

体育大区建设结硕果！杨浦实现市青少年体育精英系列赛团体奖牌榜第一名的突破

少年有志，未来可期

编者按

2月15日，北京冬奥会自由式滑雪女子坡面障碍技巧决赛，19岁的谷爱凌摘银；单板滑雪男子大跳台决赛，即将18岁的苏翊鸣夺冠。无数网友感叹，这两个00后太励志了！

从从小一起训练，到携手峰顶相见，他们的人生因奋斗而精彩，青春因拼搏而亮丽。勇于挑战自我、不为自己设限，是对奥林匹克精神的生动诠释，也是每一位中国队年轻选手的价值追求。他们在赛场上的出色表现、激发出的顽强斗志，向世界展现了中国青年的青春风采，激励着更多年轻人为梦想而不懈奋斗。这是冬奥会的启示，也是成就梦想的关键。

在2021年上海市青少年体育精英系列赛中，杨浦小将积极参赛、奋勇拼搏，并取得了不俗战绩，最终实现了团体奖牌榜第一名的突破。少年有志，未来可期。



■记者 高靓

“之前，杨浦在市青少年体育精英系列赛中差不多排在六七名的位置，前两年略有上升，2021年取得第一，这样的好成绩杨浦还是首次。”杨浦区少体校校长田青说，竞技体育的周期较长，好成绩的取得绝非偶然，这与近几年学校在区体育局的组织领导下，推进体教融合、加强教练员队伍建设以及多元化办训模式等分不开。

体教融合：让更多好苗子茁壮成长

体教融合是上海较早探索的一种人才培养模式。

这几年，区体育局联合区教育局，开展深入调查走访，形成了“一条龙”布局布点方案，以三大球、田径、游泳等基础大项为重点，深化推进学校体育课余训练，高中体育专项化课改达到全覆盖。同时，连续三年组织体育传统学校四千余名两年级小学生参加运动能力筛查测试，筛选优秀体育苗子，并联手上海体育学院、中国乒乓球学院，让专业教练走进校区，协力培养青少年运动员。

值得一提的是，为深化体教融合，2020年，区体育局在上海体育学院附属中学成立“学生体育活动实践

基地”，与杨浦职校联手开设体育特长生班，形成“运动训练+学习”新模式，探索后备人才生源可持续发展之路。而到了2021年，又再次联手区教育局，进行上体附中体教融合特色学校一体化建设预可研，以打造上体附中特色高中为契机，推动体教融合特色学校的一体化建设。“杨浦区的体教融合工作开展较早，我们也是抱着共建共赢的心态，在区体育局的领导和支持下，到各个学校拜访，询问它们对体育有什么样的需求。比如，随着教育教学改革，各个学校非常缺体育教师，我们就安排教练员队伍走进校园，弥补体育教师短缺的问题。部分学校缺乏体育场地，我们又开放专业体育场地，供其使用。形成资源共享后，对于少体校来说，这两年，生源大幅上升，目前少体校的注册运动员已达3000余名。同时，不少体育场馆较多的学校也会将场地提供给我们。如此一来，教育与体育共同培养青少年体育人群，既增强了孩子们的身体素质，也从中挖掘了不少体育后备人才。”田青说。

在体教融合培养人才的模式下，越来越多优秀运动员涌现了出来。区少体校网球队的邓嘉怡就是在体教融合的环境中一步一步成长起来的。她练习网球8年，在小学时被区少体校教练选中，然后边学习边打球。长年

的训练并没有影响邓嘉怡的学习成绩，因为体育竞技成绩突出，她还获得2021年上海市青少年体育精英系列赛“最佳运动员”称号。邓嘉怡说：“学习和体育训练、比赛并不是毫不相关的事，都需要耐心和毅力。专业训练让我的身体素质更强了，也让我更有信心，即使在学业上遇到困难，也不会轻言放弃。”

创新模式：一个教练专职负责一个环节

每个优秀运动员的“养成”都离不开默默奉献的教练。在2021年上海市青少年体育精英系列赛中，杨浦有8人荣获“最佳教练员”称号，37人获“最佳运动员”称号。

此次已是区体育活动中心副主任、羽毛球队总教练杨寅第四次获得“最佳教练员”称号，在他看来，运动员在比赛中取得理想成绩，离不开区体育局对训练场地的保障、教练员团队的齐心协力，更重要的是创新训练模式。“现在的训练有点像‘流水线’操作，一、二年级的小朋友需打好基本功，我们在每个环节都配有专职教练专门负责一个动作，到了三年级，则有一名教练将所有细节动作组合起来，开始进入对抗环节。”杨寅说，这样的模式让孩子们学得更快，对于教练员也很有优

势，只教一个动作会比别人更有经验，一个教练专职负责一个环节，效果更好。

训练模式创新了，体能康复训练也得跟上。“在竞技体育训练中，体能康复训练对运动员具有举足轻重的作用。在杨浦，青少年体育训练中心为运动员的安全健康保驾护航。”田青告诉记者，区少体校是国家首批青少年体育训练中心试点，科学的体能训练能够在最大程度上避免运动员出现伤病，并合理发掘较为适合运动员的体育项目。同时在青少年训练中，康复是很重要的一个环节，预防伤病能使运动生涯更长。

