

世锦赛夺得4金 大运会再拿5金

新“蛙王”覃海洋:续写泳池传奇

9岁来到上海

从世锦赛奔赴大运会“赶路”参赛的覃海洋依旧表现出色,他续写传奇拿下5块金牌,分别是男子50米蛙泳金牌、男子100米蛙泳金牌、男子200米蛙泳金牌、男子4×100米混合泳接力金牌和男女混合4×100米混合泳接力金牌,实现了成都大运会蛙泳“大满贯”,并多次刷新大运会纪录。他说:“对于这次比赛,我就当一堂训练课去比,多做一些调整,争取游出一个好成绩。”

1999年5月17日,覃海洋出生于湖南省常德市,3岁随父母迁居株洲。5岁半,他开始学习游泳。9岁时,覃海洋从湖南来到上海市闵行区少体校,在少体校训练期间他多次打破全国少儿年龄组纪录,被选入了海军游泳队进行试训。因为年纪小不适合专业训练,覃海洋曾在队伍里“几进几出”,但最终还是坚持了下来。

2014年,覃海洋师从教练叶瑾。叶瑾曾经培养出齐晖和宁泽涛这样的游泳名将。凭借着自身的努力加上教练的指导,覃海洋开始崭露头角。2017年,在第十三届全运会上,覃海洋获得男子200米蛙泳冠军并打破全国纪录。那时,他有自己的雄心壮志:“我想给中国男子蛙泳带来突破。”

然而,在那之后,覃海洋经历了几年的职业生涯低谷。他的成绩始终没有大的突破,在大赛中屡屡折戟。他曾回忆那段时间:“一直都非常认真地训练,但却总是没有什么进步。”2021年,第一次参加奥运会的他,在男子200米蛙泳预赛还因犯规被取

8月7日晚,来自同济大学的覃海洋领衔夺得男子4×100米混合泳接力金牌,这是中国代表团在本届大运会上的第100金。而就在前不久的福冈游泳世锦赛上,覃海洋夺得4枚金牌,并成为历史上第一位在单届世锦赛上包揽男子50米、100米和200米蛙泳全部金牌的选手,年仅24岁的他改写了世界泳联历史,成功晋级世界新“蛙王”。

但他却说,金牌不能带在身上成为包袱。



覃海洋展示世锦赛奖牌

图片来源 IC photo

消了资格。

2022年,覃海洋来到上海队,师从崔登荣。崔登荣也是张雨霏的教练。此时,经历过迷茫和自我怀疑的覃海洋决定主动求变,开始慢慢摸索新的训练方式。

蛙泳曾是“短板”

有意思的是,如今成为覃海洋主项的蛙泳,在刚开始练习游泳时却是他的短板,“就是因为当初蛙泳游得不好,所以才练得更多”。

覃海洋在此前的采访中也谈到了提高归功于“科学训练”,“以前的训练没有那么细,比如下水前的核心训练,小肌肉群的控制,大肌肉群的锻炼,以前都不太知道这些,但现在都是要分开训练的”。同时,覃海洋还提到了自己心态上的改变,“现在变得更加成熟了。以前对待游泳的心态更像是对待工作,现在完全是享受这项运动,非常开心。”

他说自己最大的变化来自身体——去年冬训期间,覃海洋着重强

化了自己的基础力量,身体维度“宽了一圈”。在助理教练黄光裕发布的视频中,覃海洋“深蹲重量”达到200公斤,而他也在接受采访时表示,自己体重比以往重了10斤。不仅如此,崔登荣还为队员们请来了花样游泳教练芮俐,通过跨项训练的方式帮助覃海洋提升水感与核心力量。

见缝插针学习

从福冈转战成都,覃海洋几乎没有怎么休息就投入新的比拼。高强度赛程中如何保持竞技状态,是不少人关心的问题。覃海洋说:“比赛结果都是平时训练积累的体现,当积累到一定实力之后很难再往下掉,即便连续作战我也能把每一场都发挥好,这是信心和实力的体现。”平日里,训练比赛任务很重,但覃海洋会抓紧一切时间见缝插针学习。

赛场外,覃海洋是同济大学经济与管理学院2019级本科生。在覃海洋眼里,自己是一名国家队运动员,未来将有更多的机会在世界赛场和世界优秀运动员比赛、交流,因此他总是利用一切机会练习英语。在同济大学,覃海洋曾获本科优秀学生奖学金,班级排名前三。目前,他刚刚结束本科学习,即将将研至同济大学体育教学部继续深造。

如今被世界泳联冠以“蛙王”称号的覃海洋表示,这份喜悦不会在脑海中停留太久,只有保持对竞技体育的执着和热爱,才能把这份喜悦转化成继续前行的勇气,才能走得更远,未来巴黎奥运会是自己的重要目标。

高李 整理

声音

“20岁左右的年轻人,在这个阶段接触到全世界同龄人以及多元的文化,对我们创造一个更美好的未来是有绝对帮助的。因为他们是打造未来世界的主力军。”

——日前,姚明接受媒体专访,回忆自己的大运时光,畅谈对大学生运动会的理解,并给了现在参与成都大运会的年轻选手一些建议。

“希望大家看这个电视剧,就像在体验另外一个世界、另外一种人生。能够体验的前提是相信,我得让观众相信这个世界(真实)存在。”

