

知识赋能训练 更新训练理念

上海开展中级教练通识培训班



本报记者 丁荣

11月18日至19日,2021上海市体育系统中级职称教练员通识知识培训班和名师大讲堂在徐汇区举行,来自全市的80名教练员参与培训。

本次培训由上海市青少年训练管理中心主办,上海明势体育发展有限公司承办,为期两天的培训将理论与实操相结合,旨在进一步提高上海市教练员整体水平,加强教练员核心竞争力和带队水平。

在开班仪式上,华东理工大学体育科学与工程学院院长王跃致欢迎词,他表示此次培训旨在进一步深化推进体教融合,提升教练员带训水平,未来能够培养更多高水平的运动员。

上海市青少年训练管理中心书记蒋丞稷表示,此次培训结合了大量的调研基础,融入了北京冬奥会和“双减”政策落地等内容,以时代要求、专业素养帮助教练员重建知识架构,让个人发展与专业发展相结合,与新时代运动员培育的要求相结合。蒋丞稷希望参与培训的教练员要珍惜机会,持续投入,多交流,多学习,做到心到位,眼勤、脑勤、手勤;要与时俱进,善于运用新知识来赋能训练;要学以致用,将学习作为理论储备,通过不断研习了于胸,运用于日常训练,提升训练水平。

为期两天的培训班共设置了五堂课程,由上海市青少年训练管理中心

训练部副部长吴香有对《上海市奥(全)运项目青少年运动员注册办法》、《上海市奥(全)运项目青少年运动员注册办法补充规定》进行重点解读;上海体育学院副教授、全国田径专业委员会常委李玉章讲述《身体功能训练的设计与应用》;美国心脏协会课程导师、多次担任马拉松等户外活动医疗保障指挥、赛无忧(上海)体育发展公司总经理熊峰教导急救与心脏复苏以及自动体外除颤器的使用;国家级纯洁体育讲师、上海市首批市级反兴奋剂教育讲师团成员葛瑞解读反兴奋剂管理办法;全国自由式滑雪空中技巧冠军张广峰教练向学员介绍冬奥滑雪项目的普及与训练。

作为本市青少年体育教练员培训的重要工作之一,上海体育系统教练员通识教育培训班已经持续开展多年。本次培训邀请了来自各方的专业人士,为教练员提供了急救、冰雪等一系列实操项目培训,注重贴近实务,将理论结合实际,帮助教练员补充综合知识。本次培训开设了考核项目,考核通过的学员才能获得培训合格证书。

据了解,后续上海市青少年训练管理中心还将进一步推出面向各级教练员的继续教育课程,进一步完善体育系统青训教练员的继续教育体系,整体提高上海市青训教练员的知识、业务水平,为青少年体育后备人才的培养打好“地基”,助力“人才金字塔”建设。

奥运夺金引发“射击热” 冠军教头勤恳“扎基层”

本报记者 李一平

11月20日,2021年上海市射击锦标赛在上海市竞技体育训练管理中心射击射箭运动中心开赛,来自各区的近800名运动员报名参赛,参赛人数再创历史新高。

按照上海市体育局相关赛事疫情防控要求,所有参加比赛的运动员、教练员都提前填写了参赛承诺书,确认14天没有离沪。比赛当天,所有入场人员都需出示健康码绿码,并测量体温正常才能进场。每个项目的赛场都配备了免洗消毒液,便于运动员在赛前、赛后进行消毒。

事实上,由于今年东京奥运会上,上海籍小将姜冉馨的出色表现,带起了一波申城青少年的“射击热”,各区少体校射击项目的招生、参赛情况都迎来高峰。“由于今年疫情防控的需求,所以我们对参赛人数进行了控制,否则可能会有更多的运动员报名参赛。”报名势头火热的背后,也折射出现在“双减”政策落地后,家长对于体育训练的态度有了本质的变化,青少年参与体育的热情比起以往也有明显提升。

在比赛现场,我们还发现了一位“奥运冠军教头”,他就是姜冉馨的启蒙教练、奉贤区射击教练侯武斌。锦标赛如期举行,他也数十年如一日地带着队伍前来参赛、选拔优秀新人。

自2000年陶璐娜在悉尼奥运会夺得冠军后,上海再次诞生本土奥运射击冠军,这一成绩也让奉贤区少体校被“踏破

了门槛”。“招生方面更是夸张,不少家长驱车从外区来询问招生情况,也有很多射击教练的亲戚想要送孩子来练射击。”但在侯武斌看来,射击训练还是一件“细活儿”。除了本身的天赋以外,更重要的是青少年能静下心来,认真完成每一天的训练。在奥运夺金的背后,是姜冉馨无数个日夜的扎实训练换来的成绩。

被称为“奥运冠军教头”,侯武斌还感到不太适应,对他来说能教出奥运冠军固然可喜,也算完成了一个射击教练员的心愿,但作为基层教练,还是需要投入到训练和比赛中去。他现在最重要的事,还是备战明年的上海市运动会,在努力取得好成绩的同时,培养更多优秀的后备人才。



奥运冠军感慨运动氛围 自行车嘉年华驰骋青春

本报记者 李一平



11月21日,“中国体育彩票”2021年上海市自行车嘉年华在上海国际研发总部基地(上海市宝山区)篮球场圆满落幕!自行车奥运冠军钟天使也来到现场,为青少年运动员们加油助威。

本届嘉年华下设“奔跑吧 少年”2021年上海市幼儿趣味运动会暨2021年上海市第三届幼儿平衡车联赛和2021年上海市城市业余联赛上海市中小学自行车赛两个分赛场,共吸引来自本市的近百名参赛选手,年龄跨度从3岁到18岁,可谓一场专为青少年儿童打造的专业骑行盛宴。

看着眼前年龄各不相同的青少年纵情地和自己的爱车驰骋在场地上,作为

嘉宾来到现场的钟天使十分感慨,“因为我是从小被教练选拔到少体校训练的,没有经历过这样的嘉年华、赛事体验,看到今天小朋友脸上的笑脸,真的为他们感到高兴。”自行车运动应当从孩子抓起,钟天使对此也深以为然。在她看来,只有孩子先接触、热爱这个项目,才有可能在未来成为一名自行车运动员。

上海市竞技体育训练管理中心自行车击剑运动中心主任许魏敏表示,目前社会上自行车运动项目是开展得非常红火,包括赛事组织方、器材生产方也有意开展赛事,加上今年在东京奥运会上钟天使的出色表现再次“圈了一波粉”,让自行车运动的热度持续高涨。“如何把竞技体育的成绩和我们日益高涨的群众体育相结合,我们上海自行车运动协会做了很多相关的工作。”据了解,近年来上海引进了环意、环法等大牌IP,崇明还有自行车特色小镇的建设,来进一步吸引市民参与自行车运动。未来,上海市体育局、上海自行车运动协会还将继续以赛事为杠杆,提高群众的健身热情。

今年,在倡导全民健身、建设全球著名体育城市和体育强国的大背景下,宝山区已成功举办多项全民健身活动。本次引进上海市自行车嘉年华项目,同步开展中小学自行车赛和幼儿平衡车赛,更是顺应时代发展的需求,是深刻践行体教融合、“双减”政策的实际行动,是对儿童青少年体育这一朝阳产业的大力支持。