

揭秘王子杰入选奥运会背后的故事

杨浦携手体院培育重剑王子

今年3月,在俄罗斯喀山举行的重剑世界杯暨东京奥运会重剑项目积分赛中,由董超、兰明豪、王子杰和俞乐凡组成的中国男子重剑队,以45比26力克世界第一的法国队,进入四强。这是中国男子重剑继2008年北京奥运会之后,再次拿到奥运会的入场券。其中,身为主力队员的王子杰除了国家男子重剑队主力队员外,他还是上海体育学院运动训练学专业的一名研究生。在杨浦区这片热土上,杨浦区体育局与上海体育学院附属竞技体育学校通过“体教融合”的区校联动,携手培育了上海击剑的“王子”。

专题撰稿 本报记者 丁荣



王子杰

练剑学习两不误 既是奥运选手 又是硕士研究生

自进入上海体育学院附属竞技体育学校训练以来,王子杰始终保持训练与学习同步开展。按照上体竞校的训练安排,每周都要出三次早操。学生运动员清晨5点45分起床,6点来到训练场进行训练,一直训练到7点15分回到班级和普通学生一样上课。下午2点半下课后,学生运动员来到训练房一直训练到5点半,然后再回寝室。一开始,王子杰还不太适应这样的节奏,击剑教练王军告诉他:“你首先是个学生,然后才是运动员。”

在上体竞校,文化课老师一旦发现学生运动员的学习出现问题就会和教练员进行沟通。每次参赛、集训回来,学校文化课老师就会义务为学生运动员补习功课,把耽误的学业补上。正是在这种学习与训练相结合的培养

模式,让王子杰在上体竞校从一名初中生成长为了一名研究生,他的专业是运动训练学。通过体育项目训练与文化学习,王子杰不仅收获了运动成绩和学位,还养成了谦虚自律的性格,每次比赛、集训回来后,他都会主动去找文化课老师补习功课,在自觉训练之余甚至还帮助母校教练员带训练。

在今年的全国青少年体育工作会议上明确提出了要以体教融合为抓手,积极构建青少年体育训练体系。杨浦区体育活动中心作为场馆办训单位,积极借鉴上体竞校“体教融合”成功模式,目前已在杨浦小学安波路分校布点击剑项目,积极为上体竞校选拔培养青少年击剑后备人才,通过区校携手让更多“王子杰”从学校走出来。

■短讯

上海市青少年武术锦标赛 运动员裁判员 共同成长进步

本报记者 丁荣

5月15日至16日,2021年上海市青少年武术套路锦标赛在静安体育馆举行,来自全市15个区的385名运动参赛。

3月12日至今,上海武术院组织专家走访本市各区开展武术业余训练的单位。他们不仅观看训练,还与基层青训单位领导、教练员就运动员的武术套路训练思路进行交流,了解青少年运动员日常训练的开展情况,对武术后备人才梯队建设提出了具体的工作思路。这项工作让不少基层教练受益匪浅。静安区二少体武术教练周贻表示:“专家们给我们指出了训练中还存在的问题,并提出了宝贵的建议,我们要努力把专家的建议融入到训练中,并通过比赛展现出来。”

值得一提的是,本次比赛的裁判组也涌入了一批新人,杨屿泓、朱宏燕等一批退役优秀武术运动员加入了裁判员队伍中。上海武术院将进一步通过业务培训等方式不断充实裁判员队伍,努力培养一批业务能力强、人品好、有道德、对事业有责任心和感情的裁判员队伍。

杨浦打造升级版 青少年校外体育活动中心 免费公教课 +“运动乐园”

本报记者 丁荣

5月15日,上海市青少年校外体育活动中心运动乐园嘉年华暨上海市幼儿(亲子)趣味运动会(杨浦站)在杨浦区体育活动中心举行,吸引了100组杨浦区亲子家庭的参加。

高智商球、少儿街舞、青少年互动课堂、跆拳道、尚体武苑小小武魁、跃动跳绳……在互动体验区,生动有趣的运动项目在吸引亲子家庭积极参与的同时,还增进了家长与孩子间的亲情交流。完成八个体验项目的家庭还能获得《亲子运动游戏》一本。这本书中有120个配有趣味插画的运动游戏,可以让孩子和家长玩出健康、玩出创意、玩出自信。

为贯彻落实2021年全国青少年体育工作会议精神,积极构建青少年健康促进体系,为周边社区3-16岁少年儿童提供“校外一小时”运动时间的优质内容,杨浦区体育活动中心将在5月到6月每周开展花样跳绳、少儿街舞、跆拳道、武术、青少年心理健康辅导等一系列社区儿童体育公教课,课程全程免费。杨浦区体育活动中心将携手延吉新村街道引进专业机构为青少年心理健康提供辅导。同时,中心将通过与社会力量合作,精选七个项目开设体验课程。

