

河南推出“雏鹰教练员”培养项目

启动基层体育人才培养新引擎



主办方供图

本报记者 顾 宁

为深入贯彻落实《河南省人民政府关于加快建设体育强省的实施意见》，全面提升基层教练员队伍专业化水平，河南省体育局于2024年发布文件《河南省体育局关于公布2024年河南省第一批雏鹰教练员的通知》，正式启动“雏鹰教练员”培养工作。

日前，河南省体育局启动冬训计划专项指导，通过“雏鹰教练员”撰写计划、专家线上指导点评的方式，提升教练员掌握科学的冬训计划制订方法。在此次冬训计划专项指导过程中，众多“雏鹰教练员”积极投入，充分结合自身所带项目和运动员特点，精心撰写冬训计划。从基础体能训练到专项技术提升，从心理素质培养到团队

协作磨合，计划内容涵盖了运动员冬训的各个关键环节。不少教练员还根据运动员的年龄、身体状况及过往训练数据，为其制订了个性化训练方案，确保每个运动员都能在冬训中得到最适合自己的训练。

不仅如此，专家们也凭借丰富的经验和专业知识，对教练员提交的计划进行了细致入微的评审和指导。他们不仅指出了计划中存在的问题和不足，如部分训练强度安排不合理、训练方法缺乏创新性等，还针对不同项目的特点，提出了许多建设性意见和建议。例如，对于田径项目，专家建议增加针对爆发力和耐力的专项训练；对于球类项目，强调要注重战术配合和应变能力培养等。

据了解，“雏鹰教练员”培养工作

计划通过四年周期（2024—2027年），重点培养100名基层教练员，着力打造一支“选材精准、训练科学、师德高尚”的领军型教练团队，为省级以上单位输送优质体育后备人才，夯实河南竞技体育高质量发展根基，为体育强省建设注入新动能。

为此，河南省体育局委托武汉体育学院中国青少年体育与体教融合公共政策研究中心，以“跟踪式指导、专项化培训、多维度考核”为核心模式，系统推进培养工作。培养内容涵盖理论授课、实践演练、训练计划指导、科医体能帮扶等多个板块，通过集中面授、分组培训、案例分析、答疑解惑等形式，强化教练员在专项体能训练设计、训练计划制订、运动损伤防治等领域的综合能力。考核采用“成长性指标+刚性指标”双轨制，包括出勤率、理论考试、训练笔记、年度总结及人才输送成果等，并设立年度与四年综合考核、综合评价教练员的成长和发展情况。

自2024年10月培训班启动以来，项目已取得阶段性进展。2024年10月底，河南省体育局牵头组织“雏鹰教练员”进行集中理论授课，智库专家团队围绕“新时代我国教练员执教的目标指向、精英运动员的训练监控与机能恢复、运动与训练中的损伤康复及急救策略、现代体能训练理论与方法”等专题，为“雏鹰教练员”们带来前沿理论知识。2024年11月，又先后分组开展了两期实践能力提升培训，聚焦心

肺复苏术、包扎止血、运动康复训练、专项体能训练等方面，着力提升“雏鹰教练员”应急处理与专项执教能力。学员们普遍认为，培训内容丰富且实用，涵盖了急救技能、运动损伤康复及多种运动项目的体能训练实操等。专家们的授课专业性强，讲解耐心细致，理论与实践相结合的形式让学员们能够更好地理解和掌握知识。培训不仅让他们学到了具体的急救方法、运动康复技术和体能训练手段，还开阔了训练思路，提升了日常训练的科学性和安全性，并增强了在实际教学中应对突发状况的能力，为他们今后的工作提供了有力支持。

“雏鹰教练员”培养工作相关负责人表示，未来将继续优化培训内容与形式，根据教练员的反馈和实际需求，针对性地调整培训内容，提供更贴合实际训练的指导。并将加强对教练员的跟踪培养与考核评估，利用培养档案对其后续发展进行长期跟踪，确保培养质量。同时，河南省体育局还将积极整合优质资源，拓宽培养渠道，为“雏鹰教练员”创造更多学习与成长机会。希望通过系统性、长效化的培养机制，持续为河南省基层体育事业注入活力，为全国竞技体育人才储备贡献河南力量。



主办方供图

本报记者 轧学超

日前，北京航空航天大学“航者疆至”实践队前往新疆昌吉回族自治州吉木萨尔县与北航研究生支教团共同开展了以“体育+科技”为主题的系列活动。

“航者疆至”实践队拥有14名北航学子，其中既包含拥有专业特长的高水平运动员，也汇聚了包括机械、新媒体、医工等领域的青年人才。据团队发起人班继晨介绍，队伍提出“体教融创”发展范式，以“体育+科技”为核心，通过嘉年华、冠军示范课、科普课程及讲座等多元形式，为孩子们带来一场场知识与激情的盛宴。

