

一个跳高教练的生涯

作者：杨文永

(上接本报2019年7月26日第B4版)

九) 激战奥运会 Jimmy的表现

9月21日，抵达汉城的第二天，我给Jimmy安排的活动量很小，他仅在主体运动场外的辅助田径场上进行慢跑及伸展肌肉韧带，总共用时约30分钟，然后我为他按摩，放松。9月22日进行过竿练习，2.00m跳两次，第一次失败，第二次成功。然后横竿加到2.20m，共跳四次，只有一次成功。他的技术表现及体能状况只能评为中下水平，助跑速度不慢但起跳爆发力远不及过去，所幸腿伤无不良反应。9月23日休息。

9月24日及格赛，共有来自11个国家的27位运动员参加，比赛及格的高度为2.25m。Jimmy从2.10m开始起跳以后的高度分别为2.15m、2.19m和2.22m，这四个高度他都在第一次试跳中获得成功。2.25m他在第二次试跳才获得成功，共有17位选手跳过2.25m。朱建华未能跳过2.22m而遭淘汰。Jimmy虽然进入决赛但他的状况不容乐观，主要是腿部爆发力不足。令人欣慰的是，伤没有不好的反应。

9月25日决赛，Jimmy那天的状况比前一天好，赛前共试跳了三次，第一次采用短程助跑轻松跳过2.10m，接下来采用全程助跑，2.15m及2.20m也都一跃而过。接下来正式比赛，他选择2.20m作为他的第一个起跳高度，2.25m为他的第二个试跳高度，这两个高度都在第一试跳中获得成功。然而第三个高度2.28m第一次试跳失败，第二次试跳才获成功。第四个高度2.31m，他虽在第一次试跳中就获成功，但由于在2.28m这高度上失败一次使他名次从第七下落到第十名。因为第五个高度2.34m，他三次试跳均未获成功，最终他以2.31m的成绩获得了第十名。总算完成了参加决赛的任务，虽然成绩与名次都不理想，但能在受伤之后不到一个月之内能在两天之内完成及格赛及决赛，并且还能跳过2.31m，确实不容易。因为没有得到奖章，距目标还差很大距离，所以比赛之后他很伤心地流下了眼泪。我不停地安慰他，并表扬他受伤之后没有向困难低头，这一点很可贵。至于失败的主要原因——意外受伤，我却不愿意批评他。因为我深知，我们之间不可能再有合作的机会了。责怪、批评，又有何意义？好聚好散，皆大欢喜，何乐而不为！

Louise的表现

首先我必须说明，严格讲我不能算是她真正的教练，因为在达拉斯她有自己的教练。可能她的教练不像中国大陆的田径教练那么专注只搞单项训练，对技术的看法相对比较细致；也许Jimmy在她面前过多地推荐了我，致使她不远百里来休斯敦求教于我。这次她的教练又没随她来汉城参加奥运会，我只是顺便带她练技术。另外我是Jimmy花钱请来的私人教练，我也不能过多地关心她的训练，免得引起Jimmy对我的不满，所以我对Louise的帮助是很有分寸的。我从不主动介入她的训练，但只要她向我提出帮她看技术，我是不会拒绝的。大概她也看到这一点，所以也只是在技术训练时才对我有诉求，仅此而已。

9月29日，来自15个国家的24名选手参加了女子跳高及格赛，其中包括一名中国选手金铃，她是中国女子跳高记录保持者（成绩为1.97m）。及格赛的那天共有12名选手被选入决赛。Louise情况良好，很轻松跃过1.92m进入决赛。金铃只跃过1.90m，落选了。

9月30日决赛。赛前关于女子跳高的金牌将落入谁手议论纷纷，当时大家都认定非保加利亚选手科斯塔迪诺娃（Kostadinova）莫属，因为她1987年以2.09m的成绩打破世界记录，比Louise今年刚以2.03m破的美国记录要高出六公分（约2到3个高度）。然而比赛中，Louise不畏强手越战越勇，均以第一次试跳就获成功的优势先后战胜二位苏联选手及另一位保加利亚选手，与世界记录保持者Kostadinova并驾齐驱进入2.03m的决胜高度。在三次试跳中，她们两人都没有跳过2.03m。由于在跳2.03m之前的所有高度中她们都没有失败的记录，因此无法判断谁是冠军。按田径竞赛规则，“田径比赛不设平列冠军制度”，为了决出冠军，双方必须在2.03m的高度中再试跳一次。如这次试跳还不能决出高低，那么应该把横竿降到曾经跳过的最高高度（2m），用这个高度来决高低，总之必须决出冠军才能结束比赛。Kostadinova先跳，但失败了；Louise冷静应对，在第四次试跳2.03m时轻轻地碰触了横竿，横竿在跳高架上架动片刻后竟然没掉下来。此时观众席上爆发出震耳欲聋的欢呼声。她成功地获得了第24届奥林匹克女子跳高冠军！她的目标实现了，那年她刚满30岁。我既为她的成功感到高兴，更佩服她能以冷静、机智、顽强

