

跨项选材 举办大赛

俱乐部让更多孩子“玩起水来”

本版撰稿 本报记者 李一平

“劈波斩浪，雏鹰展翅”，在奉贤区的海边，有这样的一家俱乐部，十年间依托碧海金沙的水资源环境，默默地培养着上海的青少年水上运动人才。前不久，他们再次获评2024-2026年上海市竞技体育后备人才社会培养精英基地，“这对我们来说是一份荣誉，也是继续培养水上人才的动力。”

骑浪体育成立于2007年，于2012年落户上海。公司创始人是几位富有情怀的原国家潜水队退役教练和运动员。其中，董事长戴松青毕业于上海师范大学体育系，运动员退役后曾先后任国家潜水队总教练兼上海潜水队主教练、中国台湾潜水队主教练等，总经理孙怀军同样曾是国家潜水队队员，两人作为运动员在役期间多次获得全国冠军、全运会冠军和各类大帆船比赛冠军。作为和水打了一辈子交道的人，退役后将志向投入到了推广水上运动中。

2015年，骑浪体育开始尝试与奉贤区体育局合作开展青少年体育人才培养。“刚开始的时候我们将目标放在了帆板上，比起帆船这个项目更容易上手，前期的投入也比较低。”经过一年多的时间，骑浪便培养出了不少优秀的青少年运动员，最好成绩还在上海市的最高级别赛事中获得了冠军。

于是在2017年时，上海奉贤区骑浪青少年体育俱乐部正式成立，与奉贤区体育局达成合作，以社会力量开始办训，培养青少年帆船和帆板项目的运动人才。从2017年成立伊始，骑



浪与奉贤区体育局和少体校开展培训合作至今，总计培训青少年帆船帆板运动员50余人，输送到市队8人，被市队录用4人；七年内获得上海市级赛事第一名20人次、第二名18人次、第三名21人次；2022年第十七届市运会取得5金1银1铜。

目前，骑浪俱乐部已经布点进入奉贤区的十多所小学，通过进校园的形式选拔青少年体育苗子。此外，骑浪也将人才选拔的目光放在了少体校的其他项目运动员上。“我们也会积极和少体校的教练员沟通，有的孩子可能并不适合现在他练的项目，我们也不介意让他来帆船、帆板试试。”考虑

到少体校的孩子的身心素质和综合运动水平都不错，骑浪通过跨项选材的方式吸收了不少原本参与田径、自行车等项目训练的孩子，进一步扩大了奉贤区水上运动的选材范围。

除了做好奉贤区的竞技体育后备人才培养工作外，近几年骑浪探索举办各级各类的赛事。骑浪青少年俱乐部副理事长李瑞介绍，俱乐部从2022年开始，积极承办和运营了各级青少年帆船赛事。“从2022年到2024年连续三年，我们承办了上海市青少年帆船联赛、上海市青少年帆船锦标赛和冠军赛这些市级的青少年帆船赛事，2024年更是申请承办了“梅沙杯”全

国青少年帆船联赛·上海站的赛事并获得圆满成功，获得中帆协的肯定和赞扬。”

通过区级、市级，到国家级赛事的举办和承办工作，李瑞希望更多孩子能从比赛中发掘自己的兴趣，参与到水上运动中来。

未来，骑浪青少年体育俱乐部将从场地硬件提升、增加培训项目、提高承办赛事级别这几方面入手，扩充硬件设施，继续抓好各项目的后备人才培养，坚持高标准、严要求地完成梯队人才建设，更多参与到各项水上运动赛事的承办和运营中去。

为全国赛练兵 花游游泳寒假营顺利结束



夏练三伏、冬练三九。对青少年运动员来说，寒暑假有着充足的时间磨砺技艺，是竞技水平提升的绝佳时机。近日，上海市青少年训练管理中心牵头开办的上海市优秀运动员寒假训练营正在举行中，青少年运动员们挥洒汗水，逐梦运动场。

在位于虹口区的冠深81区运动馆，本次寒假训练营的花样游泳营在这里举行。本次寒假营举办时间为2月1日至2月11日，共有九名来自各区的三线、二线队员参与。

本次参与寒假营的运动员为9到12岁，除了常规训练、体育训练外，这次的寒假营还编排了新的动作。“在我们上海队来说，12岁基本就要面临一线队的选拔，9岁差不多也是快要进二线队的年龄。”负责本次训练营的教练员李嘉介绍，这次的寒假营的年龄选择基本上覆盖了一线队和二线队的招生年龄，也是为了后续一线、二线队的选拔打下基础。

此外，今年的全国少儿花样游泳(U系列)即将在8月举行，这些参与寒假营的队员大部分也将参与U12组别的比赛，通过寒假集训的时间，也为她们训练新的成套动作提供了更好的机会。

