，亚运会之后的射击世锦赛更重要，“因为这是东京奥运周期分配奥运参赛席位最多的一场比赛，也是分配席位的第一场比赛。”当然，4年一届的亚运会也很重要。为了模拟雅加达高温高湿的



7月26日，为备战亚运会，中国国家射击队第二阶段集训进行模拟考核比赛。
本报记者 许之丰 摄

项目8月19日13时50分左右才会决出第一枚金牌，其他项目在上午应该就有金牌产生。”王炼对记者说。

首金往往意味着压力。“我们不给队员强化首金的概念，首金也是一枚金牌，没有任何区别。从长远来说，我们的重点还是备战东京奥运会，亚运会只是中考，一次检验队伍重新组建后训练成果的比赛。”王炼强调。

此外，由于限制参赛规模，雅加达亚运会射击项目的比赛规模也压缩了不少。以10米气步枪混合团体为例，每个国家只允许1对

天气，中国射击队把第一阶段模拟考核放在广州举行。

重点训练队员的决赛能力

与大多数项目一样，射击比赛的规则也在不断变化，而影响尤其大的两个变化是资格赛成绩不带入决赛，以及比赛现场可以有噪音。

以往，队员打完资格赛，前8名进入决赛，其预赛成绩也直接带入决赛。在里约奥运

会之前，国际射击联合会取消了这一规则。在王炼看来，这对中国射击队影响非常大。“我们在大部分项目上的基础实力有优势，但是决赛只有24发，输赢也就在0.1环之间。说难听点，0.1环不是人为因素能控制的。”

从里约奥运会的成绩来看，中国射击队仅收获1金2银4铜，10人打进决赛仅收获一枚金牌。队员决赛能力不强直接影响了最终的成绩。

对此，中国射击队从去年冬训开始更偏向于提高队员的决赛能力。“但这也不能打消掉规则的负面影响。我们在队里始终跟队员和教练强调，要抓好规则，适应好规则，变不利为有利。我们也不是在所有项目上有优势，一些劣势项目，我们就可以利用规则冲击对手。”王炼说。

射击比赛中允许播放音乐、鼓掌等方式同样对这项比赛产生了很大影响。以往，射击比赛馆里静悄悄，现在，既有音乐，还有鼓掌声。这对射击运动员来说是个不小的考验。

为了适应规则，中国射击队同样想出了新的训练方法。据王炼介绍，在基础训练阶段，队伍会定期组织全队比赛，淘汰赛的第8名被淘汰后必须一直唱歌到比赛结束。场下的运动员也可以大声去喊场上运动员的名字，吵闹的音乐和鼓掌声更是司空见惯。“在这个阶段，我们就是要给队员制造各种干扰。”

进入综合训练阶段，抗干扰训练也更贴近于实战。一般而言，正规的射击比赛会适度控制音乐的音量，观众也很少去喊场上运动员的名字，更多的是鼓掌。“这些训练收到了一些成效。在今年的世界杯分站赛上，中国队提高了夺金概率。”王炼说，“当然，我们也不能忽视基础实力训练。没有基础，进了决赛也冲不出来；有了基础，到了决赛发挥不出来也没戏。这是一个辩证的关系。”

郭铭皓的家长也观看了本次比赛，他对记者说：“孩子以前挺腼腆的，加入了棒球队，现在开朗了很多。而且他作为游击手，需要不断提醒队友，已经养成爱说话的习惯。”

据刘震龙介绍，目前北京棒球运动也采取“体教结合”的方式发展。郭铭皓所在的中国教科院丰台实验学校就是一所棒球运动特色学校。通过学生自主选择体育项目，利用业余时间训练，个别优秀的学生有可能以后走向职业化道路。

推广普及任重道远

据本次获得季军的朝阳队棒球教练张伟介绍，现在北京每个区几乎都有棒球重点学校。就朝阳区来说，有华中师范大学第一附属中学朝阳学校、陈经纶中学保利分校等。同时，青少年棒球俱乐部越来越多，它们面向社会招生，对重点队员进行培养。在这两种因素的合力下，目前北京市的棒球运动有了很大的发展。在朝阳区，仅小学就有40支左右棒球队，每支球队大概16人，大致有600多人，在北京各区处于领先地位。

然而，刘震龙认为，虽然近年来北京的棒球运动有了较快的发展，但依然是“小众”运动，与日本和韩国有很大差距，推广普及仍然任重道远。

“棒球需要比较大的场地，而且所需装备器材多，如球棒、服装、头套、各种护具，是比较‘烧钱’的体育项目。另一方面，我国棒球项目发展的较晚，棒球文化尚未形成，很多高校甚至没有棒球社团，这些都客观上制约了棒球运动的推广和发展。”刘震龙对记者说。

