

孙海平来宁传道接受采访时透露,为备战奥运——

刘翔甘愿放弃 10 万美元奖金

昨天是仙林训练基地成立一周年的日子,这一天,来了一位重量级的人物——刘翔的教练孙海平。他是受邀来给江苏的教练们讲课的,在他开讲前,记者对孙海平进行了采访,我们的话题自然是围绕刘翔开始的。

对刘翔比对女儿还好

让孙海平形容一下他与刘翔的关系,他用了两个词——“师傅”、“父亲”。经过这么多年的合作,孙海平对刘翔的爱,超过了一个教练给予徒弟的感情,甚至超过了她对女儿的爱。

一位同行曾告诉记者这样一个故事。有一天,在家的孙海平高举右手,手持一根横穿门廊的电视转播线。妻子余庆珍急得在一边大喊:“海平,你拉着电线干吗?快放下,放下呀!”孙海平没有听妻子的劝,一味地拉着电线,扯得更紧。直到刘翔昂着头、蹦蹦跳跳地从电线下面走过,孙海平才突然放下手中的线头。“我是怕这线绊着他。”孙海平不再多说,只是低头抽烟。刚才,在拉线的时候,他只是把烟叼在嘴里,无暇吸上一口。电线松下来,女儿孙怡华低头绕开电线走着,孙海平回头关照了一句“当心”,就往刘翔快步走去,仿佛刘翔才是他的孩子。

孙海平的女儿孙怡华告诉记者,“父亲一直是个忙碌的人,刘翔训练永远排在第一。”这不是什么妒忌,而是客观事实。有一次,孙海平的母亲突然脑梗阻被紧急送进医院,得到消息的他没有马上赶往医院,而是坚持上完了训练课。

为了奥运放弃年度最佳

本月 25 日,国际田联年度最佳颁奖大会就要开始了。在网络评选中,刘翔以绝对优势在“最佳男运动员”票选中“领跑”。这已经是刘翔第 4 次入围最佳评选了,去年他输给了牙买加短跑名将鲍威尔。刘翔今年参加了 12 场比赛,最终获得了 9 金 1 银 2 铜的成绩,他的最大竞争对手是美国百米新飞人盖伊,他在日本世锦赛上拿到了三枚金牌。

今年的颁奖大会在摩纳哥举行,刘翔和教练孙海平都收到了国际田联的邀请,“今年可能不会去颁奖现场。”孙海平说,因为他们去的话会打断正常的冬训计划。

按照国际惯例,不去现场颁奖,肯定会落选年度最佳的评选,一旦获得年度最佳,奖金高达 10 万美元。对于刘翔而言,不去现场也就意味着自动放弃了年度最佳,也就放弃了这笔巨额奖金。毕竟,他获奖的希望非常大。

“颁奖是在 25 日,没几天了,时间比较紧,为了备战奥运会,我们制订了非常详细的训练计划。”孙海平告诉记者,“前段时间到本月底主要是恢复性训练,毕竟刘翔刚刚参加完世锦赛,下个月开始到明年 3 月份将是封闭冬训,之后到明年 6 月中旬,我们的计划是以赛代练,接下来就是奥运的冲击阶段。”

改善刘翔前三栏速度

2007 年,刘翔完成比赛任务基本圆满,而在辉煌之后,一切又将重新开始。孙海平说,按照刘翔目前的水平,想再往前突破难度很大,“刘翔如何能保持现有的状态,很多人都在问我,我的想法是刘翔的综合素质还需要进一步强化,也就是说还有一些技术细节需要加强。”

很多人知道刘翔全程的节奏并不均衡,前三栏比较慢,他的优势是在后程。孙海平正尝试让刘翔改变这种局面,“现在我要求他从第二个栏起加速,以前是 3、4 栏后再加速,他今年在纽约到第 2、3 个栏时跑进过 1 秒,但这是偶然一次出现,说明他意识到了,但要稳定。”孙海平告诉记者,当然这也面临一个问题,前面快了是否会影响后程发力,对此孙海平坦言:“这确实给刘翔提出了更高的要求,总的来说,刘翔需要完善全程节奏和连贯性。我会和他一起渡过这个技术难关。”

