

2025 上海青少年现代五项锦标赛以赛促训

以竞赛杠杆提升后备人才质量

11月1日至2日,2025年上海市青少年现代五项锦标赛在崇明体育训练基地举行。来自全市九个区的100名青少年选手齐聚一堂,在击剑、障碍、游泳、射击、跑步五个项目中展开角逐,展现上海竞技体育后备力量的蓬勃生机。

专题撰稿 本报记者 丁荣

以赛促训 挖掘多项目后备人才

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,上海市体育训练基地管理中心、上海福旺达体育发展有限公司协办。赛事设置A、B、C三个组别,涵盖男子、女子个人与团体赛。其中,A组采用完整的五项赛,B、C组则以四项赛形式展开。与去年相比,今年竞赛规程在设项和规则上进一步向全国U系列青少年现代五项比赛靠拢。例如,跑射项目中,去年允许运动员在射击靶位停留50秒后出发,今年则要求运动员必须完成射击击发动作才能继续比赛。这一调整不仅提升了比赛难度,更强化了运动员对项目综合能力的掌握。

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,现代五项是上海竞技体育的传统优势项目,但要保持领先地位,必须通过竞赛杠杆推动各区普及训练,为市队输送全面发展的后备人才。“过去招生侧重游泳项目,但随着规则变化,我们需要从多个体能项目中发掘人才,让运动

员对五个项目都有深入了解。”陆叶强调,通过提升比赛难度,可以引导基层训练更注重技术全面性,为上海现代五项的长远发展夯实基础。

上海现代五项男队主教练曹忠荣透露,本次赛事规则调整与国家体育总局自剑中心、中国现代五项协会的全国U系列青少年比赛设项变化同步,旨在实现市级赛事与国家层面青少年赛事的无缝衔接。“新周期下,我们需要通过竞赛改革推动项目在青少年中的普及与提高,同时为上海队选拔更具潜力的苗子。”曹忠荣说。



国家队榜样激励 青少年选手斗志昂扬

赛事期间,正值中国现代五项国家队在崇明体育训练基地备战亚锦赛。参赛的青少年选手近距离观摩了国家队运动员的训练状态,顶尖选手的专注与拼搏精神成为他们奋进的榜样。一名参赛选手表示:“看到国家队哥哥姐姐们的训练,我更加坚定了自己的目标,未来也要努力站上更高的

舞台!”

近年来,上海市竞技体育训练管理中心自行车击剑运动中心与上海市青少年训练管理中心通过项目教研组模式,持续推动现代五项项目的一、二、三线贯通培养。经过一个周期的努力,上海现代五项人才梯队建设成效显著。在本届全运会中,以翁昕磊、

孙卓熙、曹欣怡为代表的青少年运动员崭露头角,取得优异成绩,为上海竞技体育注入新鲜血液。

曹忠荣表示,下一步,上海现代五项队将进一步通过赛事和训练摸透项目制胜规律,把握训练节奏,以科学化手段提升训练质量。“我们的目标是让上海现代五项项目长期保持全国领先地位,为国家培养更多优秀人才。”曹忠荣说。

此次锦标赛不仅是一场竞技盛会,更是上海现代五项项目推动人才梯队建设的重要实践。随着竞赛体系的不断完善和科学训练的深入推进,上海现代五项的未来值得期待。

深化体校改革 共育后备人才

——上海市各级体校(青训中心)校长培训班举行

本报记者 李一平

10月28日-29日,2025年上海市各级体校(青训中心)校长培训班在东方绿舟顺利举办,本次共有全市各级体校(青训中心)的55位负责人参与培训。

上海市体育局青少(科教)处处长、二级巡视员张漪,上海市青少年训练管理中心党支部书记蒋丞稷出席了本次培训班的开班仪式。

张漪在开班动员中表示,希望各级体校(青训中心)校长能够认识到自身承担使命的重要性,并坚持承担起培养竞技体育后备人才、勇攀竞技体



育高峰的责任。同时,要继续推进体校改革、拓展体校人才选拔的办法,并且重视科学办训,尽量延长运动员的运动寿命,提高成才率。

除了培训外,本次培训班也是一次难得的交流学习的机会。在开班动员后,上海市青少年训练管理中心主

任周战伟为参与培训班的校长们带来了《新时期上海市竞技体育后备人才贯通培养》,通过解析当前竞技体育发展态势、项目布局发展定位,向校长们强调了一、二、三线贯通培养的重要性。

在为期两天的培训班中,校长们还学习了《新时代体教融合的深层逻辑与实践路径探索》《体育法律实务及政策热点解读》《提高全媒体时代的舆情处置能力》《新形势下体校模式如何进一步提高成才率》等课程,从体教融合、体育法规政策、体育宣传和育人成才等方面全方位学习前沿知识,助力全市各级体校(青训中心)均衡发展。

