

第十八届市运会游泳比赛落幕

徐汇领跑，崇明奉贤历史突破

10月2日至5日，上海市第十八届运动会“优涵杯”游泳比赛（青少年组）在东方体育中心游泳馆举行，吸引了来自全市16个区的806名青少年运动员参赛，在为期四天的赛程中共同展现上海泳坛新生代的竞技实力与传承脉络。

本届赛事由上海市体育局、上海市教育委员会主办，上海市竞技体育训练管理中心游泳运动中心、上海市游泳协会承办，上海久事体育产业发展（集团）有限公司东体场馆分公司协办，赛事按A至F六个年龄组别设置竞赛项目，覆盖不同成长阶段的青少年游泳选手，累计产生116枚金牌。最终，徐汇区以42金、30银、25铜、总分1343分的成绩位列金牌榜、积分榜双第一，黄浦区以17金、6.5银、9.5铜位列奖牌榜第二，杨浦区以14金、23银、15铜位列第三。本版撰稿 本报记者 丁荣

打破11项纪录 徐汇游泳展现断层式优势

徐汇区游泳队在本届赛事中表现突出，不仅金牌数超过赛事金牌总数的三分之一，更一举打破10项上海市纪录和一项全国纪录，金牌数、奖牌数、团体总分三项核心数据均遥遥领先，交出了近年来上海青少年游泳青训的亮眼答卷。

骄人战绩的背后，是徐汇区游泳教练团队长期以来的精细化耕耘。队伍在日常训练、寒暑假集训、赛前备战各环节始终坚持高标准要求，针对重点运动员推行“一人一策”定制化训练方案，帮助运动员克服伤病与疲劳，最终实现赛场上的厚积薄发。本次赛事中，一批新生代游泳小将脱颖而出：薛一甯、周璟煊各揽六金，谈家萱收获四金，李赫玲、章天语、刘莹睿、王皓鸣、金铂睿各夺得三金。其中，C组和D组两个年龄组合计贡献26枚金牌，成为徐汇区游泳队最核心的夺金主力。

这42枚金牌的背后，是徐汇区深化体教融合成果的集中体现。长期以来，徐汇区各中小学积极推动校园体育与专业训练体系深度衔接，坚持文化学习与专业训练两手抓，为在训运动员的学业保障提供了有力支撑，让一批批品学兼优的游泳苗子得以在系

统培养下稳步成长，最终在市运会的舞台上绽放光彩。

双双实现零的突破 崇明奉贤书写历史

本届赛事具有突破意义的一幕，来自崇明区与奉贤区的首次市运会游泳金牌入账。

崇明区选手朱义诚在男子B组400米混合泳项目中逆转夺冠，为崇明拿下历史上第一枚市运会游泳金牌。这场比赛中，朱义诚前半程一度落后对手7秒，凭借蛙泳和自由泳泳姿的优势后程反超，最终站上最高领奖台。看完全程的崇明区体育局副局长俞永峰难掩激动，他表示全队为这块金牌已经筹备多年，从全区幼儿园阶段开始选材，一步步搭建区队集训体系，多年的坚持终于在本届市运会圆梦。

奉贤区的两金一银同样创造了历史。本届赛事中，奉贤区通过与社会力量合作办训的模式，委托奉贤区浚贤青少年体育俱乐部开展系统化青训，邀请世界冠军、亚运会冠军施扬担任俱乐部总教练，从零起步搭建从幼儿园选材到梯队建设的完整培养路径。最终20名参赛小将合力拿下F组男子4×50米自由泳接力、F组女子400米自由泳两枚金牌，实现了奉贤区市运会游泳金牌零的突破。



庞佳颖(右)与教练潘佳章(左)共同和钱泳吟合影

“泳二代”获得冠军 赛场上演母女传承佳话

赛场之上，奥运季军、世界冠军庞佳颖的女儿钱泳吟也带来了惊喜。在女子F组100米蛙泳决赛中，她首次参赛便夺得冠军，赛后其自己都坦言既惊喜又意外。此前的100米自由泳项目中，她曾在转身时泳镜意外翻落进水影响发挥，没能取得理想成绩。赛后，庞佳颖特意安慰女儿，告诉她要学会在赛场快速调整状态，比完一个项目就要学会“翻篇”，专注准备下一场比赛，还特意为她制定了蛙泳项目“前冲后顶”的比赛策略。最终女儿成功

夺冠，庞佳颖给出了100分的满分评价，她表示不会急于规划女儿的职业道路，未来还是要一步一个脚印踏实训练，让孩子在热爱的泳池里稳步成长。

从老一辈功勋教练扎根青训，到世界冠军退役后重返基层培养新人，再到“泳二代”小将首次登上市运会领奖台，本届市运会游泳赛场不仅是检验上海青少年游泳竞技水平的舞台，更成为上海游泳事业代代传承的生动注脚。