多元办训：强化项目布局 and 训练体系有机衔接

长期以来，传统体校一直是上海竞技体育后备人才培养的主阵地，近年来，区体育局十分注重强化项目布局和训练体系的有机衔接，探索多元化青少年体育训练新模式，让社会力量融入原有的办训模式，不断丰富“多元办训”内涵。“在区体育局的支持下，通过社会办训，我们开展了马术、高尔夫、艺术体操三项运动，在青少年体育精英系列赛中，几个项目也取得了不俗的成绩。”田青说，会不断探索社会力量办训，提高科学选材、科学育才、科学训练水平。

区体育局相关负责人表示，接下来将通过全力备战，力争实现3个目标：首先，优化布局。主要是抓实少体校、手球、短跨等3个国家高水平基地和游泳、足球2个市级精英基地

建设，并争取游泳、重竞技、羽毛球、手球、空手道（跆拳道）、帆船（帆板）等6个项目，在市运会上取得不俗表现和重大突破。与此同时，积极拓展马术、橄榄球、轮滑、滑板等市场化程度高、适合国际大都市开展的项目，努力形成传统优势项目扎实突出、潜力项目成长良好、新兴项目合理孵化的正金字塔型结构。其次，通过比赛锻炼队伍。教练员队伍将重点聚焦专业化和规范化建设，争取出名师、出典型、出好的团队；运动员队伍将抓好“一条龙”布局，做优做强6支二线运动队，保持人才输送第一梯队的优势。科研队伍也至关重要，要在走专业化、年轻化的基础上，充分借智借力，加强科研保障。最后，深化融合。通过深化改革，推动青少年养成良好的健身习惯，打造后备人才蓄水池。以国家体育总局青少司在杨浦试点青少年体育训练中心的建设为契机，推动青少年体育训练规范化建设，并充分调动学校、企业、社会组织等各类主体的积极性，探索更为开放多元的办队模式。此外，积极推动白洋淀足球场改扩建项目，联手区教育局，开展上体附中体教融合特色学校一体化建设，推动体教融合纵深发展。

“杨浦实现市青少年体育精英系列赛团体奖牌榜第一名的突破，对我们所有人来说都是一种肯定和鼓励。接下来，将全力备战上海市第十七届运动会，把好的教学方式、方法传承下去，齐心协力再创佳绩。”田青说。

相关新闻

海港同济女足：从校园大跨步走入“职业生涯”

■记者 毛信慧

在落后两球的不利情况下，下半场4分钟内连入两球扳平比分，第93分钟，打进绝杀球！在前不久结束的女足亚洲杯决赛中，中国女足3:2逆转韩国女足夺冠。时隔16年，中国女足重回亚洲巅峰，举国上下一片欢呼。值得一提的是，在这支强大的队伍中，其中有四位姑娘毕业于同济大学。

去年12月，上海海港同济大学女子足球队的成立，为中城足坛增添了一抹亮色。这个资历浅、征战联赛级别低的“小阿妹”在2021中国足球协会女子乙级联赛中取得第五名的好成绩。这是她们首次参加职业联赛。此次女乙联赛共有13支高校球队参赛，最终只有两支进入前五名，其中就包括海港同济女足。

海港同济女足是由同济大学国际足球学院运动训练专业大一至大三的学生组成，她们来自全国各地。

队长曹嘉仪是一位上海姑娘，踢球至今已有14个年头。“这十余年里，足球从最初的兴趣逐渐变成热爱，直到现在已经成为生活中必不可少的一部分。”在全国的舞台上，与职业球队同台竞技，曹嘉仪带领大家迎难而上，顽强拼搏。虽然小组赛和排位赛的第一场都遇到了强敌，但姑娘们用不服输的拼劲拿下后来的一场场胜利，一举夺得全国第五名的好成绩，开创了历史。

江西姑娘苏嘉虹在联赛第六轮

中贡献了3粒进球。“我喜欢这种充实、闯关一样的生活，平衡比赛与学习，这些关卡让我的人生充满挑战。”苏嘉虹说。

实现从校园足球向职业足球的大跨步，这也是海港同济女足、同济大学、上海海港多年齐心协力的奋斗成果。

据介绍，同济大学国际足球学院成立于2017年，作为全国首个“国际足球学院”，学院依托同济大学综合办学资源优势，着力构建本科、研究生一体化的足球学科体系，致力于培养具有浓厚家国情怀、精湛专业技能的复合应用型精英足球专门人才，推动中国足球高端人才培养规模效应和集约化发展，服务于国家足球振兴发展战略。成立四年来，学院坚持国际化协作、市场化运作的办学方向，形成了足球管理、足球经济、足球运动训练、足球数据研究、足球人文社会科学等专业方向，并在足球专业人才培养、科学研究、社会服务等方面取得了积极进展。

同济大学已经与上海国际港务（集团）股份有限公司（以下简称“上港集团”）签署了一份合作框架协议。根据协议，校企双方在女足领域加强人才联合培养和交流培训，共同围绕新时期“体教融合”发展战略，努力构建校企深度融合的体育和教育共同发展机制，积极探索创新型足球人才培养、足球学科建设、足球科学研究、足球青少年培养等建设模式，全力打造女子足球精英人才队伍。