近年来，由于中国花样游泳队的表现出色，上海青少年花样游泳同样发展迅速，上海在常规赛事的基础上，还推出了二线测试赛。在李嘉看来，这是上海促进竞技体育一、二、三线贯通的有力举措。“通过二线测试赛，我们也能更好地掌握青少年运动员的综合能力，为后续输送、选拔人才作为依据。”李嘉希望，通过周末营、寒假营以及二线测试赛等方式，能培养更多的花游游泳竞技体育后备人才。

平衡学训矛盾 普及培养强化

寻找青少年体育人才培养的最佳路径

“2020-2021年上海市竞技体育后备人才社会培养精英基地”“2022-2023年上海市竞技体育后备人才社会培养精英基地”“2024-2026年上海市竞技体育后备人才社会培养精英基地”，连续三个周期获评，位于奉贤区的春兵体育俱乐部已经是上海颇具名气老牌青少年体育俱乐部，不论是做运动员，还是总教练，俱乐部的创始人陈春兵始终坚持将心比心，为小运动员考虑的原则。也因此，从2008年至今，他的跆拳道育苗培育之梦逐渐结出了丰硕果实。

曾练过多年跆拳道，武术散打运动员出身的浙江人陈春兵在退役后想趁着年轻干一番事业。2006年，因机缘巧合，陈春兵来到奉贤。他记得，那段时间恰逢上海鼓励社会力量办训、办俱乐部的政策施行。2008年，北京奥运会的成功举办为国人注入了前所未有的体育激情。在那个热情似火的8月，在相关方面的协调和帮助下，陈春兵创办了以自己名字命名的跆拳道馆，开始“自主创业”。彼时，奉贤区积极探索青少年后备人才培养新模式，通过与社会力量签订合作办训协议，由春兵体育俱乐部承担起奉贤区跆拳道队的日常训练工作，奉贤区跆拳道队正式成立。

上海奉贤区春兵体育俱乐部总部位于奉贤区古华路100号体育中心内，总部占地面积1500平方米，拥有宽敞的运动场地和一流的训练器材。俱乐部成立以来，一直秉承“体教融



合”的理念，致力于培养优秀的跆拳道后备体育人才为目标，发掘和培育体育竞技人才。

经过16年的不懈努力和精心实践，俱乐部成功将一名运动员输送到市级一线队伍，并累计输送了10名市级二线运动员。目前有四位优秀运动员在国家青少年队集训，至今为止，共培育出12位全国赛事冠军，培养了265名上海市赛事冠军。

在2020年至2023年的全国赛事中，春兵体育俱乐部共获得5金2银5铜，市级赛事共获得76金61银72铜；2023年在第一届全国学生(青年)运动会跆拳道比赛获第一名，2023年全国青年跆拳道锦标赛获第一名，在全国重大赛事中实现青年赛突破。2024

年在全国赛事共获得6金5银2铜，市级赛事共获得30金20银44铜。连续四年获得了上海市青少年跆拳道锦标赛团体总分第一名。

通过多年的努力建设，春兵体育俱乐部已经组建完成了良好的教练团队，引进了原菲律宾国家队韩国籍教练为主教练，以及其他28名教练组成强有力的教练员团队。

作为一家青少年体育俱乐部，这些年在探索社会力量办训的同时，陈春兵也遇到过不少困难和瓶颈。“首先就是学习和训练的平衡。”由于招生范围覆盖整个奉贤区，运动员来自各所不同的学校，而每个学校的放学时间、到训练馆的路程也不尽相同。为了能让运动员有更多的时间参与训练，陈

春兵和他的教练员们采用灵活化训练的方式，不少教练为了配合运动员的时间，经常忙碌到晚上八九点都没来得及吃饭。

而在前几年上海受到新冠肺炎影响的时候，为了保障精英运动员的训练时间，春兵体育俱乐部的教练员们更是开车“上门”送教，通过一家家跑的方式为青少年提供“居家训练”。

除了训练时间宝贵外，如何平衡好大众普及的收入和精英队员培养的支出也是陈春兵的研究课题之一。目前，春兵体育俱乐部拥有2000余名会员，其中有100名左右的运动员组成了俱乐部的精英队伍，参加上海市乃至全国的各级各类赛事。针对这些精英队伍，俱乐部会给出不少优惠政策，比赛获得名次还会给予奖金，这对俱乐部来说是一笔不小的开支。

未来，陈春兵表示俱乐部将从优化教练团队、人才培养体系着手，强化管理体系，以体教融合为抓手，扩大训练基地规模，优化各年龄段后备人才输送体系，完善训练计划，强化教练队伍建设，提升训练质量，扩大与学校、社区等合作夯实塔基，建立区三级运动队体系建好塔身，以向国家青少年队、市一、二线输送塑造塔尖，三级“宝塔”型培养体系。发掘培养体育苗子，对重点队员个性化培养，构建稳固人才梯队，提升综合实力与竞争力，培养更多优秀运动员，逐步提高运动员竞技水平，为体育事业做更大贡献。