

三年培养千名教练员

“一条龙”培训班助力体教融合

为深入推进“体教融合”，不断提高学校运动队办训质量和训练水平，进一步促进本市中小学课余训练“一条龙”布局项目发展，鼓励更多优质社会力量办训机构进校园，12月5日至6日，上海市“一条龙”学校体育教练员培训班在青浦区举行。各区体校、普通学校、社会机构参与中小学校课余训练带训工作的130名教练员参与了本次培训，另外有近400名教练员参加了线上培训。

本报记者 李一平



学校体育工作的几个着力点》《沟通技能与运动行为规范教育》《室内体育训练的运动方法与手段》《儿童青少年心理发展规律及心理调节控制》《现场急救知识讲解与操作》《青少年反兴奋剂工作的有关规定》等多维度课程。还安排学员分组讨论和理论考核，以期学员能学以致用、举一反三。

原排球国手，如今静安少体校排球教练员徐文斐也参与了本次培训。从运动员到教练，徐文斐最大的感叹是如今的青少年体育训练和自己当年已经完全不同。“训练方式在变，和队员、家长的沟通方式也在变，对我们教练员来说提出了新的要求。”在这次课程中，徐文斐收获颇丰，最让他感兴趣的课程是由市体育局青少(科教)处处长张漪讲授的《上海市青少年体育工作现状与发展》。在他看来，目前体教融合已经走上快车道，每年都有相应的政策文件出台，作为教练员，如何吃透、吃准文件是重点和难点，也是突破点，“只有我们自己弄清楚了，才能更好地讲给队员、家长听，帮助他们在体

育这条路上走得更远、更好。”

1999年，上海成为全国第一个开展体教结合工作的“排头兵”，收获了很多值得借鉴的经验。到2019年，上海明确了“一条龙”布局，推进高中阶段学校与一定数量的初中、小学组构成基本的“一条龙”布局，实现教学、训练系统衔接。在全面推进学校体育特色发展，建设“一校多品”的基础上，分阶段推进“一条龙”布局。“一条龙”人才培养布局项目类型涵盖三大球、三小球、田径、游泳、武术等九个重点项目，以及冰雪、击剑、射击、射箭、健美操、棒球及赛艇等七个推进项目，共计16个项目。

原则上，一所市实验性示范性高中阶段学校按照项目与至少2-3所初中、4-6所小学共同组成一个基本的学校体育项目“一条龙”布局单位，在课程、师资、场地、科研及评价等方面形成相关项目的高品质、系统性供给，促进实现各学段间培养的有序衔接。“一条龙”初中和小学可研究建立跨学校的优秀体育学生联合培养机制，推动体育师资、训练场地等资源互补，促进优秀体育人才脱颖而出。

目前，上海市已经公布学校体育“一条龙”人才培养体系两批布局项目，有力地推进了体教融合“一条龙”人才培养体系的建立。

阿拉的“花滑奥运会”
大小爱好者同聚一堂

本报记者 章丽倩

今年申城的冬日氛围来得较往年晚一些，不过，对喜欢冰雪运动的小朋友和大朋友来说，他们在刚过去的这个周末里，已渐渐找到感觉。12月9日，在新开业不久的普陀冰上运动中心，2023年上海市青少年花样滑冰锦标赛暨上海市花样滑冰公开赛迎来开幕时刻。同时，第十届全国大众冰雪季(上海分会场)也就此启动。

作为市运会新周期的首项年度比赛，本次赛事共设置了19个组别，参赛选手的年龄跨度从5岁至31岁，人数达到214人、293人次，刷新赛事纪录。志同道合者相聚于同一片冰场，既呈现了一场精彩的比赛，也让下一周期申城花样滑冰的未来力量接受了一次小小的提前“检阅”。

这还是在选手中，有人重在体验，“这还是我第一次参加市级比赛”是他们的兴奋点所在。还有一些人，他们

对此次参赛就有着更多竞技实战的考虑。作为第十四届全国冬季运动会前上海运动员最后的一次大赛练兵，也作为对前序比赛的总结，这些运动员争相参与赛事，力求在比赛中查漏补缺，为即将到来的“十四冬”积极调整好竞赛状态。

“十四冬”将于2024年2月17日至2月27日在内蒙古自治区举办，预计参赛运动员人数达到3700余人，将是赛会有史以来规模最大、项目最多的一届盛会。

另外值得一提的是，2024国际滑联四大洲花样滑冰锦标赛将于明年1月30日至2月4日在上海东方体育中心举行。这回的上海市青少年花样滑冰锦标赛暨上海市花样滑冰公开赛，它也是申城在迎接四大洲花样滑冰锦标赛到来过程中的预热环节。