郭铭皓现在初二，练习棒球已经两年，他感觉自己的球技水平在稳步提升。在问他当时为什么要选择棒球运动的时候，他回答说“当初只是觉得棒球衣服很帅气”。在获得家长支持后，他刚入初中不久就加入了棒球队。

作为游击手，郭铭皓负责防守二、三垒间。

他的职责在于接捕二、三垒间的击球，以及接捕守备球员的传球来促使击球员或跑垒员出局。

据郭铭皓介绍，学校的棒球队每周一、三、五放学后练习至8点，周六全天练习，多是打比赛。“训练强度还是比较大的，开始吃不消，半年后才适应。”刘震龙充满信心地说。

郭铭皓的家长也观看了本次比赛，他对记者说：“孩子以前挺腼腆的，加入了棒球队，现在开朗了很多。而且他作为游击手，需要不断提醒队友，已经养成爱说话的习惯。”

据刘震龙介绍，目前北京棒球运动也采取“体教结合”的方式发展。郭铭皓所在的中国教科院丰台实验学校就是一所棒球运动特色学校。通过学生自主选择体育项目，利用业余时间训练，个别优秀的学生有可能以后走向职业化道路。

推广普及任重道远

据本次获得季军的朝阳队棒球教练张伟介绍，现在北京每个区几乎都有棒球重点学校。就朝阳区来说，有华中师范大学第一附属中学朝阳学校、陈经纶中学保利分校等。同时，青少年棒球俱乐部越来越多，它们面向社会招生，对重点队员进行培养。在这两种因素的合力下，目前北京市的棒球运动有了很大的发展。在朝阳区，仅小学就有40支左右棒球队，每支球队大概16人，大致有600多人，在北京各区处于领先地位。

然而，刘震龙认为，虽然近年来北京的棒球运动有了较快的发展，但依然是“小众”运动，与日本和韩国有很大差距，推广普及仍然任重道远。

“棒球需要比较大的场地，而且所需装备器材多，如球棒、服装、头套、各种护具，是比较‘烧钱’的体育项目。另一方面，我国棒球项目发展的较晚，棒球文化尚未形成，很多高校甚至没有棒球社团，这些都客观上制约了棒球运动的推广和发展。”刘震龙对记者说。

郭铭皓现在初二，练习棒球已经两年，他感觉自己的球技水平在稳步提升。在问他当时为什么要选择棒球运动的时候，他回答说“当初只是觉得棒球衣服很帅气”。在获得家长支持后，他刚入初中不久就加入了棒球队。

作为游击手，郭铭皓负责防守二、三垒间。

他的职责在于接捕二、三垒间的击球，以及接捕守备球员的传球来促使击球员或跑垒员出局。

据郭铭皓介绍，学校的棒球队每周一、三、五放学后练习至8点，周六全天练习，多是打比赛。“训练强度还是比较大的，开始吃不消，半年后才适应。”刘震龙充满信心地说。

郭铭皓的家长也观看了本次比赛，他对记者说：“孩子以前挺腼腆的，加入了棒球队，现在开朗了很多。而且他作为游击手，需要不断提醒队友，已经养成爱说话的习惯。”

据刘震龙介绍，目前北京棒球运动也采取“体教结合”的方式发展。郭铭皓所在的中国教科院丰台实验学校就是一所棒球运动特色学校。通过学生自主选择体育项目，利用业余时间训练，个别优秀的学生有可能以后走向职业化道路。

推广普及任重道远

据本次获得季军的朝阳队棒球教练张伟介绍，现在北京每个区几乎都有棒球重点学校。就朝阳区来说，有华中师范大学第一附属中学朝阳学校、陈经纶中学保利分校等。同时，青少年棒球俱乐部越来越多，它们面向社会招生，对重点队员进行培养。在这两种因素的合力下，目前北京市的棒球运动有了很大的发展。在朝阳区，仅小学就有40支左右棒球队，每支球队大概16人，大致有600多人，在北京各区处于领先地位。

然而，刘震龙认为，虽然近年来北京的棒球运动有了较快的发展，但依然是“小众”运动，与日本和韩国有很大差距，推广普及仍然任重道远。

“棒球需要比较大的场地，而且所需装备器材多，如球棒、服装、头套、各种护具，是比较‘烧钱’的体育项目。另一方面，我国棒球项目发展的较晚，棒球文化尚未形成，很多高校甚至没有棒球社团，这些都客观上制约了棒球运动的推广和发展。”刘震龙对记者说。

郭铭皓的家长也观看了本次比赛，他对记者说：“孩子以前挺腼腆的，加入了棒球队，现在开朗了很多。而且他作为游击手，需要不断提醒队友，已经养成爱说话的习惯。”

据刘震龙介绍，目前北京棒球运动也采取“体教结合”的方式发展。郭铭皓所在的中国教科院丰台实验学校就是一所棒球运动特色学校。通过学生自主选择体育项目，利用业余时间训练，个别优秀的学生有可能以后走向职业化道路。

推广普及任重道远