

第一届全国学生(青年)运动会正在广西壮族自治区火热进行中,上海市代表团捷报频传。在学青会赛场中,我们看到不少曾是上海优秀运动员,退役后转型成为教练员带队征战的身影。除了大家耳熟能详的陶璐娜、曹忠荣、钱震华等,还有更多新鲜血液加入到教练员队伍中。

他们遍布各个项目,带领青少年运动员在学青会上取得佳绩,彰显上海竞技体育深厚底蕴,代代相传。

本版撰稿 特派记者
程超 发自南宁

学青会赛场上海教练接续奋斗成佳话

薪火相“传” 热爱申“承”



击剑 聚是一团火,散是满天星

六年前,陈昊聪、刘星宇、何伟、肖烨巍在天津全运会中,帮助上海队时隔20年再夺佩剑男团冠军。

六年后,在首届全国学青会击剑(公开组)比赛中,陈昊聪、刘星宇、肖烨巍作为教练员,带领上海黄浦区队在佩剑项目中,收获2金2银(男女个人冠军、男团女团亚军)的好成绩。

运动员时期,他们四人开创了上海男子佩剑新辉煌,退役后纷纷转型成为教练。陈昊聪目前是上海击剑队男子佩剑主教练,刘星宇是男佩副主教练,肖烨巍是女佩副主教练,何伟选择投身基层,担任市体校男子佩剑主教练。

四人中,1992年出生的刘星宇年龄最小,今年才正式步入教练员岗位,“刚退役时,有考虑过从事别的工作,不过看到以前队里老大哥们都当了教练,有所触动。当时,陈昊聪也希望我去队里帮他一块带训男佩,自己从小练击剑,还是割舍不掉对它的感情。”

陈昊聪和肖烨巍同为1987年出生,何伟比他们小一岁,作为同一批运动员,他们从13岁起就在少体校开启击剑生涯,20多年朝夕相处的过程中,三人早已成为铁兄弟。基层教练何伟每当有好苗子出现时,他都输送给自己兄弟,“把队员送到他们那里,我很放心,相信他们能把队员培养出来。”

这份“放心”也是双向的。“我了解他的训练方法和技术,从小我们都是师父带出来的,他的队员底子扎实,接手起来更容易。”肖烨巍刚回上海不久,此前担任中国女子佩剑队中方教练,“现在又和兄弟们并肩作战,

熟悉又亲切。我们四个人私下一直说,无论如何上海佩剑的优势,不能在我们这里断棒。”

上海击剑队在近些年完成新老教练员传承,陈昊聪、刘星宇和肖烨巍从恩师汪兴旗手中接过教鞭,陈昊聪说:“以前做队员时,汪指导是师父,现在我们当教练了,他还是师父。我时常与他沟通,他也会把自己带教经验传授给我们,这就是上海击剑队的底蕴。”

比赛结束回到上海后,陈昊聪和汪兴旗有了小聚的时间,“我刚退役时,汪指导就希望我能留在队里,接过大旗,培养下一代运动员,继续发扬上海在佩剑项目中的传统优势。每次见到他,都要和他汇报一下阶段性成果,也请他把把脉。”

平日里各自有带训任务,陈昊聪、刘星宇、何伟、肖烨巍很难聚在一起,在学青会赛场四兄弟久违地一同出现在赛场边。“以前当队员我们天天在一起时,没觉得有什么特别,现在每当我们四个聚在一起时,就特别珍惜。”在男子佩剑单人颁奖仪式后,兄弟四人还在冠军领奖台上,还原当年全运会领奖时站位,留下了一张珍贵合影,用刘星宇的话来讲:“我们四个人,聚是一团火,散是满天星。”

运动员时期并肩作战的战友,变成工作时的左膀右臂,这是一件令人欣慰的事情。“感谢一个战壕里出来的兄弟们,他们是最坚实的依靠和后背,有他们在,我相信上海佩剑会越来越越好。”陈昊聪笑着说道。



从全运会上海健儿(上图)到学青会上海教练天团

体操 留队任教再启新征程 用热爱克服艰难挑战

11月8日,首届学青会体操项目在广西体育中心体育馆决出男子乙组的金牌,上海杨浦区队以296.750分顺利夺冠,男子甲组团体项目,也取得亚军战绩。男队主教练何幽潇赛后表示:“这次比赛我们队伍得到充分锻炼,成绩有得有失。从长远看,学青会不是他们终极目标,2025年全运会才是。”

