



循序渐进奔向十月 精心呵护争创佳绩

——记上海四百余名特奥运动员的备战训练

在 2007 世界特殊奥运会进入倒计时的日子里,参加比赛的**中国特奥运动员**也正在各地进行着最后的集训备战。作为东道主,中国体育代表团将组织近 1800 人参加 21 个正式比赛项目和 4 个表演项目。上海市特奥会承担了龙舟、皮划艇、马术、手球、板球等项目的集训工作,在青浦水上运动中心、金山马术场和奉贤特奥训练基地,有 400 余名特奥运动员在精心呵护和完善保障下,循序渐进地备战训练。

从喊“二”开始

对于健全人来说易如反掌的报数,却在皮划艇特奥运动员金少波面前成了一道难关。整队报数才到“2”,就被排在第二的他卡住,有时候要等很久,这个含糊的“2”字才能从他嘴里喊出。为此,教练不得不一遍遍地用强化式的重复,去刺激他的记忆和反应,训练之余,仍叮嘱室友帮他练习。两个星期后,金少波的“2”终于能跟上全队的节奏了。在这 14 天中绞尽脑汁辅导他的领队查荣发由衷地笑了。

特殊鼓励法

特奥运动员在训练中经常会有一些异想天开的举动和想法,如何正确地引导他们的思想,

成为教练经常要面临的新课题。

前年刚从上海师范大学体育教育系毕业的庄佳怡老师感慨,带特奥运动员,要情感、技巧“双管齐下”。这个自己还是被父母牵挂的上海女孩,如今已是 25 名特奥女子手球队员的教练,有了两年带特奥学生的经验。庄老师有一套“三明治式鼓励法”：“在批评队员时,先说肯定的话语,然后纠正他们的错误,最后再给他们信心和鼓励。让他们觉得自己得到了尊重和自信,才会更听你的,和你更亲。”

难得的荣誉

青浦残联负责人庄彩根介绍说,在集训前选拔队员时,家长的大力支持配合是令他最感动的事。青浦区有一位 16 岁少年邱苗春,被选中要去青岛参加帆船集训。“几行千里担忧”,何况他连自理能力都有问题。但邱苗春的父母却丝毫没有犹豫,坚决支持儿子去参加集训。“这些父母觉得,孩子能代表中国参加这样的比赛,就是一种自豪,一种难得的荣誉。”在奉贤基地,板球队教练吴建初也有同样的观点,“通过集训,孩子家长能明显感觉到孩子的改变,从自身的反应能力到自理能力,都有很大的提高。参加集训能有利于孩子未来的发展,这就是家长的最大期望。”

全天候守护

在每一支训练的队伍里,有资深教练,也有上海市特奥会特派负责后勤保障的专职人员。他们 24 小时陪伴队员、用各种方式鼓励和支持队员。在这三个月的时间里,他们和队员吃住随行,胜似亲人。金山马术队的特奥选手王妹觉得,姜老师就是如今马术队中她最亲近的人。集训开始才两天,王妹就向姜老师哭诉:“我不练了,我要回家!”姜老师旁敲侧击了很久才明白,原来王妹饭量大,多盛了几次饭,被队友嘲笑,而吃不饱又练

不动,于是想放弃回家。姜老师了解情况后,悄悄吩咐服务员把王妹的饭碗换成大一号,还把自己的碗也换成和王妹一样的,吃饭的时候,他特意告诉王妹:“你看,姜老师和你吃得一样多!”王妹感到老师站在自己这一边。在姜老师的关心下,王妹能吃饱了,训练也更卖力了。

还有发生在皮划艇队的故事。一天清晨,皮划艇男队副队长繁鑫紧张地找到总教练程俊迪,坚称有两个坏人在河边要威胁他的生命,怎么也不肯再下水训练、闹着要回家,劝导和安慰都无济于事。领队和教练经过仔细调查并和家长及时沟通,发现是他没有按时服药,导致“幻想症”发作。虚惊一场的老师们从此又多了项任务,督促他服药,开导他的思维。经过耐心的宽慰和药物治疗,小插曲圆满解决。

意外的惊喜

皮划艇队下水训练途中,男队的程诚突然加快节奏导致平衡失控,翻船掉水。在教练员把他拉上岸后,他给了所有人一个意想不到的解释,他说觉得自己划得太慢了,想提高速度才加快频率,自己在研究“高科技”的技术争取胜利。在场的所有人都笑了,为他的“创新”思想而感到高兴。就在落水前一天,程诚才学会了游泳,一直不愿下水的他,得知不会游泳将被淘汰时,不仅在最短时间内征服了 25 米的及格线,还整整多游了 300 多米来证明自己。也就在程诚落水时,同在附近的繁鑫立刻跳入水中救好兄弟。“他们也要强,他们更懂事。”皮划艇队的总教练程俊迪感慨到。

集训一个多月,没有一名队员因为主动放弃而被送回家。采访的过程中,他们热情、单纯、深深地感染着我们,在不久后的特殊奥运会上,相信他们中一定会有人取得优异的成绩。

实习生 刘博 本报记者 俞剑
本报记者 彭幼龙 摄

“囚鸟”放飞 老汉放心



配合默契

父子情深



镜头里的故事

崇明县城桥镇堆虾港村竖中四队有一个 25 岁的青年龚卫锋,先天弱智,智商仅似 5 岁稚童。小龚喜欢四处走走,可从不认识回家的路。老父亲龚汉达 65 岁,是一位退休厂长,以前他工作一忙,顾不上照料儿子,只能在庭院四周筑起 2 米高的竹篱笆,把儿子像鸟一样“囚”在笼中,一晃就是六年。