孙海平说,刘翔依然还有潜力,“他的平台需要继续提高,创造 12 秒 88 的世界纪录之前,他的成绩稳定在了 13 秒 05 左右,现在他需要把成绩稳定在 13 秒左右,那么他就有成绩再往前的潜力。”

放眼世界,在孙海平看来刘翔的最大对手还是罗伯斯,

“罗伯斯比刘翔年轻,他上升的势头很快,这是我们最主要的对手,至于约翰逊,毕竟年纪大了,很难再有提高。”孙海平告诉记者。

卢卫中也来听课

孙海平来南京,主要是给南京的教练们讲课。从昨天上午 10 点开始,讲了差不多两个小时,掌声不断,他还现场做了很多示范动作。

讲台下,江苏男排主帅卢卫中正坐在那里,认真地记着笔记。虽然项目不同,听完讲座后,卢卫中也有种豁然开朗的感觉。“虽然我们是不同项目,但是体育训练是触类旁通的,他的很多观念和方法对排球训练是有借鉴意义的。”卢卫中举例说,孙海平在授课时曾讲到,当初为了训练刘翔的胯部力量,整整用了一年的时间,结果发现效果并不明显。随后孙海平开始尝试将力量训练进一步细化,将胯部力量分为左胯和右胯。这样练,还能兼顾其他肌肉的训练。卢卫中认为,孙海平的训练方法更为科学,也更为细化。

昨天中午 12 点多,孙海平连饭都没顾得上吃,就赶回了上海,他说,下午三点还有人在等他。江苏方面向孙海平赠送了名为“跨越梦想续写辉煌”的宝鼎,预祝孙海平和他的弟子们能在 2008 年北京奥运会上再创佳绩。 快报记者 吕远



刘翔成功,少不了他背后的孙海平

国家发改委:今年 100 万大学生难就业! IT 产业急速发展,十一五期间急缺 20 万 IT 人才! 北大青鸟全新三级就业服务体系,5000 余家知名合作企业,全面解决就业问题! 南京各大校区国际软件工程师、国际网络工程师班全线热招中! 今年培训,明年就业!

2008'大中专毕业生就业指南

今年 8 月底,国家发改委社会司发布一份名为《上半年社会事业发展和下半年政策建议》的文件称,我国高校毕业生就业形势依然严峻。今年全国共有普通高校毕业生 495 万人,比上年增加 82 万,增幅达 19.9%,已超过今年新增就业岗位计划的 50%以上,虽然国家采取各种措施,千方百计缓解高校毕业生就业问题,但教育部预计今年不能就业的高校毕业生将超过 100 万人,加上以往未就业毕业生数量更加巨大。

南京:IT 人才薪情看涨,钱途无限

近年来,我国的 IT 行业发展迅猛,每年都以 30%-40% 的速度持续增长,造成人才供不应求。南京市政府在今年初提出在 3 年内打造“南京软件名城”的计划,到 2008 年软件销售收入达到 600 亿元,而目前严重制约南京软件业发展的最大瓶颈就是人才的短缺,近期召开的南京软件博览会上,专家预计,未来几年内南京的 IT 人才缺口高达 20 多万人,IT 人才薪情普遍看涨,钱途无限!

