

# 暨大苏炳添速度研究与训练中心训练基地启用，苏炳添：“我觉得中国人可以跑9秒76！”

文/羊城晚报记者 陈亮 图/羊城晚报记者 林桂炎

暨南大学苏炳添速度研究与训练中心（简称“苏中心”）训练基地启用仪式近日在广州番禺校区霍英东体育馆举行。

暨大党委书记孙凌在致辞中回顾了苏中心及广东省速度能力研究重点实验室落户该校后取得的系列成果，包括培养了严海滨、陈冠峰等新生代运动员。他指出，训练基地的启用承载着学校对体育事业发展的殷切期望，学校未来将依托多学科优势，加大科研投入和组建跨学科团队，以科学化训练助力“中国速度”提升与体育强国建设。

中国田径协会副主席兼秘书长蔡勇表示，苏中心是广东田径科学引领、改革创新的实践成果，也是中国田径高水平发展的前瞻性布局。他指出，以苏炳添命名中心，是对其拼搏精神的肯定，更希望将其成功经验提炼为可推广的训练体系，惠及更多运动员。中国田径协会将持续支持中心工作，携手探索竞技体育人才培养新路径。

广东省体育局党组成员、副局长朱伟对训练基地启用表示祝贺，肯定了暨大在体育科学研究与人才培养上的举措，期待学校继续以科技赋能体育，为体育强省、体育强国建设贡献力量。

“速度的极限，不仅是身体的挑战，更是科学的突破。”暨南大学体育学院院长、苏中心主任苏炳添介绍了中心建设进展并表示，未来中心将进一步以科技为核心，打造中国速度体系，一是加强青少年选材与速度人才梯队建设；二是加强专项训练与体能优化研究；三是建设一个开放共享的智能训练平台。他希望能把个人的奋斗延续为团队的探索，把“跑得更快”转化为“让更多人跑得更快”。

据悉，训练基地不仅是苏炳添成功经验的“档案馆”，更将成为中国田径英才的“孵化器”“加速器”。从苏炳添东京奥运破亚洲纪录，到“苏中心”训练基地启航，中国田径的跨越始终靠“科学+拼搏”双轮驱动。这座基地既是广东科技赋能体育的改革注脚，更是体育强国战略在高教领域的实践。



暨南大学苏炳添速度研究与训练中心训练基地启用



## 揭秘如何解决传统训练中的痛点

苏炳添谈青少年培养、个人未来规划等

活动结束后，苏炳添接受了媒体采访，揭秘苏中心如何解决传统训练中的痛点，助力改善十五运会运动员的训练状态，并谈及青少年培养、个人未来规划等话题。

### 科学方法突破后程瓶颈

当前，整合了竞技表现分析、技能评定实验室与智能化训练基地的苏中心，正以产学研结合的“两条腿”模式，为传统训练注入新活力。苏炳添表示，针对运动员常见的训练瓶颈与损伤问题，重点实验室可实时介入调整。以解决“后程问题”为例，团队通过分析发现，运动负荷与生理指标体系是关键突破口。

“过去认为后程慢是能力不足，其实与负荷刺激和休息控制密切相关。”苏炳

添解释，此前训练中休息时间过长，导致冲刺能力刺激不足。如今团队将间歇时间压缩至1分钟，让运动员在未完全恢复状态下进入高强度训练，若能坚持完成，可有效提升后程表现。这种基于数据的精准训练方案，正是产学研模式在实践中的具体应用。目前，二沙训练中心一直支持该实验室开展科研项目，提供一线运动员作为实验对象。

### 9秒83经验不“照搬”

谈及中国短跑的未来上限，苏炳添充满信心：“跑完9秒83后，我觉得黄种人、中国人能跑到9秒76、77左右。”他认为，自己并非中国短跑天赋、身体形态最优者，随着大环境改善、营养提高与家长支持力度加大，未来定会出现更优秀的苗子。

苏炳添坦言，在茫茫人海中找到好苗子并唤醒其天赋是最大难题——“好苗子遇到好教练是缘分，更需要他们坚持走田径这条路”。回望自身职业生涯，苏炳添感恩父母赐予的天赋，也庆幸自己在模糊中坚定了田径方向，他希望将自己的成长故事分享出去，为在困境中成长的人提供一点支持。

