

党旗映冰场 体医护征程

——上海体育大学运动健康学院赴七台河开展短道速滑科研康复保障

2026年7月4日，上海体育大学运动健康学院联合黑龙江中医药大学、哈尔滨师范大学组建跨校科研康复团队，正式进驻七台河短道速滑训练中心，开展为期10周的驻点保障工作。团队整合多校学科优势，聚焦青少年短道速滑后备人才的训练健康需求，探索体医融合服务冰雪运动的实践路径。

一、以党建为统领，凝聚跨校协同攻坚合力

学院康复教工党支部书记夏俊带队的学院师生党员把“强服务、重贡献”贯穿驻点保障全流程，以党建为纽带打通校际协作壁垒，充分发挥三校在运动科学、中医康复、损伤预防领域的专业特长。进驻基地后，团队第一时间与教练组召开专题对接会，围绕训练周期管控、运动负荷监测、训练疲劳恢复、损伤风险防控等关键内容深入研讨，明确指标测试、数据采集、康复干预等核心任务，为后续工作划定清晰路径。



团队与七台河短道速滑训练中心教练代表座谈交流



党旗映初心，科研康复团队与教练代表合影

二、沉到训练一线，精准锚定保障服务靶点

为了让保障工作贴合训练实际、对接真实需求，团队全程跟训观摩，结合与教练员、运动员的深度访谈，系统梳理高负荷训练后普遍存在的肌群紧张僵硬、关节活动受限、慢性疲劳累积等共性问题，精准把握不同年龄段青少年运动员的身体机能特点与恢复规律，为后续制定差异化监测与干预方案夯实了现实基础。驻点期间，七台河市委组织部、七台河体育局专程赴基地调研指导，实地查看测试流程与保障工作部署，指导团队优化服务方案、细化人员分工，推动保障工作不断提质增效。短道速滑世界冠军刘秋宏与团队成员交流并合影，对团队扎根一线服务后备人才的工作予以认可。



黑龙江省七台河市体育局党组书记、局长韩冬梅莅临指导



七台河市委组织部组织二科刘冲科长莅临指导



短道速滑世界冠军刘秋宏与科研康复团队成员合影



团队深入训练一线，了解运动员日常训练与恢复

三、强化科技支撑，搭建动态训练监测机制

团队持续对运动员心率、血乳酸、肌肉力量等核心生理指标开展动态采集，科学量化训练负荷强度，系统评估机体恢复状态，逐人建立专属健康档案。工作全过程严格遵循科研伦理规范与数据安全管理制度，定期将监测评估结果反馈至教练团队，形成数据采集、状态研判、训练优化的完整工作链条，助力训练安排更加科学精准。

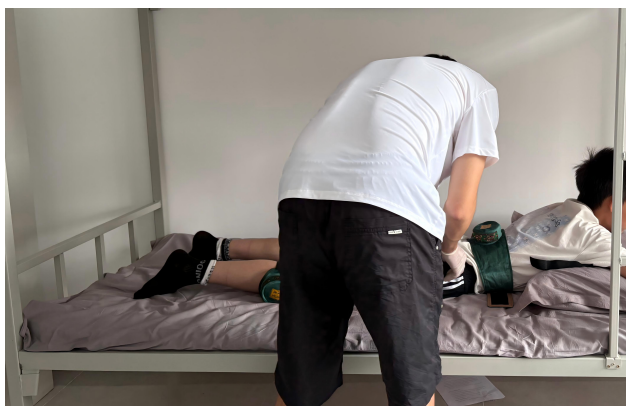


团队开展运动负荷监测

四、坚持中西并重，构建运动康复干预体系

对 79 名运动员开展肌骨超声、肌电、FMS、YBT、重复提踵、闭眼单脚站、关节活动度、肌力、单腿三连跳、血乳酸、身体形态、专项能力、肌张力、CMJ 及力台重心等 15 项测试，累计完成 1185 人次测试。针对运动员个体差异与具体问题，团队坚持中西医优势互补、防治结合，规范开展推拿、艾灸、拔罐等中医适宜技术干预，同时配套制定个性化运动康复训练方案，靶向缓解肌群紧张、加速疲劳消除、改善关节活动功能。服务过程中，团队完整记录每次干预细节，定期开展阶段性效果评估，动态优化运动康复方案，着力提升综合康复服务的针对性与实效性。





团队开展短道速滑青少年运动员运动疲劳干预

五、深耕实践育人，在服务一线锤炼专业技能

此次驻点保障既是专业服务过程，也是实践育人课堂。参与工作的青年师生将课堂所学的专业理论与科研方法，转化为服务冰雪运动人才的实际行动，在跨校协作的实战场景中强化专业规范、厚植责任意识、提升协作能力。

下一步，团队将继续坚守驻点岗位，稳步推进数据采集、科学评估、康复干预等各项任务，以扎实的专业能力护航青少年短道速滑后备人才成长，以务实的工作举措助力冰雪运动事业高质量发展。

撰稿：运动康复学系教工党支部

责任编辑：雷越