北大青鸟:根本解决毕业生就业问题

一方面有人找不到工作,另一方面是有工作找不到人。企业需要的是既有理论基础又有实战经验的实用 IT 人才,而普通高校培养出的

IT 人才,由于受到课程体系、教学设备、师资力量等方面综合因素的影响,根本无法适应现代 IT 企业工作岗位的要求。南京某 IT 企业负责人表示:“我们专门研究过南京十几所高校计算机专业的教材,结果发现 20 多门课中,有十几门属于基础知识课程,专业课程只有六七门。学生凭这些,根本无法胜任企业的工作。”

如前所述,传统的大学教育模式培养出一纸文凭的应届毕业生,并不能满足 IT 企业日新月异的发展要求,而注重操作技能和实践经验,专业设置非常贴近市场需求的职业教育则弥补了这个空缺。不同年龄、不同学历层次的人通过职业培训同样能够成才。与大学教育模式相比,职业教育拥有实战训练的绝对优势,作为中国 IT 职业教育领导品牌的北大青鸟,6 年来已经成功帮助了 30 万人实现了 IT 人的梦想。

著名计算机专家谭浩强教授说,北大青鸟培养的学员是面向未来、规模化的 IT 工程师,注重开发能力和职业化的培养,采取了以企业实际需要为导向、结合企业实际项目和案例,基于项目实习的教学方式,学员通过北大青鸟的学习,凭借自己的努力,不上大学一样也可以成为优秀的软件/网络工程师。

学 IT,找工作,我选北大青鸟

——选择北大青鸟的九大理由

- ◆ 源于北大雄厚教育资源
- ◆ 国家劳动部门联合认证
- ◆ 教学基地遍布百座城市
- ◆ 三重网络推荐学员就业
- ◆ 七千名标准化师资力量
- ◆ 十一人学术专家顾问团
- ◆ 课程十八个月升级一次
- ◆ 八大行业全真项目实战
- ◆ 职业素质培训贯穿全程

北大青鸟
APTECH
中国 IT 职业教育领导品牌
中国 IT 教育领导品牌
南京各大校区全线热招

一流的前沿案例教学,成就一流就业能力

培训产品	鲜明特色	招收对象	权威认证
BENET 网络工程师培训	<ul style="list-style-type: none"> ● 在教学过程中大大增加了在教学环节中的教员演示、学员的实际操作、故障排除等训练,提高您的实战能力 ● 涵盖主流企业十几个大型综合案例,其中案例和操作课程的学时占到 60% 以上,使您具备真实的项目实施经验。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 具有高中或中专以上学历 ● 想在 IT 行业找工作的在校学生及毕业生 ● 希望转入 IT 业从事 IT 工作的在职人员 ● 想继续提高自身专业技能的 IT 行业人士 ● 所有希望学会计算机应用技能,满足相关 IT 应用需求的人员。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 北大青鸟 BENET 国际认证 ● 国家劳动和社会保障部 OSTA 认证 ● 北大青鸟 ACCP 国际认证 ● 国家劳动和社会保障部 OSTA 认证
ACCP 软件工程师培训	<ul style="list-style-type: none"> ● 三个阶段编写代码量达 20000 行,帮助您完全具备编码能力 ● 增加上机课程比例,大幅度提升您的实战能力 ● 横跨 8 大行业 26 个全真企业项目案例,助您积累丰富的项目经验。 		

改变一生的机会
从一个电话开始

关于就业推荐、薪资水平、发展前景等详情敬请电话咨询!

北大青鸟 BENET(网络工程师)中心
江路莲花桥校区: 珠江路 222 号长发数码大厦 9 楼(莲花桥站)
025-84731858/84731868
鼓楼校区: 山西路 8 号金山大厦 A 楼 9 层(山西路站)
025-83243609/83243610

北大青鸟 ACCP(软件工程师)中心
新街口校区: 南京市建邺路 66 号 3 层(张府园地铁站西出口)
025-84200066/84200236
珠江路小营校区: 珠江路 609 号东来科技大厦二楼(小营站)
025-83684399/83684398

北大青鸟 ACCP(软件工程师)中心
解放路校区: 南京市解放路 101 号 6 楼(解放路站)
025-84455499/84455877
五台山校区: 南京广州路 189 号民防大厦 5 楼(广州路站)
025-83204008/83204118