

薪火接力育新苗

上海青少年手球百花竞放



不仅教练资源丰富,培养体系成熟,上海手球项目的青训也有跨区协作的默契。作为杨浦区少体校手球高级教练、上海市青训名教练工作室手球项目带头人,陈列曾是国家女子手球队队长,2006年退役后,她近二十年如一日扎根基层,成为杨浦手球队“老中青”教练班子里的中流砥柱。

2022年,陈列的青训名教练工作室成立,吸纳了来自奉贤、长宁、静安等区的八名教练和三名科研人员。陈列说,工作室的目的就是让好的经验流动起来——队伍基础薄弱的,探讨如何从零开始抓基础;学生整体年龄偏小的,会更侧重针对小队员身体条件设计训练。“不敢说指导,我只是把

跨区协作共成长

自己的经验分享给大家。我们一起摸索在青少年的培养上有哪些好的方法。不同的队伍在一起训练、比赛,必定会看到差距和问题,相互学习,相互切磋,共同进步。”

对此,方晖深有共鸣——培养对手,也是在促进行业发展。他的理念很明确:“强队变多,促进竞争,这对上海手球的发展是利好的。”今年,全市有14个区派出手球队参与市运会,除了宝山、长宁、杨浦等传统强队,静安、嘉定等新兴强队也展现出相当的夺牌竞争力;同时,金山、青浦、松江等郊区

队伍水平也迎头追赶,跨步提高。他坦言,各区条件不同,但教练的培养方式不藏私,一起守护上海手球后备力量的成长。

9月27日,市运会手球项目(青少年组)即将迎来决赛,各区的教练仍在紧锣密鼓地准备最后的冲刺。这些成长背景各不相同的力量,互相补充、彼此支撑,撑起了上海手球的今天;而他们努力的目标,始终是上海手球后备力量的培养;让更多孩子能打球、打好球,让这个项目在基层扎得更深、走得更远。

花样滑冰 从超级杯到市运会 申城冰场续写新篇章

本报记者 李一平

9月27日,上海市第十八届运动会花样滑冰比赛(青少年组)在浦东新区飞扬冰上运动中心顺利落下帷幕。本次比赛共有来自全市各区的341名运动员报名参赛。

2011年11月,在送别游泳世锦赛的四个月后,彼时刚成为上海体育新地标的东方体育中心迎来了一次“大变脸”——碧波泳池变身晶莹冰场,那里成了“中国杯”世界花样滑冰大奖赛的竞技舞台。这是上海第一次举办冬季运动项目的国际性比赛,也是被镌刻在“北冰南展”版图上的重要一笔。

2016年,上海超级杯作为上海自主品牌顶级体育赛事之一,再度掀起冰雪运动的高潮,一流的场馆设施、专业的赛事组织、热烈的观赛氛围,给许多世界优秀冰上运动员留下了深刻的印象,创造了顶级冰雪赛事的“上海标准”,擦亮了上海冰雪运动的“金色名片”。而这也是本届市运会技术监督

刘超与上海花样滑冰的首次结缘。

作为中国花样滑冰协会委派的裁判,刘超在超级杯之后也经常参与上海的花样滑冰赛事执裁。“当年第一次举办超级杯的时候,让我印象非常深刻,场馆的上座率很高,没想到上海市民对于这个项目的热情如此高涨。”随着近几年花样滑冰在上海的发展,刘超发现无论是成年人还是青少年,开始有越来越多的人接触花样滑冰,申城的青少年花样滑冰水平也在逐年提升。

陈超是一个地道的东北人,而上海目前所走的花样滑冰的发展路线则和他曾经经历的不大相同。“早些年花样滑冰基本上还是体校培养,现在北方慢慢也开始出现俱乐部的模式,但大体上还是双线并行。”但上海作为南方城市,青少年的培养模式更加融合,以俱乐部模式为主,体育局等政府力量则从政策、扶持层面上给予帮助。在“上海模式”下,如今上海青少年花样滑冰水平已经逐渐接近全国整体水平,甚至在单人滑项目上也涌现出不少优秀的苗子。



廖元赫为小棋手颁奖

本报记者 丁荣

9月26日,第四届“虹口弈趣杯”少儿围棋大赛在虹口足球场正式开赛,这是该项赛事连续第四年落地虹口足球场举办。来自上海全市的160余名围棋少年齐聚绿茵场旁的赛场,以棋会友,在黑白对弈间展现少年棋士的风采。

