

壁球首入市运会！ 这项赛事还有亚运选手参赛

本报记者 李一平

9月5日至6日，上海市第十八届运动会壁球比赛(青少年组)在上海克拉壁球俱乐部举行，来自全市14个区的118名运动员报名参加了本次比赛。

据了解，本届市运会壁球比赛共分为男子A组单打、男子B组单打、女子A组单打、女子B组单打四个项目，采取小组赛、单败淘汰赛以及排位赛的模式进行。

2023年，在国际奥委会第141次全会上，壁球被确定为2028年洛杉矶奥运会新增项目之一。近年来，上海市体育局积极发展壁球这项新兴的奥运项目。2025年，上海市首次举办市级青少年壁球锦标赛，在原本公开赛的基础上增设市级最高级别竞赛。今年，则是壁球项目首次纳入市运会正式竞赛项目。从2025年上海市青少年锦标赛时的10个区70名运动员参赛，到如今市运会壁球项目有14个区的118名运动员参赛，青少年壁球运动如今在上海正逐渐生根发芽。

“上海最早是金山区开展壁球项目的业余训练，后续杨浦也开始

有队伍，到现在慢慢越来越多的区开始开展壁球项目的训练工作。”上海市壁球协会秘书长蒋健介绍，随着壁球项目进入2028年奥运会，现在越来越多的青少年开始接触壁球运动。上海市壁球协会也通过运动进校园等方式，进一步推进壁球运动走进校园。

前不久，第20届亚运会中国体育代表团在京正式成立，其中上海共有80名运动员入选本届亚运会中国体育代表团。其中，年龄最小的运动员是14岁的殷子媛，而她正是上海本土培养的优秀壁球运动员。2025年，殷子媛接连斩获全国壁球公开赛、中国巡回赛及全国锦标赛冠军，并在随后的亚青赛U13夺冠，成为中国壁球历史上首位亚洲冠军。

本届市运会，殷子媛代表浦东新区参加了比赛。参加女子A组单打比赛的殷子媛方一现身赛场，就受到参赛队员和家长的热烈欢迎和围观。“能看一看亚洲冠军打球，对我们也是非常大的提升。”



殷子媛成了不少壁球青少年运动员的榜样。本次代表长宁参赛的李卓骞就是殷子媛的小迷妹，“原来我最崇拜的是俱乐部里的Luna姐姐，后面我知道了殷子媛姐姐，她们现在都是我努力的目标。”

随着入奥和明星运动员的涌现，壁球项目也逐渐被大众所认知。李卓

骞的母亲王女士最早知道壁球是来自于影视剧的印象，“我特别喜欢看港剧，很多港剧里面白领精英都喜欢打壁球，这也是身边很多人对壁球的第一印象。”

后续到了女儿逐渐长大，王女士在身边的朋友的推荐下，让女儿开始在长宁区的上海克拉壁球俱乐部接受壁

球训练。从一开始的尝试，到如今女儿自己要求打球，王女士和丈夫便陪着女儿前往全国各地参赛。经过女儿两年的训练，王女士逐渐对壁球项目更加了解。“现在还有殷子媛这样的冠军球员，后续2028年的奥运会也会有壁球比赛，我相信会有更多人开始了解壁球。”

市运会柔道比赛参赛创新高 人才培养形成“三驾马车”

本报记者 丁荣

9月4日至6日，上海市第十八届运动会柔道比赛(青少年组)在松江体育馆圆满落幕。来自全市14个区的314名青少年运动员同台竞技，参赛规模创下历届市运会柔道项目新高。

本届赛事的参赛阵容呈现鲜明的多元化特征，参赛选手不再局限于传统体校培养的运动员，大量来自体育传统特色学校、社会办训俱乐部的柔道小将登上了市运会赛场。赛场上，体校选手的扎实功底与俱乐部选手的灵动风格交相辉映，不少社会办训体系培养的运动员凭借出色发挥站上领奖台，打破了过往竞技柔道人才选拔的单一路径。这一现象背后，是上海柔道项目近年来持续扩大的群众基础——今年上半年举办的上海市青少年柔道锦标赛，参赛人数突破600人，经过层层选拔后仍有314名选手获得本届市运会参赛资格，充分印证了项目在沪上青少年群体中的普及热度。

