中国体育报

CHINA SPORTS DAILY

国家体育总局政府网 http://www.sport.gov.cn

新体育网 http://www.new-sports.cn

关注中国体育报微博 了解更多体育资讯

扫码订阅中国体育报

2025年1月

22

星期三

国家体育总局主管

中国体育报业总社有限公司主办

中国体育报出版

今日八版

国内统一连续出版物号：CN 11-0082

邮发代号：1-47

第14591期

米兰冬奥会前重要练兵

短道速滑队全力以赴备战亚冬会

本报记者 李晓洁

“这次比赛在东北，真正的家门口，我们的训练氛围和状态非常积极。在大家的支持下，我希望我们都能取得好成绩。”中国短道速滑队运动员范可新说。1月21日，记者在国家体育总局冬运中心冰坛训练馆见到了正在这里备战亚冬会的中国短道速滑队。采访前，队员们刚刚结束了上冰训练和体能训练，范可新介绍，当天主要进行了接力、配合、超越等技术训练。

在结束世巡赛四站比赛后，队伍有了一段较长时间的调整和训练。中国短道速滑队主教练张晶表示，接力项目依旧是中国队训练的重点，个人单项也会着重加强，“虽然短距离有一定优势，但在参加队伍较少的情况下，可能在半决赛和决赛出现同一支队伍有多名选手的情况。还有中长距离项目，我们在领滑和超越等方面有相应的重点训练。”

亚洲范围内，中国队主要竞争对手有韩国、日本、哈萨克斯坦，没有了欧美强手，亚洲对手依然强劲。短道速滑是韩国传统优势项目，哈萨克斯坦在近几年也发展迅速，上赛季短道速滑世锦赛，林孝埈夺得男子500米金牌，银牌就被哈萨克斯坦选手收入囊中。

经过本赛季前半程国际比赛的锻炼，孙龙在短距离、中长距离、接力项目都有金牌或奖牌收获，他说他看到了其他国家和地区选手的水平和进步，同时也对四站世巡赛进行梳理和总结。亚冬会短道速滑比赛将在黑龙江省冰上训练中心进行，孙龙曾在这里拿到职业生涯第一个全国比赛冠军，之后便进入国家队。“希望在家门口的比赛发挥出水平，争取每一个机会，为中国体育代表团作出贡献。”孙龙说。李文龙也表示，亚冬会有压力也有动力，“我们在训练中会预想可能出现的问题，以及怎么解决，到比赛中尽量避免。每个队伍都非常强，赛时比的就是哪个队伍失误更少，赢的几率就会更大。”

女队方面，在世巡赛北京站受伤的王晔无法参加亚冬会，张晶表示，通过青年组的国内国际比赛，以及平时的训练表现，队伍已经选出三名选手与主力队伍一同训练磨合。“杨婧茹在冬青奥会和青年世界杯拿过金牌，吕婉钰在青年世界杯也获得过500米和1000米金牌，还有短距离选手宋佳蕊，她们都是2005年或2006年出生的年轻选手。”张晶介绍说，从目前训练情况看，三人的训练水平、运动技能与大队员较为接近。

公俐表示，参加综合性运动会拿到金牌会升国旗奏国歌，希望能在家门口的比赛中展现自己的实力，同时也会带着王晔的力量一起去拼。亚冬会是亚洲范围内重要的综合性赛事，中国短道速滑队领队刘辰宇表示，队伍将在赛场上进一步弘扬中华体育精神，展现大国形象，彰显新时代运动员的精神风貌。

新兴热土承载绿茵梦想

苏州市太湖足球运动中心获奖背后

高质量发展调研行

马艺欧 黄江惟

“王校长好！”

记者刚跟随苏州市体育运动学校校长王建军踏入苏州市太湖足球运动中心的足球场地，一声声清脆的问候就传了过来。这些声音来自苏州市U12的女足队员们，她们正在李俊教练的带领下热火朝天训练着。在夕阳的映衬下，绿茵场上她们小小的身影显得分外有活力。