作为跑出9秒83的中国短跑传奇，苏炳添强调，这一成绩是中国田径与体育部门长期投入的成果，背后有整个团队支撑，绝非个人之功。对于这一成功经验，他明确表示，要科学总结，但不能直接复制训练负荷方法，而需拆解基础、技术、专项力量等模块，细化后进行转化，并重点应用于青少年培养。

“青少年的基础决定未来高度，就像盖房子，基础不牢难成高楼。”拥有20多年运动生涯的苏炳添深知根基重

要性，他认为，青训的核心在于选材，需发掘有运动爱好与天赋的青少年，从基础做起。即便稳定的基础未必能让所有人为优秀运动员，也能助力他们在田径道路上走得更远。

### 目标是刷新接力纪录

今年9月，苏炳添带领广东队刷新男子4×100米接力项目赛季最佳成绩，极大提振了队伍士气。谈及即将到来的十五运会，他坦言，在家门口作战压力巨大，江苏、湖北两队实力强劲，将是广东队的主要挑战者。

“但我们有信心向他们发起冲击，很有机会能再次刷新成绩，这是必需的目标。”苏炳添语气坚定。他也透露，受年龄与身体状况影响，自己无法参加单项，能坚持到家门口的全运会，背后的

艰辛唯有团队知晓，“真的是做到跑到不能跑了”。

### 将转型为田径发力

对于全运会后的规划，苏炳添笑着说，最想做的是回家陪孩子——几个孩子出生时他都因训练比赛未能多陪伴。但他也明确，未来不会离开体育，只是角色将发生转变。

“接下来要回馈体育，推广田径项目，为青少年接力运动员创造更好环境。”苏炳添提到正在推进苏中心与“苏炳添数据训练平台”，一方面用于青少年宣传，助力国家搭建更完善的人才梯队；另一方面依托暨南大学平台，为运动员提供优质训练环境。他希望更多人关注、支持田径，“我的力量有限，未来需要更多人加入，才能让中国田径更强”。

## 不少高校开设微短剧相关专业

# 专业“新宠”能否成为“爆款制造机”？

羊城晚报记者 孙唯 实习生 陈思彤

### 湾区育见

#### 百亿市场催生人才需求

“重生归来打脸仇敌”“系统开挂逆袭人生”“真假千金豪门争斗”……近年来，快节奏微短剧承包了不少人的娱乐时间。在手机屏幕的另一端，微短剧正悄悄走进大学校园，成了高校里的“新专业方向”。中国传媒大学、泰山学院、郑州工程技术学院等高校开设了微短剧创作与制作、微短剧制作与运营等微专业，致力于培养能够适应新形势的应用型人才。微短剧为何会成为高校的“新宠”，这场微短剧与高校的“联合创作”，到底能走出怎样的路？



郑州航空港区聚美空港竖屏电影基地，微短剧拍摄现场

图/文旅郑州航空港微信公众号

才。”某微短剧公司的导演、摄影师王先生表示，“现在我所拍摄的微短剧中，主要演员工资一般每日2000元-25000元，顶流就更贵了。”

中国网络视听节目服务协会发布的《2024微短剧行业生态洞察报告》显示，2024年，我国微短剧行业直接就业岗位约为21.9万个，间接带动就业岗位达42.8万个，微短剧总计带动约64.7万个就业机会。目前，我国微短剧对于年轻人的需求是主流。前程无忧、DataEye联合发布《2025微短剧从业者生态调查》显示，超七成受访者的年龄在30岁以内，以“00后”（47%）和95后（24%）为主。从学历分布来看，本科占据主流（51%），其次是专科及以下（36%）。可以说，微短剧行业正在吸纳大量的年轻人投身于此，构筑起一片新的“蓝海”。

### 人才培养向需求端倾斜

在人才面临巨大缺口时，各高校也悄然开始布局微短剧的相关课程或微专业。提到微短剧人才培养，不少人会想到“教写剧本”的职业培训或高职课程——但随着微短剧行业从“野蛮生长”转向“高质量竞争”，仅懂基础创作的从业者已难满足需求。如今，多所高校开设的微短剧相关微专业，正跳出单一技能培养的框架，瞄准“全链路复合型人才”，试图填补行业在内容研发、合规把控、产业运营等领域的高端人才缺口。

