

# 年度奖项花落各家 阳光体育品味阳光

随着2016上海市学生运动会落下帷幕,本年度上海市最佳阳光体育活力园丁系列奖项也花落各家。体育对师生成长的促进,对学校发展的推动,在这些获奖的个人和团体中体现得淋漓尽致。今天,就让我们来看看这些奖项获得者的优秀事例,感受上海学校体育的勃勃生机。



## 年度最佳体育贡献校长奖

崇明区凌云中学校长 范本兵  
坚持办学方向 突出管理职能

作为崇明区凌云中学校长,多年来范本兵始终坚持“教育为根本,质量求生存,特色为导向”的办学思路,紧紧围绕市区工作目标,抓全面素质教育,以求务实的态度,团结带领全体教职工开拓创新,攻坚克难,在文化教学、队伍建设、阳光体育、办训模式、人才输送方面进行了大胆探索,为学校做出了不懈努力和积极贡献。每年的起始之初,范本兵按照早

部署、早准备的原则,通过全面总结上一年工作的得失,针对招生、训练、教学、管理中暴露出的问题,制定一系列的措施。在招生上,突出运动员编制数向重点项目倾斜;在训练手段上,强调从强化细节入手,重视运动员的文化教学;在综合管理上,注重通过改善学校管理中的薄弱环节,提升学校的综合竞争力。突出科研工作在学校教学、训练中的重要作用,以

建设等举措,提高了全校干部职工的职业道德、敬业精神、从业能力与团队意识;第三是采用专家引领,提升执教能力,学校委派的两名体育教师参加了“百人计划”的培训,提升了学校文化教师和体育教师的综合素质和执教能力;最后是开展有关体育科研,提升教育质量,加大了课题研究力度,促进学校内涵发展。在范本兵校长的带领下,近年来,学校输送的学生运动员成绩突出。2013—2016年,学校培养输送的学生共取得了奥运会第七名1人次、奥运会第八名2人次、世界锦标赛第六名2人次、亚运会金牌2枚、亚运会铜牌1枚、全国青运会金牌1枚。



## 年度最佳阳光体育活力园丁奖

上海海事大学文理学院体育部教师 李晋  
学生快乐 所以我快乐

李晋2003年毕业于上海体育学院,毕业后在上海海事大学执教至今。尽管已执教13年多了,但在众多新生眼中,李老师还会经常被误认为是学长,他也被学生戏称为年轻、俏皮、幽默的“晋晋哥”。上海海事大学健美操队由李老师执教之初组建,组队13年来每周两次的训练雷打不动,多次获得了上海市大小比赛的冠军。同时,李老

师和学生们还一起创办了健美操社团,后改名Aerobic律动俱乐部,成员达300余人。本学期的社团又承办了啦啦操大赛,并获得了学校五星社团的荣誉称号。课堂教学中,李老师幽默的语言,准确的讲解,严谨有趣的课堂组织,使他深受学生欢迎。游戏时的快乐,柔韧练习时的酸爽,学新操时的惊喜,以及课尾十分钟的无

个权威期刊发表文章。今年,李老师获得了2016年全国大学生体育课程建设经验研讨会一等奖。每周两次,每次2个小时的强度训练,使得原本基础差、力量弱的学生们变得更有力量,舞蹈感觉也大大提高。舞啦啦操中的花球自选啦啦操是每次比赛中最精彩但竞争压力最大的项目,李老师利用课余时间,钻研规则,终于编排出了学校的比赛套路。通过实践中的不断磨合与千百遍的练习,2016年,团队在全国啦啦操总决赛中夺得自选街舞和自选花球两个项目的冠军。这就是李晋老师,这就是她的故事。“学生快乐,所以我快乐”。



## 年度最佳阳光体育达人奖

嘉定一中高三(2)班 周艾明  
为梦想去执着付出

17岁的周艾明是上海市嘉定一中高三(2)班的一名普通学生。说她普通,是因为你无法在茫茫人海中一眼将她认出来,但她一直认为每个生活在世界上的人都是一个不普通的个体,每个人都是与众不同的。周艾明的梦想,就是做一名为梦想而执着付出的人。周艾明为人热情、开朗,同时勤奋好学、兴趣广泛,是学校品学兼优又极具创新力的学生,是老师的得

