

成立复合型团队建设专家组

上海推动青训队伍团队化发展

本报记者 李一平

为提高全市青少年体育科学训练水平,5月21日,上海市青训复合型团队建设专家组工作启动会在久事体育大厦举行。上海市青少年训练管理中心主任周战伟、上海体育科学研究所(上海市反兴奋剂中心)所长邱俊出席,市青训复合型团队建设专家组,青训名教练工作室“带头人”以及杨浦、虹口、徐汇、静安等区青少年体育训练中心主任参加。

会上,上海市青少年训练管理中心副主任陈昕云介绍了专家组工作手册并宣读特聘专家名单,市体科所选材育才中心主任尹晓峰介绍了各工作室复合型团队建设情况,与会领导为特聘专家颁发了聘书,标志着上海市正式成立了青训复合型团队建设专家组。

特聘专家是常年参与竞技体育保障的训科医团队成员,拥有丰富的实践经验,擅长体能训练、心理调控、生长发育评估和运动员选材、运动损伤治疗等多个领域。他们将分成三个复合型小组,由资深专家邱俊、尹晓峰、袁鹏担任组长,采取团队工作的模式,为各区训练单位建设复合型团队提供全面指导,助推基层进一步加强学习、掌握科学训练方式,提高人才培养效益。

邱俊所长表示:“青训的复合型团队更关注青少年运动员全面发展,着眼于培养未来‘能赢’‘善赢’和‘常赢’的设计。”未来,专家小组将相互协作配合,在组长带领下对各区复合型团队建设的目标、措施、过程、效果等开展日常督导,针对工作中存在的问题提出改进方法和建议。同时,专家们还将为各区复合型团队按需及时提供

跟踪指导,进一步打破项目壁垒,建立资源共享和经验交流平台。

周战伟主任在讲话中指出,青训的主要任务是围绕青少年人群特点选好苗子、打好基础、系统训练,过程的培养和训练需要科技赋能,要在科学选材的基础上更好地推进科学训练。此次市青训中心与市体科所在青训复合型团队建设上深度融合,形成合力将青训工作推向新高度,对人才脱颖而出将产生更大促进作用。他希望各区训练单位、名教练工作室通过和专家组“结对子”,将不同领域专家的智慧运用到训练中,共同为青少年体育后备人才培养添砖加瓦。“立足新时代青训工作的要求,我们希望通过复合型团队建设专家组的赋能,推动本市青训教练队伍进一步向复合型团队转变,培养更多高质量的青少年体育后备人才。”



本报记者 李一平 摄

“比起成绩,我更看重他们成才”
名教练跨项输送有秘诀

唐琪、董天峰、张东霜……王三省教出的众多得意门生里,既有他本职担任教练工作的赛艇运动员,也有自行车、帆船的优秀健将,横跨如此多项目的体育人才输送,背后其实饱含着王三省对他们成才的殷切希望。

专题撰稿 本报记者 李一平

青训名教练工作室巡礼

王三省



三十多年的带训生涯中,王三省已经输送了超过40名队员进入上海一线队,其中帆船、帆板队13人,皮划艇队5人,自行车队5人,赛艇队则更多。虽然在少体校担任的是赛艇项目的教练员,但得益于自己运动员时期的经历,王三省始终很关注队员的成长,也在不停探究跨项选材育才的路径。

为何执着跨项选材?
为了让他们有更多出路

“我是浦东出生的运动员,现在在浦东也当了三十多年的教练,可以说浦东这片水场留下了我很多的记忆。”1981年,王三省进入了当时南汇的少体校,一开始是参与了一年半的皮艇训练,后来又转项到划艇训练了一年半。直到1984年,他在参加上海市的身体素质测试时,被当时的上海赛艇队看中,就进入了赛艇一线队,成为一名赛艇运动员。

1991年,退役后的王三省思乡心



切,便放弃了市区的工作,选择回到自己的母校进行基层教练员工作。虽然在少体校担任的是赛艇项目的教练员,但得益于自己运动员时期的经历,王三省始终很关注队员的成长,也在不停探究跨项选材育才的路径。

