



本届全国学生运动会的金牌

本版图片/袁征

训练——体教融合有精髓

学生运动员兼具学生与运动员两个身份,用教练们的话来说,只有会学习的学生才有会比赛的头脑,学业学习与体育训练相辅相成,两者在体教融合的实践与探索中,逐步形成了1+1>2的合力。

这届全国学生运动会中,武术项目整体取得的成绩超出预期——拿到了7块金牌,足足比上一届多了5块。谈及训练理念,大学组教练康萌这样说:“我们的理念就是训练、教育两不误,比方说学生在训练的过程中,遇到了一些难题,这个时候就要把一些教育的理念加入进去,也就是告诉他们你为什么要选择这个项目,这个项目接下来能给你带来什么?你能从训练当中得到什么突破。”康萌一直给孩子们强调,要“学武兼修”。

在康萌看来,武术这项运动,拿金牌只是目标的一部分,崇尚武德才是其精髓所在,“我们更重视武德的培养,虽然目标是争金夺银,为学校做出一份自己的贡献,但是我认为是更要培养他们的内在功力,以武术来辅助他们的中医学习。这样他们比起普通人来说可能会有更深的感悟。”

羽毛球场上虎虎生威的混双冠军秦博奥,本科毕业于同济大学经管学院,专业成绩排名全班前5%,也获得过2019年全国大学生运动

锦标赛混双亚军等荣誉。“每次训练,运动强度都很大。在锻炼心肺的同时,学业压力也得到了释放。”她说,“我会抓紧每一分钟,该学就学,该练就练,因为我要求自己两头都不能耽误。”

获得了大学组乒乓球女单金牌的魏闻声,是华东理工大学的乒乓球运动员。她曾被学校评为2020年度“大学生年度人物”,当时,评语词是这样写的:“入校后,她身兼大学生+运动员双重身份,认真学习,积极参与各项活动,最终顺利地通过了所有考试并获取保送研究生资格。”魏闻声对此表示:“有的人觉得,又学习又打球,耽误时间,但我觉得,这两件事可以相互成就——你在学习上,需要体育的支撑,体育上也需要学习的支撑。学习要像打乒乓球一样,有坚韧不拔的毅力;打乒乓球时,也需要像学习一样,有冷静清晰的分析和判断。”正是这股合二为一的精神,支持她笑到了最后。

上海市教委副主任倪闽景认为,充分发挥体育的育人作用,是体教融合实践的方向之一。“体教融合的话,更多是把体育也作为教育很重要的一个部分。”倪闽景表示,在这方面,上海将继续推进体育课程改革,把学生体育素养的发展融入进体育课堂。



中学组男排比赛中上海队奋力拼搏

组队——合力拧成一股绳

上海代表团参加了本届学生运动会全部大项的比赛,虽然这些项目都由一到两所学校牵头做为组队单位,但代表团的最终成绩是所有组成学校共同努力的结果。比赛期间,部分省市队伍的队服就是组队学校的校服,而上海各支队伍的队服上,除了上海两个字,已不见学校的校名,大家早已是朝夕相处、共同训练的好队友,所有人都只有一个名字,那就是上海队。

这其中当然有上海作为直辖市的优势,上海市教委体卫艺科处处长陈华介绍说,上海地域面积小,集中训练有条件,能够吸纳来自各个学校的优秀学生运动员共同组队。

最明显的例子就是大学男子足

球队。这支队伍汇聚了沪上六所高校的大学生运动员,尽管按照各省市预赛阶段的成绩被列为最低的三档球队,却在前两场比赛中不畏强手,连战连胜。

“大学男子足球队这次能够进入全国四强,站到领奖台上,对我们来讲也是一次突破,”陈华说,“集体项目采取联合组队方式,难度其实相当大,考验着组织能力、管理方式、训练水平等。”不仅是足球,包括游泳、羽毛球、武术都是由多校学生组队,其中,游泳接力项、羽毛球双打组合等,选手均来自于不同学校。但在赛场上,他们充分展示了上海大学生精诚团结、众志成城的精神风貌。

晨报特级首席记者 吴飞
袁征 乔一萌

7月17日,第十四届全国学生运动会圆满落幕。上海代表团中学组、大学组运动员经过十天的拼搏,以71金44银28铜的骄人战绩,历史性的登顶金牌榜、奖牌榜、总分榜三榜之首,创造了上海队在全国学生运动会中的最好成绩。