普陀冰上运动中心的冰面上，选手们须比个高下，分出胜负，而在紧邻着运动中心的桃浦中央绿地，那儿则



有着与冰雪氛围更轻松同乐的特别安排。第十届全国大众冰雪季定于本月启幕，而该项活动上海分会场启动的日子正是12月9日，与上海市青少年花样滑冰锦标赛一道与大家见面。

全国大众冰雪季创办于2014年，每年推出一个主题，已成为国内持续推动冰雪运动普及发展的重要工作平台和品牌性活动。本届的主题是“欢乐冰雪 共创未来”，将致力于巩固和扩大“带动三亿人参与冰雪运动”成果，保持群众冰雪运动热情。

增设障碍赛、跑射接轨国际
现代五项从青少年抓起

本报记者 丁荣

12月9日至10日，2023上海市青少年现代五项锦标赛在崇明体育训练基地举行，来自全市11个区代表队的110名选手参赛。本次比赛由上海市体育局主办，上海市竞技体育训练管理中心自行车击剑运动中心承办，上海市体育基地训练管理中心、优艺美青少年体育俱乐部协办。

作为本市青少年现代五项最高级比赛，本次比赛首次实施了赛制改革，最大程度地将竞赛项目与当前最新的国际比赛以及全国比赛进行接轨。按照竞赛办法，参赛选手按照年龄分为A、B、C三个组别，比赛分值采用中国现代五项运动协会最新印制的《现代五项竞赛规则》，结合上海现代五项最新修改规则条款执行。A组采取五项赛(击剑、障碍、游泳、激光跑)，B组和C组采用四项赛(障碍、游泳、激光跑)。通过竞赛改革，旨在让本市青少年

选手从小就能接触并参与现代五项运动项目，为一线选材打下基础。

伦敦奥运会现代五项亚军、上海现代五项队男队主教练曹忠荣对青少年选手参赛并努力完赛表示肯定。“这次比赛是第一次采用新的竞赛规则，各区运动员通过坚持都实现了完赛，这已经迈出了走向成功的第一步。通过比赛，我们也关注到了一些好苗子，接下来我们将进行跟踪，努力为一线队挖掘更多好苗子。”

从成立教研组，到沟通竞赛改革，再到年底完成2023上海市青少年现代五项锦标赛，在新形势下，作为上海传统优势项目的现代五项迈出了竞赛与选材相结合的新路径。上海市竞技体育训练管理中心自行车击剑运动中心主任陆叶表示：“感谢各区体育部门、训练单位对上海现代五项的大力支持，下一步我们将携手共同推进训练贯通，走出一条具有上海特色的现代五项人才培养之路。”

短讯·中学女曲建队二十周年

“二十载栉风沐雨，二十载春华秋实”，2023年12月8日，闵行第三中学东苑房产女子曲棍球俱乐部建队二十周年庆典活动在上海市闵行第三中学隆重举行。闵行第三中学东苑房产女子曲棍球俱乐部是我国成立的第一家中学校女子曲棍球俱乐部，在上海东苑房地产开发(集团)有限公司的大力支持下，这项由北南移的曲棍球运动从此在闵行第三中学掀开了新的一页。曲棍球运动在上海由无到有，由小到大，逐步发展壮大。上海市青少年训练管理中心、闵行区体育局、闵行区教育局以及兄弟学校师生代表300多人参加了纪念活动。

千名青少年参与游泳比赛

徐汇这支“四线队”将走出更多人才

本报记者 李一平

12月3日至6日，2023徐汇区青少年千人游泳比赛在徐汇游泳馆顺利举行。超过千名小学、幼儿园阶段的青少年参与了本次游泳比赛。

在泳池内，不少刚学习游泳的小朋友尽管年龄小、比赛经验尚有不足，但游起来一丝不苟，始终咬紧牙关，紧追不放，在水中的动作也十分灵巧规范，有序而顺利地完成了比赛。据了

解，此前徐汇区已经举办过多届青少年业余游泳比赛，旨在加大青少年游泳的普及力度，为徐汇区青少年游泳后备人才的选拔打下更好的基础。

“目前，我们经过探索，基本上已经把参赛范围覆盖到了全区的各所小学和幼儿园，参赛人员超过千人。”徐汇区青少年体育运动学校副校长凌继东介绍，这也是本次比赛名称的由来。

徐汇区的游泳项目一直是一块“金字招牌”。在去年的第十七届市运

会中，徐汇代表队游泳项目的奖牌总数为27.5金27.5银1425铜，团体总分9895分，金牌总数和团体总分均名列全市前列。近年来，徐汇区游泳队教练员不断优化，一批青年教练员崭露头角；在主副教练员的努力下，学校完善了带训模式，成立游泳“四线”运动队，这一系列改革措施给游泳项目的持续发展奠定了基础。

而本次比赛的青少年参赛选手，正是来自徐汇区游泳“四线”运动队的

孩子们。凌继东介绍，所谓的游泳“四线”运动队，就是在原有的少体校队伍的基础上，扩大了游泳人才的培养规模，从“四线”运动队选拔人才，让原本的少体校招生范围得以进一步扩充。

在这次比赛的千名小运动员中，就涌现了不少拥有运动天赋的“小苗子”，后续徐汇区青少年体育运动学校将从中招收部分优秀运动员，引导他们走上专业游泳运动的道路。