

享受运动乐趣 激情释放活力

——2024年“奔跑吧·少年”全国青少年阳光体育大会亮点多多

本报记者 顾 宁

“没想到可以在江边垒球场比赛，感觉非常好，发挥得都比平时好了。”来自青海代表团的王毅轩说，“这个比赛场地太棒了，设施非常完善。”

日前，2024年“奔跑吧·少年”全国青少年阳光体育大会在江西南昌闭幕，为期五天的比赛时间里，2000余名运动员参与了13个体育项目体验。本次大会选择了在青少年中广受欢迎、普及度高的13个体育项目，分为小学组(10—12岁)和初中组(13—15岁)两个组别，小学组设足球、篮球、全能小达人、武术、垒球、轮滑、跳绳等7个项目，初中组设足球、篮球、排球、田径、攀岩、啦啦操等6个项目。

大会注重体验感

注重体验感是本次全国青少年阳光体育大会的一大特色。王毅轩参加的垒球项目就是一项体验感很强的运动，包括王牌投手、投球大师、精准打击、接传高手、打击高手



■图片报道

522名少年角逐 青少年篮球联赛

本报讯 安踏U联赛总决赛日前在北京首钢园一高炉南广场落幕。经过为期6天、合计200场比赛的激烈角逐，U8组冠军由江苏麦克星动力队获得，U10组冠军由广州DL队加冕，U12组冠军是广东壹加壹队，U14组冠军由长沙六中夺得。本次比赛共有来自23个省区市的522名球员参赛，分为四个组别(U8、U10、U12、U14)展开角逐。

据了解，安踏U联赛整合自全国U14青少年篮球联赛及安踏小篮球联赛，其中全国U14青少年篮球联赛由中国篮球协会、中国中学生体育协会主办。

为进一步将安踏U联赛打造成更全面、更系统的青少年篮球赛事，未来五年，赛事体系将进行系统规划和全面升级：首先，将增设省级赛事，推动联赛全国化，解决中国小篮球没有全国赛、全国U14青少年篮球联赛没有基层赛的痛点。其次，将联赛细分为U8、U10、U12、U14四个组别，确保各年龄段运动员有参与比赛的机会，完善青少年篮球赛事竞赛体系和治理结构。同时，还将在未来三年形成安踏小篮球+安踏U系列+精英训练营的上升链路。

未来，安踏U联赛将从每年9月持续举办到次年9月。其中，每年9月到次年5月举办市级比赛和省级比赛；次年7月至8月，在湖南、四川、山东、上海四个大区举办全国大区赛；次年8月底举办全国总决赛，次年9月举办全国精英训练营，在每个赛季脱颖而出的优秀选手将被邀请参加全国精英训练营，其中包括球星训练营。通过这一系列改革升级举措，联赛未来每年将覆盖20至25个省区市、230个城市、1300支球队。

(林 剑)

等丰富多彩的内容。与软式棒垒球比赛相比，这些技能体验挑战赛更具趣味性，各队运动员都跃跃欲试，充满期待。“在这次五个体验项目里我最喜欢王牌投手，因为投球可以让我的臂力和精准度达到更高水平。”王毅轩表示，通过这次阳光体育大会的项目体验他收获了珍贵的友谊。“大会让我有机会去认识一些朋友，在赛场上、在面对面的场景下去取长补短。”

本次全国阳光体育大会垒球项目汇聚了全国14支代表队，除了体验项目，大会期间还组织了两场软式棒垒球表演赛，由各省区市运动员代表组成全明星蓝队和

全明星红队，分别与南昌八一队和南昌英雄队展开对决。

赛场上，运动员们展现了快速投球、精准击球和积极跑垒等一系列精湛技术，全力以赴，沉浸在垒球运动的乐趣之中。赛场外，主办方还设立了互动体验区，青少年们可以在现场登记并领取垒球体验通关卡，参与各种体验活动。

阳光体育大会是一场青少年的体育盛会，淡化名次、突出趣味是它最具魅力的地方。大会赛场遍布在南昌市各大场馆，南昌市随处可见阳光少年的运动身影，为全国青少年搭建了一个展示自我、挑战极限的广阔舞台。大会的体验项目在规程设置上以普及为主，兼顾提高，突出青少年的特点，重在参与、重在体验、重在交流，旨在传播运动健康理念，树立阳光向上榜样，鼓励广大青少年在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。

除了垒球，还有很多项目也不同于以往的比赛方式，将比拼内容设计得更加符合青少年的喜爱，注重趣味性和体验感。比如在南昌八一体育馆举行的篮球项目，吸引了来自全国各地的45支代表队共184名运动员参加体验。据了解，此次篮球体验和其他赛事不同，不再进行对抗赛，而是进行基础难度较高的技巧赛。技巧赛分为小学组技巧挑战赛、初中组技巧挑战赛(定点投篮)两个类别。“这两个不同的类别是根据青少年年龄特征和身体发育的条件而设置的，对于初中的孩子，我们希望他

们在篮球专项技能上有更好的提高，而对于小学生来说，我们更想让他们增加对篮球的兴趣和理解。”篮球体验项目裁判长史红亮表示。

活动更有趣味性

在南昌融创茂商业中心，一场别开生面的轮滑比赛进行得如火如荼。在音乐的律动下，青少年们以单脚的方式快速绕过20个相隔80厘米的圆柱柱。

“这次大会的轮滑体验项目叫‘趣味速度过桩’，与正式比赛相比，它的要求和难度较低，我们允许参加体验的运动员以任何自己擅长的方式过桩。”轮滑项目裁判长徐辛华介绍，之所以用这种方式开展轮滑体验项目，是希望更多的青少年能够选择自己喜欢的体育项目，参与体育锻炼，强身健体。