北航高水平运动员邵宇森、刘轩岐、戴铖昊、卢思陆作为各省市运动冠军，为吉木萨尔的孩子们带来了专业培训。邵宇森分解跳高的助跑腾跃技巧，展现田径力学之美；刘轩岐以排球“垫传扣”为核心，设计趣味对抗；戴铖昊、卢思陆则进行了羽毛球“握拍一挥拍一击球”的阶梯式教学。大家通过技能示范与训练故事分享，传递永不言弃的体育精神，点燃了学生的运动热情。其余队员也带来了包括流体力学实验、视觉日记、空气动力实验、航天飞机图、人工智能、财商课程、天文学等各式各样的科普支教课程，这些课程不仅拓宽了学生们的知识视野，更激发了他们对不同领域的学习兴趣，为他们的未来发展提供了更多可能性。

此外，实践队与北航研究生支教团还联合举办了“跃动未来”运动科技嘉年华，以趣味运动与科技体验践行“五育并举”理念。体育版块中，足球射门、羽毛球发球等项目在冠军运动员指导下点燃竞技热情；科技板块里，VR设备带领孩子们“穿梭”于银河之间；创意市集和绘画区则通过以物换物、自由创作激发财商与艺术潜能。这场融合力与美的校园盛会，悄然播撒下体育精神与科学探索的种子。

北京航空航天大学实践队走进新疆
『体育+科技』助学生健康成长

发掘桥牌文化属性 激活桥牌育人功能

张海定(襄阳市第四十四中学)

在湖北省桥牌协会、襄阳市桥牌协会、襄阳市文体局及樊城区教育局的大力支持下，2012年3月襄阳市第四十四中学成立桥牌社团，成为襄阳市第一所“桥牌进校园”的学校。

在校园中普及推广桥牌运动，应从赛事规则、逻辑学、伦理学、哲学、心理学、桥牌价值观、桥牌运动精神、桥牌道德规范等高度，通过提取桥牌的文化属性，发挥桥牌的育人功能。

利用竞技精神 培养正确价值观

桥牌比赛就是无声的暗战，是用智慧与精气神去拼搏。而拼搏精神有着丰富的内涵，它是由运动员的信念、情感、意志、胆量等心理因素融合并生成的一种内在力量，是支配运动员夺取胜利的一种竞技精神。

在桥牌活动中，为了激励孩子们树立“爱拼、能拼、会拼才能赢”的价值取向，培植他们不断战胜困难、战胜自我的进取精神，襄阳市第四十四中学利用周末时间训练，在每月组织一次实战训练的基础上，每半年再进行一次桥牌团体或双人赛，以提高学生的桥牌实战能力。同时对桥牌社团的学生采用理论与实践相结合、以赛代训的方法，不断提高学生桥牌技能和拼搏精神。桥牌社团每年都要参加全国各级各类的桥牌比赛，通过比赛让学生知道，拼搏是在严守“契约精神”前提下的包容、诚信、守纪律，是与合作者无缝对接后去协力角逐，同时也要培育孩子们善于反思自己、善于友好沟通的良好习惯。

利用启智内涵 培养正确思维习惯

桥牌融合数学计算、逻辑推理、运筹学等元素，要求参与者通过精确的计算和全局规划制定策略，从而锻炼理性思维与决策能力，这种智力训练对青少年学生的认知发展具有显著促进。

牌局中，每一次出牌都要绞尽脑汁去通盘策划，对手的每一张牌都是一个信息源，都必须经过缜密的思考与判断。只有不断审时度势，寻找头绪，把不可能的出法排除，把可能的出法按逻辑关系排列，才能找

到正确的着手。正是在这样不断发现问题、解决问题的过程中，在高度紧张的角逐中，学生的大脑得到充分锻炼，数学思维与计算能力得到有效提升，也使孩子们养成了爱动脑筋、勤于思考的好习惯。

襄阳市第四十四中学桥牌队对队员有一个基本要求，就是不能因打牌而影响学习。获得全国双人赛冠军的付越晶、胥万奇、张斯诺、郭知含等队员，学习桥牌后成绩都有较大幅度的提升，在年级名列前茅。学校第一批桥牌队队员被清华大学、中国人民大学、中南大学等全国知名高校录取。

利用育人品质 培养健全人格

桥牌比赛需要四个人密切配合，强调的是团队协作精神。这个过程就是一个培养情商、整体发展的过程。比如队里有一位队员，机灵、领悟力强，但也有一个致命缺点——总觉得自己水平高，喜欢抢庄。2015年，队伍在大连参加全国中学生桥牌锦标赛时，有一副牌按正常叫法，同伴坐庄很容易完成，他却把庄抢了过去，结果没完成定约。这副牌输了很多，队伍排名一下从12名掉到20多名。队友们的抱怨、责怪也纷至沓来，他的情绪也十分低落，觉得连累了大家。在赛后总结会上，教练利用这个机会让队员们明白了个人和集体的关系，只有相互信任、相互鼓励，才能取得胜利。

