

托起“明天的太阳”

——上海落实青少年体教结合工作

蔡元培先生曾言道：“健全人格，首在体育。”而如今许多家长学生却陷入了“唯有读书高”的盲区，学生们深陷茫茫题海无暇锻炼。为了唤醒青少年的活力，近年来，各类学校、社区开展了种类繁多的体育项目，为青少年提供运动场地、请来专业教练，让青少年在锻炼同时，提高自身的各项品质。

教孩子锻炼 也教孩子做人

从1979年到2016年，37年的时间里，史伟光一直战斗在羽毛球青训的“前沿阵地”。在他的培养下，一批又一批的队员进入了上海市队和国家队，在奥运会、世锦赛以及亚运会赛场上争金夺银。

作为教练，史伟光有着明确的定位，就是不光要教孩子们打球，也要教他们做人，“通过羽毛球这项运动，培养他们学会坚毅，学会正确面对胜利与失败。”教学过程中，史伟光很少发脾气，细心挖掘孩子身上的闪光点，在不少小队员眼里，史伟光是可以放心说出心里话的“朋友”。对此，史伟光坦言，“我从小打羽毛球，后来又做了教练，所以有时候更愿意设身处地地从球员的角度来考虑问题，很多事情就会迎刃而解。”

社区是校园体育课外延伸，在上海市体育局的指导下，市社区体育协会在全市范围内有序实行青少年体育服务配送工作，包括跆拳道、瑜伽、武术、围棋、足球、乒乓球等多个运动项目深受青少年的好评。其中，跆拳道作为今年青少年体育配送中的新增项目，颇受学生青睐。来自中韩体育文化培训中心T-1跆拳道馆的韩国总教练申东俊亲自为闵行区颛桥镇的青少年指导。课程结束后，申东俊给予中国学生高度评价：“学生有天赋，有礼貌。”谈及跆拳道对青少年的发展，申东俊表示：“青少年学习跆拳道不仅能强身健体、锻炼意志品质，更能学习礼仪——对师长尊敬，对父母孝顺，对同学友爱，‘始于礼，终于礼’这正是跆拳道精髓的真正所在。”

建造新场馆 推广冰壶运动

随着2022年冬奥会的成功申办，国内掀起了空前的冰雪运动热潮，冰壶作为一项时尚的新兴冰雪运动，近年来受到广大青年冰壶爱好者青睐。然而，冰壶馆在上海可谓是一个稀罕物，那些在市中心的冰壶运动员需要“长途跋涉”到松江大学城，才能开始训练。

为了让市中心的运动员不再奔波着去训练，徐汇区青少年体育运动学校早早开始筹划建设一座位于市中心的冰壶馆。今年3月，一座拥有四条冰壶赛道的冰壶训练场，正式在徐汇区青少年体育运动学校启用。冰壶馆工作人员告诉记者，“算上松江大学城内的冰壶馆和徐汇区的这处新场馆，上海的冰壶赛道达到六条。这数量在全国来说，也排名靠前的。”

有了专业的训练基地，徐汇区青少年体育运动学校还通过上海市滑冰协会，从北方引进了专业冰壶教练员、制冰师杨洪波，以提升学生运动员的训练质量。学生运动员每天训练之前，杨洪波都要将冰面磨平并完成比赛场地的打点、标记工作。学生训练完之后，杨洪波还要进行冰面的维护工作。对此，这位北方汉子丝毫没有怨言，“学校之前没有这项运动，现在能看到孩子们高兴地在冰面上训练，我就不感到累了。”徐汇区青少年体育运动学校校长郑昕波介绍道，自冰壶馆建成后，国家冰壶队也经常到这里集训，“从没有训练基地、长途跋涉到郊区训练，到如今有了专业训练基地，我们通过‘筑巢引凤’方式，不仅引来了更多学生参与冰壶运动，还引来了专业教练员和国家队来此集训，这也给了我们教练员、运动员更多学习和提高的机会。”

“走出去”育苗 转型迎来发展

有着56年历史的黄浦区青少年业余体育学校，坐落在黄浦区老城厢学前街上，学校占地面积不大，却有着辉煌的历史。孙雯、陶



■ 崇明凌云中学培育青少年自行车人才



■ 奉贤区进行小运动员科学选材测试工作
本版图片 TP

璐娜、火亮、陈永强……这一个个响亮的名字都出自这里。

曾几何时，少体校在沪上许多家长心目中，都是为子女谋一条好出路、为国争光的好去处。随着黄浦区经济社会的发展，老城厢面积越来越小，弄堂里的孩子们大多都已经搬出去了，这所坐落在老城厢里的黄浦少体校遇到了生源紧张的问题。“几十年前，我们不愁没有生源，黄浦区老弄堂里活泼顽皮的孩子非常多，所以当时我们这里不差好苗子，可以坐等他们‘上门’，而如今这样的时代已经一去不复返。”从事几十年青少年体育训练工作的冯奇感慨道。对此，冯奇召集体校教练员一起谋求新时期的发展道路，经过一次次头脑风暴，他们认识到少体校教练员如果还像以前一样“等着苗子送上来”，那等于“坐以待毙”，与其这样，不如“主动出击”。

于是，黄浦少体校的34名教练员训练之余主动走进校园，通过每周2小时的活动课，为黄浦校园的学生们普及体育项目。黄浦少体校排球教练员陈辉，他曾经的工作就是训练，而现在他不仅是教练员，更是排球项目的联络人。他不仅要做好周一到周五放学后以及双休日的排球训练课，还必须定期走进市八中学、市南中学、曹光彪小学、北京东路小学等多所学校，协助学校的体育老师共同上



■ 上海中学与位育体校合作开设冰壶课程



■ 青少年足球精英培训基地培养后备人才

好排球兴趣课。

从“送上来”到“走出去”，黄浦少体校的教练员们完成了一次转型。冯奇表示：“从之前的教练员在学校坐等到如今的教练员遍布各个项目布点学校，这种教练员进校园的模式，不仅让他们熟悉了学校老师，也有利于更好地接触学生和家，同时也给了他们更多发现苗子的机会。”

科学化选材 挖掘明日之星

随着现代竞技运动的迅速发展和运动训练的科学化进程加快，运动员科学选材，越来越引起各级关注关心。奉贤区顺应形势发展需要，将科学选材纳入规范化发展轨道，进一步促进体育后备人才的生成和培养。

11月27日，2016年奉贤区青少年运动员科学选材测试工作在区体质监测中心举行，射击、射箭、网球、排球、乒乓、游泳、击剑等7个项目的330多名青少年运动员参加了此次测试。本次部分选材测试工作由市青训中心、市体科所选派专家团队40多人，专程来奉组织部分项目科学选材测试，内容包括坐高、指距、胸围、肩宽、下肢长、跟腱长、踝围、皮脂厚度等形态测试，以及尿蛋白、血色素、肺活量等测试。

奉贤区体育局相关负责人介绍：“此次测试旨在通过测试和大数据分析把有天赋的运动员纳入选材视野，为优秀运动员的选拔、输送提供科学数据，更好地促进选材和育才工作的紧密结合。”