的态度面对远比自己强大得多的对手。与此同时，我为Jimmy的失败感到惋惜。他们二人同为美国男女跳高记录的创造者和保持者，按男子2.36m与女子2.03m相比较，他们的水平应该说差不多，年龄也很接近（Louise比Jimmy大一岁），技术训练也常常在一起，有时比赛也时常结伴同行。论业务水平，Jimmy比Louise似乎还高一点。种种迹象表明，Jimmy理应也能在奥运会中有所作为，但他却名落孙山。我认为他失败的真正根源仍在于他的性格所致。目前社会上很流行这么一句话：“性格决定命运”，这话讲得一点没错。他虽很聪明，但性格上却浮躁，好出风头，赛前的拉伤不正是这个毛病所造成的吗？实践证明，性格上的缺点通过主观上的努力是可以得到改变的，然而我却从来没想到如何通过平时的教育与开导来改变他性格上的这个缺点。如果我很认真这么做了，岂不是可以避免这次奥运会所出现的重大失误？看来，今后我也应该重视这方面的工作。

十三、初战告捷

一) 义工教练

奥运会结束之后，我认为我不宜再去休大观看Tellez教练的训练课，应该另找出路。在Jimmy的建议下，我们于1988年的年底来到了Rice大学男子田径队的办公室，接待我们的是男子田径队的总教练Steve Straub，他曾是一位很有名的中长跑运动员。他于1972年获Rice大学学士学位（商业）并于1980年成为男子田径队总教练，他主管中长跑（400m以上）训练。Jimmy在去休斯敦大学找我训练之前，一直都在Rice大学的田径场训练，他知道Rice大学男子田径队没有跳跃项目的教练，所以才带我来的。我说明了想在Rice找工作的来意。Straub教练了解我的用意之后，很坦率地告诉我队内很需要一位跳跃教练，但因受编制的规定目前队内无资金招聘新教练。他又进一步解释：“Rice大学是一所规模不大的私立学校，学生的人数仅6500人左右，由于教学质量好，被称为美国南方哈佛大学。而德州大学（在Austin）及德州农工大学（地处College Station），他们的学生人数都在六万人以上，几乎是我们的十倍。我们田径队又是男女分开，所以在人事编制上，严格规定男女队教练人数各自不得超过二人，即总教练一人，助

理教练一人，目前我们在这方面都已满了，无法再招收新教练。”此时Jimmy在旁插话：“杨教练是我和Louise Ritter参加本届奥运会的教练，他来自中国大陆，是国家级教练员，又曾是朱建华科研小组的负责人。朱于1983年及1984年三破世界记录。杨教练是一位很出色的教练员，这么优秀的教练员，你怎么可以放过？”Straub教练深思了片刻后说：“此事必须向上请示，我作不了主。现在正是学校放寒假期间，学校大部分人都不办公，请明年1月17日再来我的办公室，希望那时我能给你一个满意的答复。”1989年1月17日上午，我如约去了他的办公室。他告诉我：“按NCAA（美国大学业余竞技体育组织）规定，我校田径队教练的人数不得超过二人，这个规定我们不可逾越。但如果你能以义工的身份来我队带运动员训练，我们表示欢迎。今后你如能带出好成绩，我将会以你的成就为名向校友们或运动队服装供应商筹款，给你一定的补偿。如你今后想留在美国，我可以出面帮你申请永久居民。不知你意下如何？”听后我立即表示同意，因为我知道在休斯敦只有三所大学有田径队。另一所大学名叫德州南方大学（Texas Southern University），事先Jimmy已告诉我，这所大学虽有田径队，但是水平不高，而且体育设施不齐全，与Rice大学一样不缺教练。既然Rice能接纳我，不如爽快答应，免得夜长梦多。我深知美国田径运动水平在世界上是处于绝对领先的地位，如果我不能尽快显示出我的实力，那我根本无法在美国田径这个领域内找到我一席之地。我如果不带运动员，哪会有机会在人们的面前展示实力？Rice大学虽然不大，但田径场的场地以及各方面的体育设施不比休斯敦大学差，最使我中意的仍在于他们的跳跃项目水平很低，没有专职的跳跃项目的教练。今后如让我担任跳跃项目的教练员，我将可以独当一面，不受制约地去带运动员训练。诚然，Rice大学田径运动水平不高是个缺点，但只要略有进步，就会立刻引起人们的关注。至于无工资收入，我倒不在乎，我可以利用上午及晚上的时间去中餐馆送外卖，生活不会受到影响。为了实现我的奋斗目标，我不能为了暂时的小利而放弃这么好的机遇。于是，我毫不犹豫地迈出了这重要的一步！

——待续——

版权文章，未经许可，不得转载。