在学校课程中普及桥牌运动，可以帮助学生提升专注力、团队协作能力及抗压能力，同时培养青少年的逻辑思维与社交技能。桥牌课程注重理论与实践结合，竞技与育人并重的教学模式可以让学生学会尊重规则、沟通合作，并在胜负中培养韧性。桥牌运动是一项既健身又育心的体育运动项目，融竞技、娱乐、社交为一体，同时崇尚公平、公正、公开的体育精神，将对年轻一代起到很好的潜移默化作用。

襄阳市第四十四中学通过十多年的探索与实践，从2016年春季开始，桥牌正式进入襄阳市第四十四中学的小学4—6年级课堂，成为襄阳市第四十四中学的校本课程，同时学校成立桥牌课题研究小组。桥牌及桥牌文化组成了四十四中学的特色教育，学校将进一步探索桥牌与传统文化的融合路径，深化其在青少年核心素养培养中的作用。

图片报道



受访者供图

内蒙古鄂尔多斯持续推进“百万青少年上冰雪”

让冰雪运动扎根草原

顾 宁 吕 京

双膝微曲、重心压低，滑雪杖在雪地上轻轻一点，整个人便如离弦之箭般窜了出去……在内蒙古鄂尔多斯市九城宫滑雪场上，许多参加青少年滑雪冬令营的少年们在教练的指导下认真练习，2025年鄂尔多斯青少年滑雪冬令营正在这里举行。

据了解，冬令营的报名通道在2月13日开启后名额“秒空”，其火热程度也反映出全市青少年参与冰雪运动的热情，这正是数年来鄂尔多斯市积极响应国家体育总局“带动三亿人参与冰雪运动”号召、大力推广普及冰雪运动的成果。

地处内蒙古高原的鄂尔多斯市冬季漫长，冰雪资源丰富。然而在以前，冰雪运动对于大多数青少年来说，却是一项陌生而遥远的运动。2013年，鄂尔多斯市启动了“百万青少年上冰雪”活动，开启了冰雪运动普及与发展的新篇章。初期，鄂尔多斯市政府通过资金补贴的方式支持本地滑雪场，降低滑雪门槛，吸引更多青少年参与。这一举措迅速

点燃了青少年的热情。滑雪场上，孩子们从“蹒跚学步”到滑行自如，冰雪运动逐渐成为他们生活中不可或缺的一部分。每年寒假期间，鄂尔多斯市教育体育局都会面向全市青少年举办免费的滑雪冬令营。截至目前，共1500多名青少年从中受益。十余年来，随着活动的深入开展，越来越多的学校、家庭和社会力量加入其中。全市累计吸引150万人次参与“百万青少年上冰雪”活动，冰雪运动在鄂尔多斯市扎下了坚实的根基。

同时，鄂尔多斯市还通过“冰雪+文旅”“冰雪运动进校园”等多种渠道宣传推广，营造了浓厚的冰雪文化氛围。在鄂尔多斯市伊金霍洛旗，当地从2021年起，依托属地内冰雪场地资源，每年集中开展“冰雪运动进校园”系列活动，截至目前已有中小學生1.8万人次走上冰、雪场学习滑冰、滑雪。

伊金霍洛旗实验学校四年级六班的学生魏博晨是今年青少年滑雪冬令营的一员。结束训练后，他开心地告诉记者：“以前我在电视上看到北京冬奥会的运动员们在雪场上自由地翻转、跳跃，非常羡慕，没想

过自己也有机会可以尝试和学习，更没想到有一天学校竟然会把我们的体育课‘搬’到滑雪场，我也能学滑雪了。”他说，“刚开始套上雪板，我根本无法前进。后来在教练的耐心指导下，我反复练习，在不断地摔倒和爬起后，终于能滑行了。虽然离掌握更高级的动作还有些距离，但我已经小有成就感了，明年我还想上这样的体育课！”

主办方相关负责人表示，“百万青少年上冰雪”活动的持续开展，不仅为鄂尔多斯市培养了一批冰雪运动爱好者，也为国家冰雪运动的发展储备了人才。许多参与活动的青少年在自治区级、国家级甚至国际大赛中崭露头角，成为鄂尔多斯市冰雪运动的骄傲。未来，鄂尔多斯市还将继续以“百万青少年上冰雪”活动为抓手，进一步扩大冰雪运动的覆盖范围，提升活动质量，推动冰雪运动与旅游、文化等产业的深度融合，给青少年打造更加广阔的冰雪舞台。