是训练营也是测试课

——周末训练营田径项目举行

自上海市第二体育运动学校的田径教练徐悠介绍,田径项目的成才周期较长,这也意味着打好基本功将成为训练过程中更加重要的一部分。

此外,由于二线招生的年龄往往在初中阶段,这个年龄的青少年的竞赛成绩会很大程度上受到生长发育的影响,所以在田径二线队的招收中,教练员除了当下的综合素质和运动成绩外,还要结合生长潜力做出判断。“一般我们会采用测量骨龄的方式,一些孩子的身体发育程度领先于骨龄,这

种情况就属于早发育,后期的潜力可能会有一定影响。”从教练员的经验来说,同情况下一般会考虑后期生长发育潜力更大的运动员。

田径项目一直被称为“体育母项”,其训练时对身体综合素质的开发也一度让田径运动员成为其他项目跨项选材的重点目标,徐悠希望更多的青少年可以在启蒙阶段尝试田径运动,为综合身体素质打下一个良好的基础,即使后期田径项目的发展受限,也可以更好地转项其他体育项目。

篮球“一条龙”学校挑战赛开幕

MAGIC3“主场”亮相

本报记者 李一平

11月1日,2025年MAGIC3上海市篮球项目“一条龙”学校挑战赛在洛克公园(江湾体育场馆)正式开幕。开赛仪式后,挑战赛正式拉开战幕,比赛在11月1日、2日、8日展开激烈角逐。

为持续推进体教融合,强化以体育人,自2020年起,市教委、市体育局联合推进学校体育“一条龙”人才培养体系建设,逐步构建起高中为“龙头”、初中为“龙身”、小学为“龙尾”的贯通式发展路径。2025-2027年新周期,在81所高中阶段学校布局了129个市级“一条龙”项目,在126所高中阶段学校布局了268个区级“一条龙”项目。同时,各区积极做好初中“龙身”、小学“龙尾”阶段的布局,基本建设形成了本市学校体育“一条龙”人才培养体系。作为该体系的重要赛事载体,2025年MAGIC3“一条龙”学校挑战赛在原有高中男子组、高中女子组、初中男子组的基础上,首次增设初中女子组,实现高中、初中组别全覆盖。赛事共吸引全市95所学校、127支队伍、508名运动员参赛,规模与覆盖面进一步提升,生动展现上海校园三人篮球的蓬勃生机。

“我觉得这次比赛对传统校的小伙伴们是一个很好的交流切磋的平台。”来自清华中学的教练员徐一森介绍,特别是对初中女子组的参赛队伍来

说,初中阶段大部分学校还没有成建制的5对5的女篮队伍,在这种情况下MAGIC3的初中女子组赛事就为这部分孩子提供了参与比赛的机会,她们也能借着比赛的机会,更好地发掘自己的潜力。同时,这次比赛场地作为创新推出的MAGIC3主题场馆,让前来参赛的孩子们更有参与感,徐一森介绍,孩子们还特地在校馆的陈列处一起合影留念下了纪念。

赛事期间,全新打造的MAGIC3青少年篮球主题文化地标——MAGIC3 VALOR PARK在洛克公园(江湾体育场馆)正式亮相。MAGIC3 VALOR PARK以“VALOR”(勇气)为精神内核,首字母组合为“MVP”(最有价值球员),旨在激励青少年无畏拼搏,追求卓越。通过全场景赛事主题包装,展示历年赛事热血瞬间,展售MAGIC3青春主题周边,打造集视觉体验、文化展示及互动打卡于一体的青少年篮球文化聚集地。

MAGIC3“一条龙”学校挑战赛自2023年创办以来,至今已是第三届。赛事始终坚持以体育德、以体育智、以体育心,不断丰富组别设置、拓展赛事内容,为青少年搭建展示自我、为校争光的专属平台。未来,MAGIC3将继续依托“一条龙”人才培养体系,推动更多优秀篮球选手从校园中走出去,让青春篮球梦想在更广阔的舞台上绽放。

本报记者 李一平

近日,2025年下半年度上海市优秀青少年运动员周末训练营在上海市第二体育运动学校进行中,本次训练营共有来自各区的23名12至14岁的青少年优秀运动员参与田径项目的训练。

据了解,本次周末训练营的招生主要面向二线队选拔的适龄运动员,这对参与训练营的学员来说,既是一次提高技术水平的好机会,也是一次通往二线队伍的测试赛。“这次的训练营我们主要还是强化队员的基本功,外加我们在训练的基础上,会增加一些测试项目,例如抱球后抛、立定跳远等项目,测试一下他们综合的身体素质。”作为本次训练营的带训教练、来