前年年初,龚老汉听从助残员的建议,让儿子参加了特奥运动。飞出竹篱的龚卫锋参加投篮、打乒乓、跳绳,脸上的笑容多了。特奥,拯救了一位“与世隔绝”多年的智障青年。如今活泼的小龚能料理家务、下地干活,走出十里地也能找到回家的路。压在龚老汉心中的大石头放下了。

本报记者 俞剑 通讯员 姚承发
本报记者 彭幼龙 摄



得奖归来

拆掉“囚笼”



自食其力



相聚特奥日 共叙关爱情

杨浦区举办特奥家庭论坛演讲选拔会

本报讯(通讯员 曹艳)杨浦区残联日前假座五角场镇悦阳活动中心举办了“杨浦区特奥家庭论坛演讲选拔会”,庆祝全国“特奥日”,来自全区 12 个街道(镇)的智障人士及其家长、残疾人工作者近 50 人参加了本次演讲选拔会。

演讲会上,28 位智障人士家庭的代表家长以自身家庭的经历和孩子在“阳光之家”的变化,感人肺腑地讲述了智障人士的成长历程及其家庭所付出的心血和努

力;“特奥,重燃我们生活的勇气”,“我们家又有阳光了”等表达了家长对孩子在进入“阳光之家”、参加特奥运动后所发生喜人变化的欣慰和满足以及对党和政府给予智障人士家庭的关心、关怀和关爱的感激之情。

通过这次演讲选拔会,进一步弘扬人道主义和扶残助残社会风尚,营造关爱智障人士,关注和支持特奥运动。

慈善拍卖捐赠特奥

本报讯(记者 俞剑)“爱在星光下——浙商牵手特奥慈善晚宴”日前在花园饭店举行。中共上海市委常委、统战部部长杨晓渡,全国工商联副主席、中国光彩事业理事会理事长谢伯阳,上海市政协副主席、市工商业联合会长王新奎

等出席晚宴,上海市浙江商会著名企业家和社会名流等近 300 人共同为特奥会募捐,王军霞、廖昌永、孔祥东应邀出席晚宴捐献爱心款和参加义演。慈善拍卖共筹集 373 万元人民币,其中 200 万元现场捐赠给特殊奥运会执委会。

精心组织训练 喜迎八方嘉宾

——访中国特奥体育代表团团长王新宪

“2007 年夏季世界特奥会在中国上海召开,这是国际社会对中国的信任,是中国展示特奥运动与改革开放成果的一个舞台,这对中国的特奥运动与残疾人事业是个巨大的促进。现在离世界特奥会召开只有 50 多天了。广大运动员教练员要发扬‘只争朝夕’的精神,精心组织好训练工作,努力在比赛中创造优异的成绩。”这是中国残联党组书记、中国特奥体育代表团团长王新宪在接受采访时说的一番话。

当谈到参加世界特奥会比赛时,王新宪说:在比赛中,运动员要比意志,比风格,比技艺,比成绩。要虚心学习外国特奥运动员的好经验、好技艺。与各国运动员教练员友好相处,共同培养友谊之花。

最后王新宪说:中国是个礼仪之邦。这次世界特奥会将有 160 个国家与地区数万名运动员、教练员、官员和运动员家属前来参加,规模空前。我们要热忱细致地做好接待工作,使他们在上海生活得温馨快乐,有“宾至如归”之感。让我们为把 2007 年上海夏季世界特奥会开成世界特奥会历史上最成功、最精彩的体育盛会而共同努力。

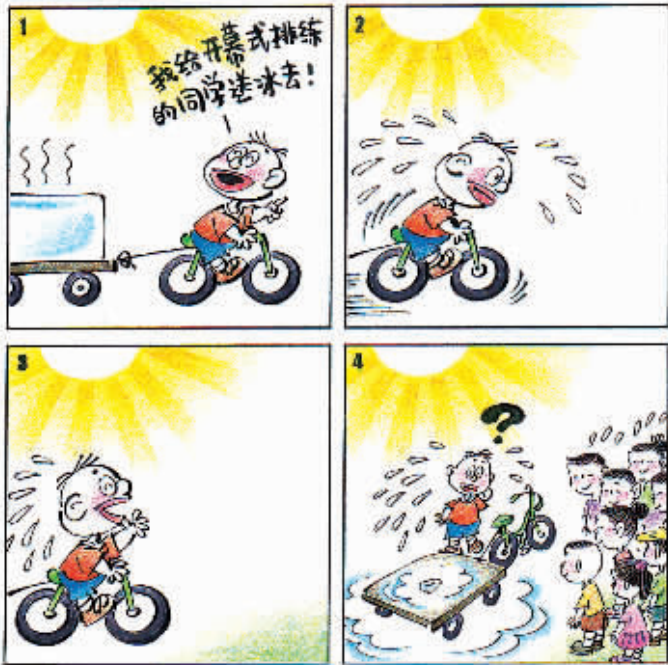
本报通讯员 祝天泽



自告奋勇来指挥

为隆重纪念中国人民解放军建军 80 周年,享誉国内外的中国人民解放军军乐团专程到杨浦区为广干部群众、

驻区部队官兵和区内高校师生献上一台文艺盛会。演出之间股行街道“阳光之家”学员陈建明自告奋勇上台接过指挥棒,指挥军乐团演奏一曲,赢得了全场观众的阵阵掌声。 种楠 摄影报道



送冰去

阳的一天

上海大众汽车租赁公司
服务热线: 5665 5555