区校携手践行体教融合 让小不点变身奥运选手

一个体育传统大区,一所国内双一流的体育大学,上海体育学院与杨浦区始终有着一系列的合作。2010年,在杨浦区体育活动中心支持下,一批击剑小运动员来到体院校外训。作为曾培养过多名全国冠军、亚洲冠军、世界冠军的功勋教练,上海体院击剑队原主教练、击剑国家级教练员李维仁一眼就看中了一个有点婴儿肥的“小不点”,他就是王子杰。

在2012年的全国击剑锦标赛上,年仅16岁的王子杰夺得第三名,在2013年就被正式授予了“运动健将”称号,是当时全国击剑界里年纪最小的健将。在2016年击剑亚青赛男子重剑个人赛中,王子杰夺得冠军,同时在团体赛中与队友共同夺得冠军,成为“双冠王”。这场比赛激发了王子杰的信心,在随后举行的世青赛上,王子杰在男子重剑团体赛中面对传统强敌法国队放手一搏,最终和队友共同夺得团体第三名。随后,王子杰正式入选国家击剑队。

进入国家队后,王子杰在重剑组从陪练开始当起。在国家队这段时间里,王子杰一直揣着那股子拼劲儿,有时候中午找教练指点自己,有时候自己在休息时间额外加练,平时积极加强体能训练,在生活饮食等各方面严以律己。2017年,国家击剑队聘请法国重剑教练雨歌·欧伯利担任总教练。雨歌·欧伯利非常欣赏王子杰的进攻式打法与风格,王子杰逐渐开始从边缘人物成为团体主力替补。从2019年开始,王子杰进入男子重剑团体主力阵容。

在今年初进行的2021年俄罗斯喀山重剑世界杯暨东京奥运会重剑项目积分赛上,中国队与法国队狭路相逢,重剑小伙子们把仅存于理论的希望,落到实际的每一寸剑上,撞出了拼搏的光芒,最终上演了奇迹,夺得了东京奥运会参赛资格。王子杰是上海体育学院附属竞技体育学校自1986年成立以及1987年成立上海体院击剑队以来,首个击剑项目的奥运选手。

本报记者 李一平

5月16日,上海市青少年足球锦标赛暨青少年体育精英系列赛第二站比赛丁组的比赛在杨浦白洋淀足球场举行。来自全市的16个区的代表队报名参与了本次比赛。

目前,纵观上海市青少年足球联赛,已经形成了以上海市青少年足球俱乐部联赛为推广,上海市青少年体育精英系列赛为提高,其他各类杯赛为补充的全新竞赛体系。近年来,在上海市体育局、上海市青少年训练管理中心的关注下,不少赛事的赛制也在不断创新改变,以适应各个层次赛事的真正需求。

以4月18日举行的2021年“申体杯”第二届上海市青少年足球俱乐部联赛为例,比赛以“快乐共享 绿茵梦想”为口号,通过“备案制、积分制、升降级、多阶段”的新赛制设计,充分聚合我市的青少年足球资源,让青少年尽情享受足球运动的乐趣,进一步提升青俱联赛的竞技性、观赏性。

为何选择“备案制、积分制、升降级、多阶段”这样的新赛制?从青俱联赛的主要参赛对象来看,大多数都是

青少年体育精英系列赛足球赛事举行 合适的赛制孵化可期的人才



年龄小,水平处于普及阶段的参赛队伍,无疑通过这样的赛制创新,不仅能充分调动青少年对于足球的兴趣,同时也能在保障赛事规模的情况下,让赛事有序、顺利地进行。同时,通过多阶段的比赛,也能更好地促进青少年

持续地进行足球训练,熟练地掌握体育技能。

而在上海市青少年足球锦标赛暨青少年体育精英系列赛丁组赛事中,组委会则是采用了“双单循环”的方式。所谓的“双单循环”,就是在青少年

体育精英系列赛第二站的比赛先打一轮单循环,此后到了总决赛再打一轮单循环,最终决出冠军的赛制。对比普及阶段的青俱联赛,主打提高和后备人才培养的青少年体育精英系列赛无疑是足球精英们的“练兵场”,通过双单循环的赛制,每支队伍能接触所有的强队和弱队,得到充分的锻炼机会,这也最大程度地发挥了青少年体育精英系列赛的初衷。

在比赛现场,一名老教练员感慨道,比起十多年前体校队伍之间的争夺,近年来赛场上社会俱乐部的身影越来越频繁的出现。良性竞争之下,赛事的水平也更上了一个台阶,即使以前女足一枝独秀的普陀,这两年也逐渐开始受到来自嘉定、金山的挑战。在他看来,这其实是一件大好事,证明上海的青少年足球有了生机,不断茁壮地成长之下,终究会开花结果。