赛场上，青少年运动员们积极展现着自己的实力，也充分享受着运动的乐趣。“这次来参加阳光体育大会，我觉得没有输赢的压力，交流是我最大的乐趣。”今年11岁的徐熙晴说。徐熙晴来自南昌任我溜轮滑俱乐部，这是她第一次参加全国性的体育展示活动，她非常开心阳光体育大会能够来到她的家乡。“在家门口就可以和全国各地的青少年们进行交流，我很兴奋。他们中很多都参加过全国大赛，甚至还有全国冠军，能跟他

们同场竞技我觉得收获很大。”

在南昌市豫章中学红角洲校区的体育馆火热进行的武术体验项目，分为单人项目和双人展演项目。现场，伴随着音乐，运动员们一招一式尽显英气。“我们希望通过武术体验项目，让青少年感受中国传统文化的魅力，懂得武术礼仪礼节，培养青少年勇敢顽强拼搏的品质。”武术体验项目裁判长刘磊说，参加武术体验项目的青少年水平非常高，希望他们以赛代练，在未来的教学训练中提高竞技水平。

在体验活动结束后，许多青少年运动员都意犹未尽，聚在一起热烈讨论。“练习武术后，我的身体更强壮了，也不容易生病。”来自河南的青少年运动员周航宇说，这次能有机会到南昌和其他地方的朋友一起交流，让他看到了自己的不足，以后将在训练中继续努力，尽力弥补。

“我们是第一次参加这种全国性的体育体验活动。因为不设金银铜牌，我们的目的就是让孩子多看看其他地区的水平，取长补短。”澳门武术队教练布晓琳说。



主办方供图

多元发力 “家门口”办学

湖北破解优秀运动队义务教育保障难题

本报记者 顾 宁

在地图上导航“武汉市光谷第十七小学奥体分校”，就会来到湖北省奥体中心办公楼。这所2019年9月开办的分校，就“藏”在这座办公楼里。湖北省奥体中心、湖北省体育职业学院片区内有9个省运动项目中心，小学阶段义务教育适龄运动员有百余人，这里的学生，不管是二年级的还是六年级的，都有另一个身份：优秀少儿运动员。孩子们每天上午在学校上文化课，下午到临近的场馆训练，这是湖北体教深度融合的成果。

作为光谷十七小的分校，奥体分校由光谷十七小的副校长兼任校长，并常驻学校负责教学管理工作。文化教学按照公办学要求，全部纳入教育部门管理，由光谷十七小统一派驻老师、统一注册学籍、统一教学管理。

为了保证学生训练、学习两不误，学校多元发力，打造学训并重的办学模式。

奥体分校实行周一至周五上午学习文化课、下午正常训练的教学模式，部分项目还开展晚间辅导答疑，解决了平时学习与日常训练的矛盾和冲突。同时，针对运动员外出训练和比赛多的特点，采用在线教学或录播课等手段，为运动员创造自学条件；对不能按时参加考试的运动员，安排其返校后补考，保证学习过程完整并督促运动员及时查漏补缺。在解决好长训运动员学训矛盾的同时，针对集训队员流动性大的情况，奥体分校给予半年的学籍管理观察期，在此期间允许运动员户籍分离，在奥体分校借读，解决了集训队员文化学习难保障的问题，为成规模、多层次挑选运动员创造了关键性条件。在保障师资力量、学籍管理等软件建设的同时，注重学

校硬件建设，购置了新款智能化黑板，配备了标准化的学生课桌椅，张贴了各种励志标语和温馨提示，营造了温暖、积极的学习氛围。

此外，奥体分校还实施标准一致的教学管理，在课程设置上坚持规范化，学校按照教育部门关于义务教育课程设置的规定，开足语文、数学、英语三科，同步开设了道德与法治、音乐、美术、心理健康、班队会和阅读等课程，让奥体分校学生与其他社会学校学生一样，无差别学习。同时实现教学管理一体化。奥体分校对照光谷十七小本部的要求，制定了比较完善的教学管理制度。在教师管理上，奥体分校教师的备课、听评等环节与本部教师要求一致，考试结束后，也会同样组织各科教师进行质量分析，改进教学质量。在学习管理上，学校制定了标准统一的运动员学生作业规范，让学生养成良好的行为习惯和学习习惯。在日常管理上，奥体分校与本部统一安排教师在寒暑假参加专题培训，提高教学水平。

经过近五年的实践与探索，武汉市光谷第十七小学奥体分校运动员的学习成绩明显提升。共有近800名运动员先后在奥体分校就读，大部分学生毕业考试成绩达到社会小学中等水平，部分学生毕业考试成绩达到优秀水平，多名学生获得“优秀毕业生”称号。

在保证学习质量的同时，运动员的训练质效也在不断提高。通过在“家门口”联合办学，学校解决了驻地走读耗时过长的问题，保证了运动员的训练时间，提升了训练效率；解决了自主办学质量不高的问题，卸下了运动员学习成绩不优的思想包袱，提升了训练效率。孙雅楠、张佳桦等同学在第一届学生(青年)运动会上获得体操团体冠军。同时，后备人才的选拔渠道也得到拓宽。通过在“家门口”联合办学，兼顾了学习与训练，化解了学习矛盾，解除了家长们的后顾之忧，更多的家庭愿意把孩子送到项目中心进行专业训练，运动员的吸引力更强，后备人才的选拔范围更宽。