力助手,更是同学们可信任的朋友。她踏踏实实,勤勤恳恳,努力地完成着自己的奋斗目标。在一次又一次的学习生活实践中,无不体现着她自尊、自强、自信的特点。在紧张的高中学习中,无论是主科还是副科,她都能够认真听讲,积极思考,提出问题。在高一她顺利通过7门科目的合格测试,并且在地理等级考中取得了A+的好成绩。除了认真学习课本知识,她还

是老师和同学眼中品学兼优的好学生。她是班级的体育委员,在上海市第十五届运动会“小铁人三项”赛中作为团体主力运动员,使嘉定区获得了一等奖好成绩。游泳是她爱好特长,每年的区中学生游泳比赛她都会积极参加,积极为学校争取荣誉。在嘉定区第一届市民运动会游泳比赛高中女子组50及100米蛙泳中分别获得了第二第三名的优异成绩。今年7月还代表学校参加了4x50接力赛,为学校取得了第一名的荣誉。人正因为有了坚定的梦想,才会收获硕果累累。如今,周艾明正凭着自已顽强的毅力,凭着自已踏踏实实努力,在浩瀚的学海中奋力遨游。

## 年度最佳体育社团奖

复旦大学无限排球协会  
以无限活力推广排球魅力



无限排球协会成立于1997年5月,扎根于复旦这片致力于高校排球事业发展和推广的沃土,无限排球得到了学校相关部门在场地、政策等各个方面的大力支持,因而蓬勃发展壮大。目前是复旦大学最大的体育类社团,传承了复旦的排球传统,充分彰显着排球运动的宗旨:以无限活力,吸引更多的同学来领略排球运动的无限魅力。复旦大学排球文化源远流长。早在上世纪20、30年代,复旦排球队就曾代表学校和国家队征战全国乃至亚洲赛场,捷报频传,在协会和球队的双重努力下,复旦大学无限排球协会荣获大大小小的奖项与荣誉,从1998、

1999年的“复旦大学优秀精品社团”到2006—2014连续九年获得复旦大学对社团的最高荣誉“标兵五星级精品社团”与“王牌社团”,并在2008年以第一名的成绩成为“上海市明星社团”,2013年获得“复旦大学学生群体体育先进集体”、“上海高校明星社团”、“上海三星级体育社团”荣誉称号。2014年除了荣获复旦大学“最具影响力活动奖”外更获得“全国百佳体育公益社团”荣誉。每学期协会都会参加至少一项上海市范围或者长三角范围的大型联合比赛,如上半年的华东地区排球邀请赛,下半年的上海市联赛与四人

制排球赛。在校内,秋季期的新生杯、院系杯、星座杯、春季期的院系杯、4+2赛、教学联赛、毕业杯、四人制等,都极大地丰富了校园的排球生活。对于未来,协会的规划具体包括增加社团内部活动的趣味性,通过实战模拟来提高同学们对排球的兴趣;策划新颖别致的排球活动,向青少年、儿童等群体进行普及;加强排球协会内部各院系、大力推广常规活动,组织周末约球;进一步加强协会与校内社团的联系,积极开展交流;推广排球文化的发展,组织学校成员现场观赏排球比赛,培养学生的排球素养,增强他们对排球进一步理解。

## 2016年上海市学生运动会 “最佳教练员”

大学组  
上海交通大学高水平游泳队朱颖文

朱颖文自2011年3月起担任上海交通大学高水平游泳队主教练,期间克服重重困难,把上交大游泳建设带到一个新台阶,取得了优异的成绩。她与队员们相互理解、互相沟通、互相信任,训练中是严厉认真的好教练,生活中是队员们的好朋友。取得成绩——2015年韩国世界大学生运动会游泳比赛:1银、1个第四、1个第七;2015年全国大学生游泳锦标赛:18金、10银、11铜,乙组总分第一,甲组总分第三;2016年全国大学生游泳锦标赛:15金、11银、10铜,丙组总分第六、甲组总分第一;2015年上海市大学生游泳锦标赛:28金、19银、8铜,男子乙组团体总分第一、女子甲组团体总分第一、男子甲组团体总分第二、女子乙组团体总分第二;2016年上海市学生运动会游泳锦标赛:团体总分第二、女子乙组