“微短剧是互联网视听领域专有形态，目前正在向精品化、大众化、国际化

发展。这对于微短剧人才培养提出了高要求。”中国高等学校影视学会常务副理事长、华南农业大学珠江学院大湾区影视学院院长庚钟银教授表示。

《中国传媒大学微短剧表演创作微专业2025年秋季招生简章》显示，该微专业开设有微短剧剧本解读、微短剧导演思维训练、微短剧表演实训与创作等课程，旨在培养面向微短剧行业高速发展需求，具备新媒体表演思维与镜头表现力的复合型演员人才。该微专业聚焦微短剧“强节奏、高反转、重传播”的艺术特性，通过系统化课程与实践训练，使学生掌握微短剧表演的独特表演风格，精准把握不同题材中的角色塑造技巧。

事实上，在微短剧行业的人才培养时，“底子”还是传统的戏剧与影视人才培养模式。“我们专业学的编剧、视听语言、摄影、剪辑这些课程，和做微短剧需要的技能是匹配的。”暨南大学戏剧与影视表演专业的孙同学表示，从内容结构来看，微短剧虽短，但仍遵循完整的剧作逻辑，“比如开头要设钩子，中间有矛盾冲突和反转，结尾要收束，相当于把长剧的结构压缩了，去掉了许多铺垫环节；制作上也是一样，把电视剧、电影的长周期压缩成短周期，节奏更快。”

在传统的人才培养模式上，部分高校微短剧人才培养更多向需求端倾斜。庚钟银介绍，目前华农珠江成立湾区国际微短剧发展研究中心，举办微短剧大赛，开设“微短剧编导与创作实践”课程等，推行“片场课堂”模式，让学生直接参与剧组实践；联合24所高校及企业，通过“项目制”“订单式”培养，输送学生参



2025深圳龙华微短剧生态大会 图/锦绣科学园微信公众号

与微短剧拍摄，深化产教融合。“我们还将参与行业标准的制定，致力于推动微短剧文化新业态的繁荣发展。”

### 能否成为考生“新宠”

近年来，伴随着艺考降温，报考艺术类的考生数量有所回落。微短剧的强势崛起会让考生拥抱这个行业“新宠”吗？

《2025微短剧从业者生态调查》显示，目前跨界进入微短剧的人才较多，近半数受访者曾从其他行业转入微短剧行业。主要来源包括传统影视（45%）、互联网（30%）、广告媒体（19%）、游戏（14%）等关联行业。在微短剧迅猛的发展势头下，剧本创作、导演拍摄、演员表演，到后期制作、市场运营和推广等各个环节，都急需大量专业人才。然而，目前市场上的微短剧人才大多是从其他相关行业转型而来，缺乏系统的专业教育和培训，远不能满足行业飞速发展的需求。

“微短剧对于想从事影视工作的年

轻人有一定的吸引力。”庚钟银表示，在传统影视行业，一部电影、长剧项目门槛较高，青年创作者出头机会有限。但微短剧制作成本低、周期短，能快速立项开机，项目间隔周期也短，年轻人锻炼机会较多。在全媒体发展的时代，行业的持续扩张，还催生出许多新兴岗位，像微短剧内容策划、微短剧平台运营等，进一步拓宽了就业选择。

另一方面，微短剧和传统影视在剧本、拍摄、表演等方面都有所不同，这也对微短剧人才培养提出了新要求。“想要从事微短剧工作的学生需培养文学爱好，打破专业壁垒，兼具创意与审美能力，适应小屏拍摄、竖屏构图等创作特点。”庚钟银指出，多所高校开设微短剧微专业，标志着行业正在从“拼流量”转向“拼人才”，经过系统培养的科班人才，未来将成为推动微短剧行业规范化、高质量发展的骨干力量。高校应以素质教育为导向，推动微短剧教育与行业联手，助力行业持续健康发展。

本版统筹：羊城晚报记者 卫轶