2019年，在苏州市体育局和苏州太湖国家旅游度假区管委会通力合作下，苏州市太湖足球运动中心应运而生。毗邻太湖畔的苏州市太湖足球运动中心拥有得天独厚的生态环境和顶级的设施设备，还有一批负责任的教练以及先进的足球青训理念，很快受到青少年运动员及家长的青睐。同时，在苏州市人民政府和苏州市体育局高度重视和大力支持下，近年来，太湖足球运动中心为男女足国家队，足协杯赛，东京奥运会女足附加赛预选赛以及2020年和2021年中超联赛等一系列重要赛事与集训搭建了坚实的后盾。

基于此，在2024年亚足联女足大会上，苏州市太湖足球运动中心获得2024年亚足联青训学院（女子）奖，这也是首个获得亚足联年度青训学院（女子）奖的中国女足青训单位。

两年共建 效果显著

2022年9月，苏州市成为“十四五”期间第二批全国足球发展重点城市，2022年10月苏州市人民政府与中国足球协会签订十年共建协议，共同建设由中国足球协会主导，地方政府支持的后备人才培养项目，旨在培养具备国际竞争力的高水平足球人才。

两年间，太湖足球运动中心完成多次女足精英球员训练营、共建集训、海外拉练及女足青训教练员专项培训工作，完成了技术团队、保障团队的组建及多个年龄段后备人才基地梯队常态化训练。2024年9月，亚足联专家组来到苏州就中国足协申请加入亚足联精英青训计划进行考察。听取了中国足协关于后备人才基地建设项目的整体目标、愿景和未来的发展方案，同时实地了解了太湖足球运动中心正在开展的各类球员培养和教练员发展项目。依据现场考察情况，亚足联最终决定将2024年度青训学院（女子）的奖项授予苏州基地，苏州基地成为首个获得亚足联年度青训学院（女子）奖的中国女足青训单位。

近年来，太湖足球运动中心不仅关注自身发展，还坚持为国家体育战略服务，积极投身于中西部地区足球帮扶计划，通过技术交流、人才培训等方式助力中西部地区足球水平提升，为中西部地区的孩子们带去足球的快乐和希望。同时，苏州市的女足队伍为国家队输送了大批球员，目前在海外踢球的李梦雯等球员，都是苏州女足培养的球员。

经过数年耕耘，苏州市现已建立18支男女足球梯队。在过去5年的时间，太湖足球运动中心举办了一期又一期青少年足球训练营，为国家队输送了一批批精英球员。同时还会定期举办高水平教练员培训班和裁判员培训课程，坚持培养高素质足球人才。2024年全国青少年足球锦标赛，苏州在女子U14组获得冠军，中国足协青少年足球锦标赛（重点城市组），苏州女子U14队同样取得冠军，中国足协青少年足球锦标赛（重点城市组），苏州女子U13队也斩获了冠军。

踢球育人 全面发展

“要想踢好球，先要做好人。”太湖足球运动中心始终致力于通过足球教育，培养全面发展的青少年足球运动员。在太湖足球运动中心，足球不单单是一项体育运动，更是从上到下把足球的育人功能完全发挥出来。

太湖足球运动中心在国内创新设立了教育管理发展岗，专门负责青少年足球运动员的文化课学习。除此之外，太湖足球运动中心在训练之余还为球员们安排了丰富多彩的讲座，沟通能力、心理建设等方方面面的讲座提升了球员们的综合能力和素质。

谈到为何如此重视球员们的文化教育，王建军向记者动情地说道：“我那时候在苏州体工队踢球，上下午训练比赛，16岁就拿工资了，然后就不上学了。退役之后我选择去读书，还去学校“充了电”，感觉到自己的文化知识还是比较弱。所以我现在重点抓几门功课，第一个是基础文化课程，第二个是历史，第三个就是外语，我们要培养具有国际竞争力的队员和教练员。”

苏州有着2500多年的建城历史，所以王建军也非常看重球员们的历史素养。

他介绍道：“像我们经常有交流、外出比赛的机会，而这正是宣传我们国家、家乡的契机。所以我们每次出访之前，一定要让历史老师、文化老师来帮助球员。当然，平时我们也会请历史老师来给球员们上一些课程。”

太湖足球运动中心正是从这些方面对球员们去教育，去培养，使得球员们无论是在学习上还是踢球上都能有所收获，再加上太湖足球运动中心教练员认真负责的态度，他们真正做到了从青少年运动员角度出发，去为他们着想，去为他们担当。