团体总分第一、男子乙组团体总分第二;2014年全国大学生游泳锦标赛:体育道德风尚奖(个人);2015年全国大学生游泳锦标赛:体育道德风尚奖(个人)、优秀教练员

中小小学组  
上海市向明中学女蓝何岁

2001年起,何岁开始从事篮球教学训练工作,执教向明中学女篮。工作中她认真钻研业务,不断学习国内外先进的教学训练方法,努力上好每一堂训练课,通过篮球教学,培养学生良好意志品质,多次被评为“上海市优秀教练员”称号。取得成绩——2013年全国U17年女子篮球

比赛第一名;2011年第十一届全国中学生运动会篮球比赛第五名;2008—2013年上海市学生运动会篮球比赛第一名;2010年第十三届上海市运动会篮球比赛第一名;2014年第十四届上海市运动会篮球比赛第一名;2008—2016年上海市中小篮球锦标赛第一名

中职组  
上海市东辉职业技术学校篮球陈峰

陈峰是上海市东辉职业技术学校体育教师,篮球队教练。作为一名体育教师,他首先保质保量完成每周的体育课,教会学生强身健体;作为教练员,他每周坚持4—5

次、每次2小时的训练,包括寒暑假集训、交流等,带领球队不断取得佳绩。取得成绩——2013年上海市中学生运动会(中职组)冠军;2014、2015年上海市阳光体育大联赛(中职组)冠军;2016年上海市学生运动会(中职组)冠军;2014—2016年上海市十项系列赛篮球赛第二、第三名;2014年第十五届运动会高中组男子篮球赛第四名;2015—2016年上海市阳光体育大联赛青德基三对三篮球赛一等奖;2015年上海市青少年阿迪达斯杯三对三篮球赛冠军;2008年上海市优秀篮球裁判员;2014年上海市优秀篮球教练员

## 2016年上海市学生运动会 “最佳男运动员”

大学组  
上海大学郁永鹏

郁永鹏为上海大学的大三学生,国家二级运动员,理学院化学系2班班长,上海大学英语晨读协会创始人及会长,上海大学田径队队长,上海市创新项目负责人,上海市长江二中外校辅导员,上海聚锋竞技足球队前锋,上海大学跆拳道队,健美队队员。本人曾获得过上海大学体育二等奖学金,领导力奖学金,创新创业奖学金,文艺体育奖学金,专业分流奖学金,社区学院体育之星。大学三

年积极锻炼,在大三校运会时包揽上海大学男子200米、110米栏和4x100米三个冠军,成为上海大学短跑界的领军人物,在2016年全国大学生田径锦标赛上,200米成功晋级半决赛,达国家二级运动员标准。2016年上海市学生运动会上,取得200银牌、110米栏银牌、4x100米金牌的佳绩。

中小小学组  
位育中学蔡少波

蔡少波同学从小进行网球训

练,训练认真刻苦。目前就读于位育中学高三(3)班。在兼顾网球训练的同时努力学习,在学习上也取得了不错的成绩,并且为学校争得了不少荣誉,位育中学代表队在这次比赛中获得体育道德风尚奖,本人获得本次上海市学生运动会团体第一名,单打第一名,单打第三名。取得成绩——上海市东辉职业技术学校陈旭滨;陈旭滨作为上海市东辉职业技

术学校篮球队队长,尽心尽力带领全队完成训练和比赛任务,并作为副主教练管理好球队。比赛中他能力非常强,是球场的灵魂人物,防守中守在最前,进攻中担当指挥。每场比赛,他的得分都接近20分,同时有5个以上的抢断,以及6—8次的助攻。他还经常督促其他队员努力学习,遵纪守法,注重个人的仪容仪表,是所有队员学习的楷模。作为篮球队长,他还经常带领球队的爱心团,每周日到社区帮助指导青少年练习篮球,奉献爱心。