王三省总结,跨项选材可以分为同类型项目和不同类型项目。例如赛艇、皮划艇项目之间就属于同类型,而赛艇、自行车、帆船就属于不同类型的跨项选材。但无论是否是相同类型,这些项目之间只要有共通点,那么跨项选材就有可能。“例如球类项目和水上项目都需要爆发力,田径项目需要的耐力、反应速度同样是赛艇所需要的。”为此,王三省在训练过程中,更加看重反应速度、灵敏性、耐力、爆发力等大部分项目兼备的身体素质,并且对每个队员进行跟踪观察。

为了做好跨项选材的工作,王三省平日里除了忙着训练,还会抽出不少时间拜访其他项目的教练员,了解每个不同项目的特性,以便更好地为队员把握好成长的方向。

三十多年的带训生涯中,王三省

已经输送了超过40名队员进入上海一线队,其中帆船、帆板队13人,皮划艇队5人,自行车队5人,赛艇队则更多。谈到为何始终坚持跨项选材,王三省提到了“成才”二字。“对于我们三线的教练员来说,从队员很小就接触了,很大程度上都把他们当作自己的孩子,有哪个家长不希望自己的孩子能被发掘出他的天赋,成长为优秀的人才呢?”所以,比起市运会的金牌,他更希望他的队员能输送到一线队、国家队,在自己的人生道路上书写更加绚烂的篇章。

性格没有好坏
科学训练、因材施教

目前,王三省的名教练工作室共有4名教练员以及两名科研人员。在平日里培养年轻教练时,王三省最常提及的,就是要去引导、发挥队员的性格正向作用。

许多青训教练选材时会比较偏好头脑灵活、心理素质较强的运动员,但在王三省的心中,性格因人而异,但绝不分好坏。“一个人的性格没有完美的,在训练中总有他优点的一面,也有缺点的一面。”



王三省曾指导过东京奥运会女子单人艇激光雷迪尔级选手张东霜

“庆六一”闵行青少年
走进郊野公园
在盎然绿意中
体验运动乐趣

本报记者 丁荣

上个周末,闵行区的儿童青少年在“绿动集市”中喜迎“六一”。5月25日,2024年全国“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动(上海会场)暨“庆六一”上海市青少年体育俱乐部开放日闵行分会活动在上海浦江郊野公园成功举办,500余组亲子家庭参与。

在闵行区体育局搭台下,来自闵行区的19家青少年体育俱乐部提供了丰富多彩的运动体验。既有足球、篮球、排球等传统热门项目,也有皮划艇、马术、攀岩、壁球等时尚潮流项目。家长与孩子们一同穿梭在体育游园会当中,了解体育知识,参与各项运动,体验运动带来的快乐,感受浓浓的“六一”过节氛围。

邂逅文创、汇东葫芦、谷杰粮食、丰伟果蔬……本次活动在会场还专门设置了一个运动集市,其中既有体育装备器材,又有特色文创产品,以及特色农副产品。家长与孩子们在体验运动之余逛一逛集市,不仅能及时补充能量水分,还能购买到当地特色产品。闵行区体育局以体育为纽带,围绕运动促消费的核心主题,将体育资源与当地商业资源配置对接,助力浦江、浦锦当地企业发展,形成了具有绿地郊野特色的“绿动集市”。

在“六一”国际儿童节来临之际,闵行区体育局、浦江镇人民政府、浦锦街道办事处和闵房(集团)有限公司共同承办上海市青少年体育俱乐部开放日闵行分会活动,是为孩子们量身定制的一年一度的儿童节特别礼物,也是闵行深化体教融合,全面增强儿童青少年体质、促进儿童青少年健康成长的重要举措和抓手。



此外,科学训练、借助科技手段训练也是王三省一直所强调的。在运动员时期,王三省就尝到了科技助力的“甜头”,那时候我们训练一天测七八次血液指标,随队的队医一直和我们强调伤病是运动员最大的敌人。在当教练后,王三省不仅积极引入科技助力基层训练,同时他坚决杜绝一味大运动量甚至超负荷的训练。“不急躁冒进,不追求短时间的效益”是王三省对自己的要求,也是对于年轻教练员的要求。“我们要时刻铭记,三线教练员的职责是为一线、二线队伍打好基础,为他们输送更加优质的后备人才。”