“这是一个超过了赛前预估,有些意外的好成绩。”上海市教委副主任倪闽景兴奋地说,71块金牌是一届赛事的总结,是一段征程的结束,更是上海学校体育迈上更高台阶的起跑线。

第十四届全国学生运动会圆满落幕,上海代表团历史性登顶金牌、奖牌、总分三榜之首

71金,『意外的好成绩』不意外



中学组男排取得三连冠后,主教练钱粮刚与队员欢呼庆祝。

拼搏——品味成长的道理

青岛的游泳赛场上,来自晋元中学的游泳小将顾康弘在做着准备活动。顾康弘在赛前两天右手手腕扭伤,直到比赛前一天晚上,右手手腕还贴着伤筋膏药。他的教练一直担心顾康弘伤情加重,影响比赛。然而在走上起点的那一刻,放手一搏的兴奋感战胜了伤痛。碧波之中,顾康弘勇夺男子中学组50米蛙泳第一名,为上海代表团摘得本届全国学生运动会首枚金牌。

在武术的赛场上,大学组的焦雯玥也勇夺女子刀术冠军。“这是她拼出来的,”康萌教练说,“武术教会他们的,永远都要迎难而上,直面人生!”焦雯玥说:“每当我想要放弃武术的时候,就想起它曾给我带来的很多益处。未来虽然我想做一名医生,但我也会把武术传承下去,永不言弃。”

中学男排的组队单位是上海市

市北中学,组队时间短,队员年龄小,手里这批年轻人能否顶得住,是主教练周琦颇为担心的。

本次运动会的决赛中,上海队首局开局就给了江苏队一个下马威,接连两局都是以一路领先的姿态取得胜利。第三局中,江苏队率先发力,比分上紧紧压制上海队。小将们逐渐有些绷不住,输了一局。

周琦说,现在的小球员和自己当年打球时完全不同,个性极强,在场上遇到状况就容易随性,将赛前布置的战术全抛到脑后,按着自己的脾气来打。第四局开打前,周琦向队员们强调了战术的重要性,敢打敢拼的同时,不能忘记团队协作。果然,在江苏队强劲的势头面前,小将们顶住了压力,没有给对手手机会,战胜对手并获得了上海中学男排在全国学生运动会上的三连冠。



学生运动会篮球比赛大学女子组上海队对青海队比赛中

展望——未来可期有保障

两年后的2023年,学生运动会、青少年运动会两者合并,全新的运动盛会就将在广西举行。

上海市教委体卫艺科处处长陈华认为,终点亦是起点,上海在本届学生运动会上形成的良好经验和创新做法,将在下一个运动会准备周期中得到进一步深化。

“在整个的训练过程当中,特别是赛前的集训,我们很关注运动员的健康情况和训练的统筹安排,”陈华告诉记者,“从训练跟集训开始,就有专业的健康团队保障,这里要特别感谢华山医院鼎力支持。”

“在青岛的比赛期间,除了运动员教练员之外,就数我们随队的队医最辛苦。因为场地比较分散,赛事的安排密集度又很高,队医穿梭于各个场馆之间,通过针灸按摩,科学的用药和指导,为运动员的高水平参赛,提供了非常好的保障。”陈华说。大学组健美操教练周燕表示,赛前有位名叫杨明泽的运动员手腕受伤,还好之后有队医来帮忙处理,才将杨明泽的状态调整好,最终,他所在的队伍,获得了五人操的金牌。

“确实没有想到比赛前一天会出现这些问题,但我们依托助力,在

一两天内把这个问题解决掉了。夺奖牌真的是不容易,取得这个成绩,靠的是大家齐心协力。”周燕说道。

参加任何一届比赛,最大的保障都“功夫在诗外”。上海市教委副主任倪闽景表示,要实现运动员梯队建设良性循环,运动项目保持水平,学校体育一定要坚持体教融合大方向。“现在一般的学校里面都会设7-8项的体育运动项目,然后在每个学校都会有1-2项实力较强的项目,只有把整个学校高水平训练的基础做大,优秀的学生运动员才会更多,普通孩子也能享受到体育带来的乐趣。”

倪闽景用教育部提出的六个字——“学会,勤练,常赛”,来强调学校体育发展目标,实现学校体育项目班班有比赛,校校有比赛,通过比赛来拉动师生们的参与热情,进而提高体育课的质量。此外,上海将继续推动体育场馆向在校学生开放,推动体育教师素质提升。“高质量的教师队伍和教练队伍,高质量的设施设备和场馆,高质量的赛事和训练,高质量的体育运动效果和体验,这就是上海接下来学校体育改革的一个大方向。”