何幽潇从小由徐汇区输送到市体操中心,2007年曾经代表上海参加第六届城运会,步入成年后获得过2015年亚锦赛体操男子双杠冠军和全国锦标赛冠军,2021年退役正式转型成为一名教练员。

谈及自己最初的选择,何幽潇说:“选择成为一名教练,是想弥补自己职业生涯留下的遗憾。当运动员时,我没能拿到世锦赛和奥运会冠军。退役后,想通过当教练,培养出世界冠军和奥运冠军,让他们实现我的梦想。”



何幽潇(右)帮助弟子调试器材

从运动员到教练员的身份转变,看似简单,实则不易。何幽潇坦言,曾一度有过放弃的念头,“我2017年退下来,开始接手带训工作,2021年全运会上海体操男团首次未能晋级决赛,这对我打击是挺大的。当时想要不算了,自己可能不适合做教练。”

陕西全运会后,因人才断档问题,上海体操男团陷入历史低谷期,何幽潇接手后亟待解决培养新人问题。“市

竞技中心和体操队给了我很多鼓励。以前一起比赛的高渊、李光耀等师兄和我分享了当教练的经验,自己也一步步树立起信心。”

在低谷期接手,对于当时年仅24岁的何幽潇压力可想而知。也许是多年当运动员经历,培养了何幽潇顽强的意志品质,他将这份压力转换成动力,“当时内心只有一个想法,我一定要把队伍带出来。”在他辛勤付出下,上海体操男队有了明显上升趋势,在二青会等重大比赛中,已经成为领奖台常客,更为国青队输送了不少上海好苗子。

此次出征学青会体操男团甲组的参赛运动员,目前是上海队主力成员,也是备战2025年全运会的重点队员。“这次取得银牌,我反而认为是一件好事,现在输总比全运会时输要好。通过这次比赛,我们也发现了不少问题,回去后可以针对不足继续训练,我对他们有信心。”

事实上,这次参加甲组比赛的上海运动员,目前正处于上难度阶段,提升难度也伴随着失误增多,这是体操运动员不可避免的成长过程,诚如何幽潇所言:“该交的学费一分也不能少,在大赛中得到历练,这份‘学费’交得值。”

马术 双重身份带来多重突破

在学青会马术赛场,一些现役优秀运动员兼顾教练员角色,出现在场边,将自己多年参赛经验传承给青少年运动员,助力他们快速成长,推动上海马术可持续发展。

在马术个人三项赛中,上海杨浦选手徐墨菲获得第一名。她的教练员许新是现役中国马术运动员,2021年代表上海队获得第十四届全运会马术场地障碍团体金牌、盛装舞步团体银牌。“我把经验和技巧告诉给队员们,主要是比赛细节。我曾经历过、使用

过,取得不错效果,传授给队员,希望他们可以少走弯路。”

传承上海马术,许新觉得自己正处于最好的阶段。“现在是一边教,一边练。教练员技术的时候,我自己也在琢磨技术,这个过程他们会带给我新启发、新思考,对我自己也是促进作用。”

正是这种薪火相传,截至目前,上海马术运动员在已经比完的四项比赛中拿下了3金2铜的好成绩,在所有参赛队中成绩遥遥领先,上海青少年马术发展已经走在了全国前列。



记者手记

随着社会的发展,优秀运动员退役后有了更多从业选择,转型成为教练不再是唯一出路。对于运动员而言,退役是人生十字路口的又一次选择。是继续投身自己的“老本行”,将一身本领传承给下一代,还是去探寻更大的世界,体验人生更多可能性?这个问题因人而异,没有对错,只有适合。

在时代进步的同时,也凸显坚守与传承的可贵。在学青会上海代表团中,我们看到老教练员的坚守和年轻教练员的传承。陶璐娜、曹忠荣、钱震华等优秀运动员如今依然坚守在教练岗位和管理岗位,承担促进上海竞技体育发展的重任;佩剑四剑客以及何幽潇、许新等“80”“90”新鲜血液从运动员转型成一线教练员,开启自己漫长执教之路,为培养下一代竞技人才奋斗着、努力着。

我们常说“传承”二字,在竞技体育中不妨理解为:“传”承老教练员的精神、热爱与执着,在继“承”中不断推陈出新、勇于创新,方能历久弥新。