上海市竞技体育训练管理中心拳击跆拳道运动中心书记、柔道国际A级裁判张光明表示，柔道运动对青少年成长有着独特价值：它不仅能教会孩子正确防护跌倒损伤，全面提升速度、力量、爆发力等综合身体素质，更能在反复的胜负历练中培养青少年的抗挫折能力，这也是近年来越来越多家长主动引导孩子参与柔道训练的核心原因。目前，

上海已形成清晰的柔道人才成长路径：5岁左右的儿童可先通过社会俱乐部接触基础训练，有兴趣的孩子可进入区少体校开展课后系统训练，兼具天赋与潜力的优秀苗子，将被输送至上海市体育运动学校、上海体育大学附属竞技体育学校两所市重点二线单位，开启学训兼顾的半专业培养模式。上海市竞技体育训练管理中心拳击跆拳道运动中心再通过市级、国家级青少年最高级别中的佼佼者，从中选拔出运动员进入上海柔道一线队。

上海市竞技体育训练管理中心拳击跆拳道运动中心主任高晓东介绍，在竞技体育新型举国体制的创新驱动下，上海柔道队的选材大门始终向所有青少年爱好者敞开。无论来自体校、体育传统特色学校还是社会办训俱乐部，所有培养渠道都可向市队输送优秀运动员，社会俱乐部也可与上海柔道项目的各级训练单位开展合作办学，共同充实上海柔道项目的竞技人才储备。



上俱赛射击比赛人气高 400名小选手赛场收获成长

本报记者 丁荣

9月5日至6日，2026年上海市青少年体育俱乐部联赛射击比赛在黄浦区教育学院顺利举行，来自全市的近400名青少年选手齐聚赛场，在靶场展开专注与定力的比拼。

本次赛事由上海市体育局指导，上海市青少年训练管理中心、上海市青少年体育协会主办，上海捷菲体育管理咨询有限公司运营，上海锐猎体育发展有限公司承办，同时得到上海市射击运动协会、黄浦区体育总会、黄

浦区青少年体育活动中心的大力支持，为上海青少年射击爱好者搭建起专业的竞技与交流平台。

赛事特邀原国家女子射击队步枪组主教练、奥运冠军杜丽的带训教练王跃昉到场为获奖选手颁奖。她表示，射击项目能够有效锻炼青少年的专注力与抗挫折能力，而专注力的提升对日常学习也有显著助益。“家长要看到孩子通过每次比赛获得的成长，这个意义远远大于比赛的输赢。”王跃昉提到，上海曾走出陶璐娜、姜冉馨等多位射击奥运

冠军，射击项目十分适配上海青少年的特质，通过俱乐部联赛的持续普及，未来必将从中涌现更多优秀的射击后备人才。

本次赛事特别设置“俱”力造物社周边互动场，“小小工程师”环节让选手们在纸上画出自己理想中光感射击枪的创新功能，化身“神枪设计师”；“小小艺术家”环节则鼓励孩子们用沙画为步枪、手枪、射击服等装备DIY专属色彩，两项互动活动均设置专属奖项，让小选手们在竞技之外，以更多元的方式走近射击文化。

限运动走进大众视野，打造体育消费与全民健身融合的全新场景。

赛事主打童趣化MINI奥运特色，对标2024巴黎奥运会滑板赛事标准，按比例缩小专业碗池赛道，适配少儿参赛需求，同时增设低龄友好的U池、泵道竞速项目，让小选手们体验职业化赛事流程，积累专业竞技经验。赛事落地青浦新城，契合区域年轻化、时尚化的城市定位，助力五大新城青少年体育事业与极限运动文化普及发展。

此次赛事以赛育人、以赛促练，进一步丰富了上海少儿体育赛事体系，挖掘青少年极限运动后备人才，持续推动青少年体育常态化、普及化、专业化发展。

板上逐梦少年飞扬！ MINI 奥运滑板挑战赛开幕

本报记者 李一平

9月5日，2026年上海市少儿体育联赛“美团杯”MINI 奥运滑板挑战赛(第二站)在青浦区夏都小镇Moreprk滑板公园火热启幕。

本次赛事是上海市少儿体育联赛的重点普及类赛事，依托政府政策支持与行业平台优势，联动社会力量打

造低门槛、专业化的青少年体育竞赛舞台，持续传播“天天运动、健康向上”的运动理念，助力“健康上海”与全球著名体育城市建设。

本次赛事创新采用“商圈嵌入式”办赛模式，将专业赛场落地成熟商业街区，践行体教融合与文商旅深度融合的发展思路。既为青少年提供标准化竞技场地，也让小众极