市运会青少年男足丙、丁组收官

杨浦六连冠 普陀32年后再登顶

功勋教练深耕近四十载 杨浦实现市运会六连冠

男子丙组决赛中，杨浦区队以3比0完胜崇明区队，成功拿下该组别冠军。终场哨响后，队员们第一时间围向场边，拥抱了两鬓斑白的功勋教练方伦瑜。



方伦瑜(中)与胡熠宸(右)、周宸浩

为了这场决赛的胜利，整个团队做足了万全准备。方伦瑜介绍，赛前就了解到崇明区队实力突出，开赛之前全队曾赴韩国进行为期10天的外训，团队赛前就预判这支队伍大概率会成为决赛对手，提前完成了针对性的战术部署。决赛当天中午，方伦瑜专门召集全队召开赛前准备会，重点针对对方几名核心球员布置了专项防守限制战术，比赛过程中队员们完全贯彻了既定战术，最终顺利拿下胜利。

作为杨浦区男子丙组队的队长、边后卫，胡熠宸对方伦瑜的印象深刻：“来到白洋淀足球基地训练之后，我各方面能力都有明显提升，方指导是特别认真严格的教练，平时每一堂训练课都会对每一个球的处理做细致点评，帮我们一点点补齐短板。这次比赛我们从备战阶段就锁定了冠军目标，我一直告诉自己，只有在训练中比别人付出更多，才能最终站上最高领奖台，今天我们做到了。”

更值得一提的是，这支冠军队伍里，胡熠宸和周宸浩两名球员已经入选新一轮国家足球青少年集训名单，即将前往国家队报到参训。“入选国少

队一直是我的梦想，未来我还希望能一步步走进国家一线队。”胡熠宸说。



杨浦区队夺得男子丙组冠军

执教近40年的方伦瑜，从第十二届市运会开始，已经连续六届带队拿下市运会足球项目冠军，覆盖高中组、初中组等多个年龄段，赛场统治力始终保持顶尖水准。他本人曾两次获评上海市青少年足球十佳教练，还获得过上海市劳动模范称号。出自杨浦区工厂足球队的他，球员时期亲身见证了上海工人足球的辉煌，1988年进入杨浦区白洋淀足球基地担任教练，数十年如一日扎根青训，所带队伍常年稳居上海青少年赛事前三名，绝大多数赛事都能站上最高领奖台。他坦言：“非常感谢杨浦

区体育局、杨浦区少体校给我提供这样的平台，我发自内心的喜欢带孩子们踢球的感觉。我们白洋淀青少年足球基地的核心目标，就是培养和输送优秀足球苗子，我坚信这支冠军队里的不少球员，未来都能走进中国顶级职业联赛俱乐部的梯队。”

时隔32年再夺男足冠军 普陀师徒完成赛场接力

男子丁组决赛中，普陀区队通过点球大战击败杨浦区队，时隔32年再度夺得市运会男子足球项目冠军，创造了普陀区青训足球的全新历史。

终场哨声响起的一瞬间，普陀区青少年足球学校的教练衡冰和张凯紧紧相拥，两人难掩激动：“32年了，我们终于又拿到市运会男足冠军了！”巧合的是，32年前同样在白洋淀足球场，衡冰和张凯还是普陀区青少年足球学校的运动员，当年正是他们和队友携手拿下了那一届市运会男足冠军。如今两人身份转变，衡冰担任本届普陀区男子丁组足球队主教练，张凯、王俊杰出任助教，师徒两代人在同一场地完成了跨越32年的冠军接力。

“决赛场上我一直反复跟队员们强调，放平心态，正常把平时训练的内容发挥出来就好。到了点球大战阶段，比拼的完全就是心理素质，我让大家什么都别想，沉住气把每一脚球踢好。”助教张凯说。整个备战周期里，普陀区青少年足球学校得到了普陀区体育局、区教育局以及多所体教融合特色学校的全力支持，为球队提供了充足的训练时间和对外交流比赛的机会，再加上所有队员家长的全力配合，球队才能一步步走到决赛赛场并拿下冠军。“拿到这个冠军之后，孩子们的自信心会得到极大提升，也为他们之后的长期训练和后续赛事打下非常扎实的心理基础。”



普陀区队夺得男子丁组冠军

10月5日，上海市第十八届运动会足球比赛（青少年组）男子丙、丁组赛事在杨浦区白洋淀足球场正式收官。经过多轮激烈角逐，两个组别的最终名次全部产生，杨浦区拿下男子丙组冠军，普陀区夺得男子丁组冠军。