## 2016年上海市学生运动会 “最佳女运动员”

大学组  
复旦大学孙晓濛

孙晓濛是复旦大学生物医学研究院在读博士,在过去的二年时间中师从复旦大学田径队总教练邱克教授,进行400米、800米项目的训

练。在运动场上巾帼不让须眉,训练认真刻苦,冬练三九、夏练三伏,在二年时间内运动成绩稳步提高,较大幅度提升了个人运动成绩。她在2015年上海市大学生田径锦标赛获得女子甲组400米、800米项目的金牌。2016年全国大学生田径锦标赛获女子乙组800米第六

名,2016年耐克高校田径精英赛获女子800米第五名。在2016年上海市学生运动会(高校)田径比赛中,共获得二金一银一铜的好成绩,同时实现了上海市大学生田径项目该组别400米、800米的“二连冠”。在严格的田径训练之余,兼顾学业,合理安排个人时间和精力,日常工作认真负责,积极开展个人科研课题相关研究,已发表学术论文两篇,并同时承担了部分实验室管理和课题申请工作。对当下需要同时兼顾高竞争学业压力和身心健康的广大同学,起到了积极的榜样示范和带动作用。

取得成绩——上海市经济管理学校吴晓慧;2016年上海市学生运动会田径比赛跳远第一,三级跳第三;2016年普陀区最美中职生;2016年上海市奖学金一等奖;2015年上海市奖学金三等奖;2015年上海市阳光体育大联赛三级跳远第一名;2015年上海市阳光体育大联赛毽球(高中组)优秀队员;2014、2015学年校级优秀干部

## 2016年上海市学生运动会 “最佳运动队”

大学组  
华东大学校园组足球队

从建队成型之初,球队制定了“一年内打入上海市足球前三,两年上海市冠军,走向全国”的长远宏观目标,不到三年,这些目标都已实现。目前,球队有正式队员32名,球队经理2名。队员分别来自于10所学院,其中研究生2名,大四学生8名,大三学生7名,大二学生11名,大一学生4名。校园组足球队成立至今,球队

团结一致,在赛场上力拼对手,为校争光;在课余又积极参加校园社团工作,兼顾学习,对外谦逊却饱含自信。他们用成绩证明了华东大学传统足球学校的地位,提升了华东足球在上海乃至全国的竞争力,缔造属于自己的足球传奇。在2016年上海市学生运动会足球项目(大学组)暨上海市大学生足球联盟联赛上,球队夺得第一名。眼下,球队正向着全国总冠军的目标昂首迈进。

中小小学组  
奉贤射击手枪速射队

奉贤射击手枪速射队成立于2008年,目前注册在训运动员20人,

由区体育训练中心侯武彬、王坚教练带队。通过几年的努力,累计向上级办训单位输送运动员7人,多次获得上海市最高级别比赛个人、团体第一。在2016年上海市学生运动会射击比赛中,该运动队共获得4金3银3铜的好成绩。2016年全年,射击队在市级比赛中共获得15金8银8铜的成绩。取得成绩——上海市东辉职业技术学校篮球队;上海市东辉职业技术学校篮球队作为上海市教委职教处命名的中职男子篮球联队,以及浦东新区男子篮球队,每周坚持4—5次、每次2

小时的训练,包括寒暑假集训、交流等,均超负荷完成训练任务。通过长期的系统训练,该队获得了不错的成绩,包括2013年上海市中学生运动会(中职组)冠军;2014、2015年上海市阳光体育大联赛(中职组)冠军;2016年上海市学生运动会(中职组)冠军等。运动队除了比赛成绩外,学生的学业成绩也相当不错。队员魏明栋因成绩优异被派往德国进行为期两周的交流访问,队中的陈旭滨、王梓涵、徐诚源、王彦俊等同学多次被学校评为优秀社团成员。篮球队员阳光积极的一面在东辉校园里成了一道亮丽的风景线,是很多学生学习的榜样。