扎根基层 无私奉献

太湖足球运动中心的青训教练像星星一样，用足球点亮小球员的心。苏州市女足U12主教练李俊就是其中的代表，记者见到李俊时，她正在寒风中观看U12女队的分组对抗训练。

出生于1995年的李俊以前也是王建军的学生，曾获得全运会冠军。退役后，李俊回到苏州成为一名小学体育老师。出于对绿茵场的热爱和执着，李俊周一到周三要从事学校的教育工作，周三晚上到周日在太湖足球运动中心带青训的小球员们，没有一天的休息时间，但她从来没有抱怨过。事实上，太湖足球运动中心的基层青训教练员们的薪酬水平并不丰厚，他们更多是怀揣着对足球的深厚情怀和使命感，投入到推动中国足球事业的发展之中。

小球员们来到太湖足球运动中心训练，教练们就像他们的爸爸妈妈一样，他们每天在一起生活，教练的言行举止和各方面都在影响着球员。苏州市女足青训总监宋晓丽本身也是专业足球运动员，她退役之后直接来到太湖足球运动中心成为一名基层青训教练。她说：“青训教练虽然在基层，但身上责任感很强，对于这些小球员，他们未来的足球生涯，不管为人、学习意识或踢球的思路，基层教练员给他们定的方向是很重要的。

作为首个落地实施的女足青少年高水平后备人才基地，太湖足球运动中心在打造精英青训球员发展样本的同时，发挥先进示范作用，传递先进育人理念，带动全国多个重点城市开展相关工作，共同为中国女足的后备人才培养沉淀基层力量、城市力量，共同培育中国青少年足球的发展土壤。

低调的苏州人表示，这个奖项是对苏州足球过去两年工作的肯定，也是我们下一阶段的全新起点，希望能够坚持、坚定地走在这条路上。

步步为营不曾懈，久久为功育人才。在苏州这片足球新兴热土上，无数关于绿茵场的动人故事正在发生。苏州市为了推动中国足球运动发展，不断加强足球运动项目普及和竞技后备人才培养，高质量打造足球项目后备人才培育高地，深度贯彻苏州市足球改革发展重点城市建设目标，推动苏州足球青训事业蓬勃发展，也为苏州足球事业乃至中国足球事业的腾飞打下良好的基础。苏州市太湖足球运动中心始终铭记中国足球发展之志，肩负振兴中国足球的使命，在这条艰辛且充满挑战的路上，持续发光发热。

每天都有体育课 一日两个大课间

天津打牢中小学体育教学实践基础

张博宸

近日，中共中央、国务院印发《教育强国建设规划纲要（2024—2035年）》（以下简称《纲要》），明确要求“加快补齐体育、美育、劳动教育短板”和“落实健康第一教育理念，中小学生每天综合体育活动时间不低于两小时”。

去年4月，天津市教委印发新修订的《提升中小学生体质健康水平十条措施》中就明确提出“义务教育阶段学校每天开设一节体育课”和“义务教育阶段和高中阶段学校每天上、下午各安排不少于30分钟的大课间体育活动”。一个学期过去，市内中小学各班几乎都实现了每天一节体育课、每日两个大课间。运动时间的增加给学生们增添了更多活力。面对体育课增多、大课间延长、教师工作量增加等新情况，天津市相关部门与大中小学协力进行探索。

天津益中学校2019年曾入选全国青少年校园足球特色学校名单。上学期落实新措施后，负责初中部体育课程教学的庞博表示，学校在去年九月开学前开展过两个大课间的尝试（上午做操、下午跑操），结合新措施带来的变化与《纲要》中的要求，他认为，体育老师保质保量完成课堂教学环节之余，更需留心学生的配合程度、参与意愿、运动表现。“授课数量增多对学生是有利的，学校还有多个体育社团，整体看学生的综合活动时长与参与运动的主观能动性都有增加。”