——古装偶像电视剧《长相思》正在热播,该剧总导演秦榛近日在接受媒体采访时表示,古装剧里依然有真实的人生和情感。

“被洪水泡过的书和被一般雨水泡过的书是不一样的。洪水泡过的书不能再用,一是基本翻不开了,另一个重要的原因是它可能残留了未知的脏污、病菌。无论如何,我们不会把这种带有安全隐患的书交到大家手里的。”

——近日,河北涿州防汛形势严峻,坐落于此的多家出版社和图书公司的仓库被淹。根据《出版人》杂志发布的文章显示,国内近百家出版机构在此次洪水灾害中损失惨重,中图网是其中之一。中图网日前在官方微博发文,表示不会销售泡过水的图书。

叶小荣:“互联网+图书出版”创新商业服务专家

居民收入增长及文化消费意愿的增强推动着图书行业向前发展,图书出版行业是链接作者和读者的重要桥梁。随着互联网技术的不断进步与发展,如何在新时代为传统图书出版行业开辟一条新的出路,树立新型图书出版服务标杆,是叶小荣这个“图书人”一直在思考和奋斗的方向。

回顾过往,叶小荣回忆道:“我赶上了中国IT业与互联网发展的辉煌时代。”叶小荣的职业生涯与IT产业的发展恰好同步,他见证了互联网大佬们的崛起。2002年,叶小荣本科毕业后考取了劳动部计算机网络高级工程师;2008年,叶小荣成为阿里巴巴电子商务培训师,同年12月获阿里巴巴电子商务在线培训服务平台金牌讲师;2013年,叶小荣创办北京才智国际文化艺术中心。

正因为经历了IT与互联网产业蓬勃发展的过程,他认为,中国IT行业的发展经历了几个关键时期,各出

版社的图书电子化出版也抓住了几次重要机遇。1980~1990年是技术时代,熟悉IT基础应用技术的人,就是当时的牛人,他们大多成为中国第一代IT创业者;那时信息缺乏,技术资料性的图书很受欢迎,电子工业出版社出版的《新概念电脑》销售数百万册,引进版技术图书销售达数十万册并不稀奇。1990~2000年是产品时代,从懂技术到自己做产品,国产PC、服务器、软件等蜂拥而起,联想、浪潮、华为等脱颖而出;这个时候的图书主要是介绍软硬件产品的结构和应用,电子工业出版社出版了众多IBM、微软等企业的产品说明及应用方面的图书,在IT科技图书市场建立起广泛影响力。2000年之后是网络时代,信息技术广泛应用,互联网兴起,社会各界普遍关注如何适应互联网生存空间;这时候应用信息技术系统和学习上网的图书便大行其道,电子工业出版社出版的众多类似Office

应用的系列图书,销量都在10万册以上。当前是互联网+时代,将互联网的发展成果与传统产业融合,推动传统产业转型升级,引发更广泛的产业变革与社会变革。国家推出“互联网+”行动计划,各行各业应用大数据、云计算、智能技术,形成新的创新潮流,“互联网+”也成为当前出版业的热点。

在过去的20年时间里,叶小荣先积累了丰富的互联网+的理论体系和实践经验,尤其在互联网+出版服务领域取得了重大的发现和独特的成就。他从2015年起搭建了“互联网+出版”业的服务平台——中国出书网,中国出书网是链接出版社和版权人的纽带和桥梁,类似于出版行业的携程网,或者出版行业的链家贝壳平台。旨在提升出版行业的效率和优质的流程体验,通过近10年的努力,把中国出书网打造成了中国“互联网+出版”业最大的服务平台,每年对接

2000多人在这里对接出版服务和建立版权衍生服务,2021年起继续深入转型数字化出版服务和力争朝着全球中文出版对接最大服务平台方向的开发和研究。

叶小荣认为,在互联网+图书出版商业服务发展的今天,有许多经验需要总结研究。在叶小荣主导下,《基于天马网站系统的自品牌打造策略研究》《“互联网+”农业电商之新模式分析》《互联网+新常态下如何做好网络营销》等多篇论文发表,《微商电商直播:经典案例+最新方法+实用技巧》《流量营销:微商电商涨粉128种实战方法》等多本著作出版,这些著作成果都是叶小荣多年从事互联网商业服务钻研实践积累的宝贵财富。

谈到电子工业出版社的未来发展规划,叶小荣介绍,中国出书网的目标是要在“互联网+出版”服务对接平台领域中,通过出版书籍后,打通出版数据化和出版后市场服



务,以及全球版权转化和赋能的商业服务。让本来精英人群享受的出版服务,进入寻常百姓家,让再小的个体都有自己的品牌,让再普通的人都可以通过数字出版表达自己,让更多人享受发展带来的红利和幸福。

叶小荣坚定地说:“中文离不开世界,世界离不开中文,中文的数字化出版必将推动世界文化更好更快地发展。”他也暗下决心,要把中文版权推向全球,同时把全球的非中文版权引进到中国和发行到全球有中文阅读习惯的人群中去。

(袁涛)