



624名中小學生參加上海市校園排球聯盟精英訓練營選拔 創新舉措，促校園排球人才成長

11月16日至17日，2019上海市校園排球聯盟精英訓練營選拔測試在復興高級中學進行。來自全市各所中小學的624名排球小將，分為U9、U11和U13三個年齡段，參加了男、女共六個組別的選拔測試。上海市校園排球聯盟專家組根據現場測試所收集的數據進行對比和挑選，從每個組別中各選拔出約40名營員，並通過跟蹤回訪、集中比賽等形式進行针对性培養，為上海市培養優秀的校園排球人才和後備力量。

本版撰稿 本報記者 薛思佳
本版攝影 本報記者 陳嘉明

選拔測試人數多 校園排球人丁興旺

繼去年在全市範圍內選拔了U9和U16兩個年齡段的優秀運動員參加精英訓練營後，今年，上海市校園排球聯盟進一步發力，不僅有針對性地細化和擴大了選材層面，更對選拔機制進行了創新。

據介紹，在確定對U9、U11和U13三個年齡段進行選拔後，參加到今年校園排球聯盟精英訓練營的學校和人數大幅超過往年，624名排球小將來自全市各所中小學校，其中U9女子組有136人參加測試，為各組別人數最多；U11女子組有24所學校參加，是參賽學校最多的組別。“這次給我最大的感受就是上海市的校園排球人口正在慢慢上升，尤其是低年齡段，這對於我們今後開展工作提供了很大的動力和支持。底層的基數越大，就意味著我們未來可以挑選的人才和精英就越多。”上海市校園排球聯盟秘書長、復旦大學體育教學部主任馬祖勳說道。

此外，今年聯盟在選拔方式、測試項目、評定標準等方面都進行了進一步的創新和改革，力爭通過這個平台挖掘出更出色的校園排球精英。“我覺得這樣的形式特別好，整個選拔測試的流程非常清楚，項目也都考慮得很周到，對於我們從事基層工作的教練員來說，能夠通過測試數據和專家組

的意見進一步了解每個孩子的優缺點，幫助我們更好地開展訓練工作。”上海市靜安區寶山路小學教練王會英說道，此次他共帶領9名小隊員參加到了U9男子組精英訓練營的選拔測試中，在看到隊友進行測試時，等候的小隊員們都會自動成為啦啦隊，為其加油助威，這也成為了精英訓練營選拔測試現場一道獨特的風景線。

隨着測試項目全部結束，走出球館的孩子們一個個臉上都露出了燦爛的笑容，這也讓耕耘基層教練員工作數年來的王會英對近年來上海市校園排球人口的逐步擴大深有感触，“現在是打球的孩子多了，比賽也多了，是普及和提高兩條腿走路，這是一個非常好的趨勢。我們也希望專家能夠到學校來多看看、多讲讲，這樣也有助於我們在基礎訓練上有的放矢。”

科學多元規劃 測試項目大有講究

兩天的選拔測試，現場一共設置了形態、身體素質和基本功三方面內容，其中U9、U11組別設立了立定跳遠、三米折返跑、對牆墊球等項目，U13組別則設立了六米折返跑、傳、墊、發、扣球測試等項目，旨在全方位地考察小隊員們的潛能和水平。“我們對於U9、U11組別的着重點主要放在球員的靈敏性、速度、彈跳和基本功以及場上的站位意識上，U13組別在此基礎上增加了一定的難度，提高了對於基本技術的評定要求。”上海市復興高級中學體育特級教師、精英訓練營專家組成員高峰說道，基於自身從事排球基層教練工作多年來的經驗，他與其他專家組成員一起制定出了這套科學化、多元化的選拔測試項目。

值得一提的是，在U9組別的選拔測試中，一改以往訓練和比賽中所用的氣排球，而是使用了硬排球來進一步考察小隊員們的技术水平。“因為我們這次是精英訓練營選拔測試，所以要求是有了一定程度的提高。氣排球主要是考慮到小隊員們年齡比較小，



上周末，來自全市各所中小學的624名排球小將參加了2019上海市校園排球聯盟精英訓練營選拔測試

手指力量不夠，上手又比較容易，是培養他們興趣為主。但如果是選拔的話，我們還是用硬排球更為合理，因為氣排球比較軟，對於他們的基本動作上會產生一些影響。”高峰說道。

選拔優秀苗子 助力上海排球發展

上海市校園排球聯盟於2015年成立，數年來，聯盟始終圍繞着推廣排球運動，培養優秀苗子，弘揚排球文化展開工作，為提升上海市校園排球的整體水平助力。作為聯盟工作中的重要組成部分，精英訓練營一直致力於將上海校園排球做大、做強，為上海乃至國家輸送更多優秀的排球運動員。“精英訓練營的目的是選拔優秀的苗子，促進上海排球水平的發展，為校園排球聯盟的訓練、競賽提供一個比較大的動力，促進教練員對校園排球的訓練走向規範化，走向標準化，這是一個非常好的契機。”上海體育學院排球教研室主任、精英訓練營專家組成員項賢林說道，他將與數十位長期參與校園排球工作的專家一起，為每個組別的精英訓練營挑選出優秀精英，並且

提供寶貴的經驗和建議。

據項賢林透露，從各個專家組成員的反馈意见來說，在本次精英訓練營的選拔測試過程中，出現了不少優秀的校園排球苗子，有望通過後期的打磨和訓練讓隊員們得到進一步的提升。“有的隊員是身體條件不錯，但是技術比較粗糙；有的隊員看上去不太出挑，但是技術很扎實。我們希望能夠通過兩方面的互補，選拔出我們最理想的校園排球精英。”在選拔校園排球精英的同時，此次選拔測試同樣是對各個區、各所學校排球水平的一次考量。“經過近幾年上海市校園排球聯盟的不懈努力，我們總體校園排球水平呈現了一個上升的趨勢，尤其是一些校園排球起步較晚的區，通過前期的教練員培訓以及師資力量的傾斜、器材設備的支持，他們的進步幅度很大，其他各區的水平也在進一步縮小，這是我們希望看到的。對於校園排球發展來說，我們更樂於看到百花齊放、百家爭鳴的場面。”

根據規程，在本次選拔測試完成後，專家組成員將最終從每個組別中選拔出各40人左右參與到接下來的

精英訓練營中。而與以往所選營員開展集中訓練的方式不同，此番所有被選中的營員將回歸各自學校隨隊訓練，專家團會在為期一個半月的時間內不定期入校進行專業指導和跟蹤回訪，這也真正體現了聯盟工作深入全市學校布局，力爭幫助排球小將們收獲更為科學和可持續的鍛煉和發展。“去年我們是集中訓練，整個時間跨度比較短，今年我們是分散訓練，集中匯報，希望各個隊伍的師資力量一起參與與進來，把我們精英運動員的基本功再打磨得更加扎實。我們後續也會去各所學校進行訪談和指導，了解隊員們的訓練情況和實際困難，去推動我們校園排球水平的整體發展。”項賢林說道。此外，聯盟還將為選中營員發放訓練裝備，以幫助小將們進行更專業的訓練。營期結束後的閉營儀式上將現場進行訓練成果比賽展示，營員將獲頒結營證書，並評選出優秀營員。

據介紹，未來，上海市校園排球聯盟精英訓練營將輻射至U15、U17等更多年齡段，更多排球小將能夠通過這一平台得到提高和成長，成為上海排球甚至中國排球的校園儲備人才。