天津市滨海新区中新天津生态城第一中学在满足上学期天津市对体育课数量、大课间安排的要求下，其体育教研组比对了不同地区的新变化后，与校内的工作实际做出结合。该校体育教师陈怡霖介绍，学生在课间有十分钟的活动时间，但学校将一天内各个课间有可能延长出的五分钟添加到每日上、下午分别进行的两个大课间时长中（一个大课间四十分钟），陈怡霖表示：“新学期伊始就关注到多地出台了关于体育课设置、课间时长等与学生在校体育活动相关的新举措，《纲要》发布后也认真阅读了关于学校体育的部分，将结合学校实际情况努力贯彻落实。”

（下转第二版）

北京什刹海体校：冬练三九 剑指全运

本报记者 冯 蕾

隆冬时节，北京市什刹海体育运动学校的训练场仍是一片热火朝天的场景。运动员们喊声震天、挥汗如雨，抓住冬训关键期，为即将到来的第十五届全国运动会做准备。

什刹海体校校长周建东站在训练场边介绍：“本次冬训是各项目运动员在全运会前最后一次大规模集中训练。我们坚决贯彻执行北京市体育局的要求，全面布局‘633战略’项目，打造‘四优’人才队伍，为全运会预决赛做好充足准备。”

为保障好本次冬训，什刹海体校实行多部门联动，为运动员提供了全面保障。卫生科通过配备专业按摩师和便携性恢复设备，制定并执行个性化康复方案，防止运动员“非战斗性减员”；科研体能科充分利用体校现有一流设备器材为运动员训练比赛提供科学依据；伙食科通过建设运动员智慧餐厅并配备专业高水平营养师，确保营养质量与就餐体验。这些全方位的保障措施，让运动员们能够无后顾之忧投入到冬训中。

训练场上，运动员一丝不苟地完成教练员的要求，为自己的梦想全力以赴。“此次冬训的一大亮点是国青队的加入，运动员在一起训练，大幅提升了训练的技术对抗性。”击剑队主教练仲满说。国青队的运动员们带来了先进的训练理念和技术，与什刹海体校的运动员相互学习、相互促进。“此次冬训是一次全面提升运动员整体能力、缩小与强省之间差距的机会。同时，优秀青年运动员之间的交流也为学校进一步探索构建新型青训体系提供了一些新路径，加强与国青队交流也是其中一部分。”

羽毛球队作为什刹海体校的重点运动队之一，已于2024年12月1日开始冬训。羽毛球队总教练田俊宁介绍：“本次冬训，我们在体能训练方面得到科研体能科的有力指导；在技战术方面，我们邀请了2名印度尼西亚教练进行8周的特定技术与战术培训；在实战方面，专业队运动员每周4至6次为国家一队运动员陪练；同时，每周安排两次早操，提高队员的心肺功能。在学校全面保障下，队员的运动能力得到切实加强。”

拳击运动员孟繁龙和跆拳道运动员宋兆祥作为本次全运会的重点运动员，他们的参训感受颇具代表性。尽管已年满36岁，但对梦想的不懈追求让孟繁龙依旧活跃在赛场上。他表示：“冬训不仅是对体能和技术的锻炼与提升，更是对自己意志品质的锤炼。我希望通过冬训的储备，实现在全运会上夺得冠军的目标。”杭州亚运会跆拳道+80公斤级冠军，同时接连代表祖国和首都取得历史性突破的宋兆祥则说：“本次冬训我最大的收获是体重减重10公斤，身体机能与运动表现逐步恢复提高。我的备战目标是在十五运会上力争完成夺金任务。”

随着冬训的深入进行，什刹海体校的运动员们逐渐展现出更加出色的体能和技术水平。他们的眼神更加坚定、步伐更加稳健、动作更加流畅，这一切成果都离不开他们在冬训期间的辛勤付出。

在第十五届全国运动会上，什刹海体校的运动员们将带着冬训成果和教练员的期望踏上赛场。他们将用实力和风采去展现自己的训练成果，为学校争光、为首都添彩。

新春走基层

告读者 本报1月27日、28日、29日、30日、31日、2月3日、4日休刊。

本报社址：北京体育馆路8号 邮政编码：100061 虚假失实报道举报电话：67144684 广告电话：67144586 发行电话：67112818 电话中继线：67110066 每份零售价1.10元 新华社印务有限责任公司（北京市西城区宣武门西大街97号）