在前两届赛事先后邀请江杰杰、柁嘉熹两位世界冠军出席的基础上,本届赛事主办方特别邀请中国职业围棋九段、世界冠军廖元赫作为嘉宾来到活动现场。他不仅为各组别获奖的小棋手颁奖,还现场为孩子们签名、合影,和在场的围棋少年们近距离交流棋艺与学棋心得。

在接受现场记者采访时,廖元赫

第四届“虹口弈趣杯”人气高 世界冠军廖元赫 为小选手们颁奖



结合自身的学棋经历,为在场的家长和小棋手们分享了自己的感悟。他回忆自己4岁半开始学棋,小时候并不理解母亲对自己的严格要求,直到后来才明白,母亲当时已经下定决心要让自己走职业围棋这条路。从小到大辗转武汉、北京等地学棋,母亲始终陪伴在侧,这份支持是他走上职业道路最坚实的底气,如今回想起来满是感激。

针对不少家长关心的学棋与比赛成绩的关系,廖元赫给出了自己的建议:如果确认要让孩子走职业围棋发展道路,家长才需要重点关注孩子的比赛成就和名次;如果只是将围棋作为一项兴趣爱好,家长完全不必过度纠结于比赛成绩。“学棋完全可以

从爱好入手,以此拓展思维,几岁开始学都不算迟。作为爱好培养的话,家长不需要对孩子太过严苛,如果一直纠结比赛结果,反而会让孩子输棋后更加难受,不仅打击学棋的积极性,甚至会影响他们在比赛中发挥出正常水平。”

虹足弈趣社负责人康中源表示,世界冠军是每一位青少年棋手学棋路上的向往与梦想,本次邀请廖元赫九段来到现场,就是希望能给热爱围棋的小朋友们提供一份具象的动力,激励他们继续保持对围棋的热爱,持续参与到这项运动中来。他同时透露,“虹口弈趣杯”如今已经拥有了很高的人气,每年还没到赛事筹备期,就有不少家长前来咨询比赛信息,很多家庭都会提前安排好中秋、国庆的假期,专程来报名参赛。

9月19日,上海市第十八届运动会手球比赛(青少年组)男女A、B组的小组赛,分别在杨浦区少体校、上海建青实验学校打响,各区队伍为出线资格拼得胶着。运动员们场上拼抢,场边的教练们则密切观战,时不时喊话指点……作为上海青少年重点普及、深耕培育的特色竞技项目,二十多年来,手球运动在上海走出了一条极具特色的发展之路。一代代教练薪火相承,见证了一支支优秀队伍的成长,也撑起了上海手球的人才脉络。

专题撰稿 本报记者 李一平

上海手球的“常青树”

在上海市运动会、上海市青少年手球锦标赛等各大重磅赛事中,代表长宁区出战的建青手球队始终稳居领奖台,是上海青少年手球领域当之无愧的“常青树”。亮眼成绩的背后,除了十五年一贯制的系统化培养模式加持,更离不开一代代建青手球教练的薪火相传、接续坚守。

学校中学部现任体育教研组长方晖,正是建青手球本土培养的优秀学子。1992年大学毕业后,他毅然选择返校任教,成为体育教师并接手手球队执教工作,深耕校园手球教学数十年。

如今任职于长宁区少体校的手球教练王炜,同样带着深厚的校园情怀扎根建青、接续传承。“我从六年级到高三,都是建青的学生运动员,在这里成长、逐梦。大学毕业后我选择回到母校,就是想守住这份热爱与传承。”

在建青手球的培养体系中,竞

技能力与学业成长双向并重、协同发展。学校始终坚持“德智体美劳”全面发展,杜绝“重训练、轻学业”的培养误区,手球队员不仅赛场表现亮眼,文化课成绩同样位居年级前列。近年来,多名手球特长生在中考中斩获700分以上的优异成绩,历届毕业生中,众多队员凭借纯文化成绩成功考入上海交通大学医学院、上海财经大学、东华大学、同济大学等国内知名高校,实现了体育特长与学业发展的双向丰收。

在方晖看来,历经五十载沉淀,手球早已超越一项体育运动的范畴,成为建青校园独有的文化符号。手球运动承载的拼搏进取、团结协作、永不言弃的体育精神,深深浸润着每一位学子的成长之路,持续激励着建青学子赛场奋勇拼搏、课堂勤学善思、做人崇德向善,真正践行“打好球、读好书、做好人”的育人理念。