



上图：陶璐娜在讲坛发言。摄影/沈琳

但作为运动员，陶璐娜不怕失败，也不怕丢脸，“我承认我写稿子能力不行，但是我可以继续努力，我可以一而再再而三，使自己每天进步一点点就够了”。

同样，作为上海市射击协会副会长，陶璐娜也需要为办比赛拉赞助。有次跟客户谈一笔五万元的赞助，人家问她“KPI多少、观众多少、在哪里办、有多少媒体，有多少人关注”，当她说这是小众项目、关注度不算很高后，这五万元也就不了了之了。

“我不是科班出身，也没读过经济，不知道怎么去拉赞助，但没有关系，我可以去尝试，我可以稍微学一点，只要不放弃，总有谈成的一天。”陶璐娜表示。

这两年来，陶璐娜已很少以运动员的身份出现在媒体的闪光灯前，陶璐娜逐渐开辟了人生另一个属于自己的“赛场”。

射击运动其实一直是上海的传统优势项目。不论是作为市人大代

表，还是之前在两射中心任职，陶璐娜一直关注射击这项运动。在上海市十五届人大二次会议上，陶璐娜还呼吁推广射击运动进校园。

据陶璐娜介绍，安全性是射击运动进入校园普及的最大难题。对此，她建议将射击训练所使用的激光训练仪来作为青少年射击运动普及的载体，“激光训练仪的激光枪的木托、扳机匹配和比赛用枪是一样的，但没有弹堂，仅用激光的方式来完成打靶射击，避免了安全隐患，可以打消校长、老师、家长的顾虑”。

一套激光训练仪由激光枪、激光感应靶心等几部分组成，不仅占地面积不大，而且易于操作上手。陶璐娜表示，近年来上海市射击射箭运动中心、上海市射击协会一直在致力于校园射击运动的推广与普及，“经过我们培训后的体育老师很快就能学会操作仪器，我们希望能够建立协会与校园对接培训的机制，让射击运动成为校园国防教育的载体”。

“两脚成八字形分开，与肩同宽，上体保持正直”“单手举枪悬空”“食指扣动扳机”……说起射击运动的要领，陶璐娜如数家珍。近年来，她多次在各种青少年体育活动现场指导孩子们打激光枪。陶璐娜亲自给孩子们示范射击动作，边说边演示全过程，直到扣下扳机。“大家看是不是10环！”“哇！好厉害！”陶璐娜经常能收获孩子们热烈的欢呼声。

每次在亲身演示之后，陶璐娜还会手把手教孩子们射击。通过亲身实地推广普及和调研，陶璐娜认为射击运动在校园推广将会受到学生们的广泛欢迎，“现在许多孩子都热衷于网上的一些虚拟射击游戏，其实真人射击运动要比游戏更好玩，更有挑战性和趣味性，更有助于培养青少年的心理和意志品质”。

陶璐娜告诉记者，激光枪项目进入校园后，还可以配合田径项目开展一系列的跑射、趣味项目拓展等活动，让学生通过参与运动达到“动静结合”，既锻炼体能又锻炼心理。

“激光训练仪还能够通过大数据分析、搜索出优秀射击苗子，进一步提升运动员选材的精准度和质量。世界上的一些体育强国都是从小跟踪青少年体育成长的数据，以此来判定是否是真正的竞技体育后备人才，而并非光看一两场比赛的成绩。因此，我们希望通过校园射击运动的普及，更好地把握青少年选手的成长路线轨迹，为他们提供相适应的辅导和支持。我们希望通过射击运动的校园普及推广，发现更多好苗子，通过体教结合深入，让射击项目长足发展。”陶璐娜表示。☒