

“小高地”托举大梦想

——广西竞技体育人才培养的破局之道

张 昕

巴黎奥运会上，广西北海市体育运动学校输送的曹利国摘得男子古典式摔跤60公斤级比赛银牌，追平中国男子摔跤奥运会历史最好成绩，也是广西时隔16年再次赢得的奥运奖牌；南宁市体育运动学校输送的刘德助在2024年世界田联钻石联赛（厦门站）800米比赛中以1分45秒66的成绩，打破了尘封十年的男子800米项目全国纪录……2024年，广西竞技体育取得16年来最好成绩，共在世界大赛夺得17枚金牌，亚洲大赛赢得2枚金牌，全国比赛斩获92枚金牌。

这背后，正是广西壮族自治区体育局自2022年起实施的“重点项目后备人才小高地”战略的生动实践。通过聚焦特色项目、优势项目、拳头项目，重构培养体系，集中力量打造13个重点优势项目，持续培育一批有基础、有成绩、有优势的体校（学校）为重点项目后备人才“小高地”，为广西竞技体育的可持续发展奠定基础。

以“小高地”破解体校困局

广西实施《竞技体育重点项目后备人才小高地工作方案》，坚持以输送人才和运动成绩为导向，完善培养体系，健全培养机制，打造“快出人才、出好人才”的良好环境。将体操、举重、摔跤、田径等传统优势项目作为突破口，加大资金投入，从2022年开始，1560万元专项资金精准注入，强化考核评估，实行“能进能出”管理机制，对达不到要求和标准的停止资金补助，促进基层训练体系升级。

过去训练凭经验，现在靠数据说话，各“小高地”标配体能康复室、训练监控系统等。在柳州市体校，引进体操专项智能运动视频及数据反馈系统，对运动员技术动作进行分析，引进高水平科医人员建立体能康复室，加强对运动队和运动员的科研医疗保障。在桂林体校，新添的数字化体能监测系统实时显示运动员状态。

各人才“小高地”教练员参加全国体校教练员培训班、全区基层体校教练班等达160人次，实现教练员培训全覆盖。每年各人才“小高地”教练员带队到广西体校、广西优秀运动队跟队学习训练，参与全国大赛的备战观摩等，进一步提升了“小高地”教练员执教能力和业训水平。

“硬件更新+教练队伍建设+科学训练”的全新塑造，全区基层体校焕发新生，两年内向广西运动队输送运动员247名，较此前同比增长两倍。

从攀岩课到万人选材库

南宁马山县共建成人工岩壁3003.7平方米，实现所有的11个乡镇攀岩学校建设全覆盖。23所中小学每周的攀岩课已成必修，1.8万名学生中涌现出138名重点培养苗子。“体教融合不是口号，我们要让每个孩子都有机会触碰体育梦想。”马山县教育局负责人指着校园岩壁介绍道。

从校园到竞技场的培养路径，正是广西扩大选材面的缩影。通过建立98个基层选材点，构建体

校一学校一俱乐部联建、共建机制，广西彻底打破传统选材壁垒。先后聘请国际定线员谢卫成、国家级裁判员李云侠组建教练团队执教，引进专业教练16人。输送运动员参加全国比赛获得第一名6个。其中，获第一届全国学生（青年）运动会攀岩比赛第一名3个，获全国锦标赛、攀岩联赛第一名3个。参加全区青少年比赛获得第一名24个。

目前，5个项目人才“小高地”在训人数3218人，比2022年增加997人，较方案实施前增长超40%。其中，体操项目在训人数达561人、举重630人、摔跤707人，整个广西几乎布满“选材池”。

8158人次参赛背后的选拔机制

赛事体系是项目发展的重要杠杆。广西围绕重点项目，通过构建“锦标赛+冠军赛+等级赛+联赛”，进一步完善赛事供给，形成青少年人才选拔良性机制，广西竞技体育的“毛细血管”被彻底激活。

2022年以来，每年举办重点项目年度锦标赛、举重、摔跤、田径项目增加年度冠军赛，体操项目增加幼儿基本体操锦标赛及体操等级比赛，田径、攀岩项目每年还举办多站U系列青少年联赛。各项目参赛人数逐年增加，2024年5大项目参赛人数达8158人次，较上年激增49%，真正实现“以赛促练、以赛选才”。

专家团队赴基层开展送教送训及选材。

赛事门槛的降低带来不小变化，如南宁市体育运动学校开展体教融合共建训练网点，覆盖幼儿数量400人，并从中挑选50人长期开展训练，曾在全区比赛中取得团体操两个一等奖，业余选手首登体操等级赛领奖台。“我们要让每个有天赋的孩子都能找到舞台。”广西自治区体育局青少处负责人表示，开放型赛事体系已催生不少“草根冠军”。

在文化浸润中培育土壤

榜样的力量是无穷的。广西积极开展体操项目进校园、进俱乐部、进社区、进乡村、进单位、进商圈等“六进”活动，打造体育文化生态，线上线下参与人数达72万多人。“亚洲女飞人”韦永丽，摔跤奥运会亚军曹利国，举重世界冠军韦胤廷、蒋惠花等优秀运动员进校园、进社区，分享成长经历，讲述项目基础知识，激励青少年奋发向上、顽强拼搏。

广西竞技体育“灵、小、短、水、新”等项目训练的理念深入人心。柳州体操俱乐部报名人数同比有所增长，南宁体校新生中一半以上都表示受到冠军故事激励。体育从少数人的专业变成多数人的梦想，这种转变将重构广西竞技体育的人口基座。

广西的探索在体教融合中夯实塔基，在科学训练中提升质量，在赛事供给中激活生态，在文化浸润中培育土壤。随着“小高地”的持续推进，广西竞技体育的可持续发展之路，或为中国体育改革提供宝贵的地方样本。



链接

“小高地”数据

体操项目

南宁市体育运动学校
柳州市体育运动学校
桂林市体操学校
梧州市青少年体育运动学校
共建选材点40个，注册人数561人，向广西体育运动学校和广西专业运动队输送优秀运动员88人。

举重项目

南宁市体育运动学校（南宁吴数德举重学校）
桂林市体育运动学校
贺州市体育运动学校
共建选材点8个，注册人数630人，向广西体育运动学校和广西专业运动队输送优秀运动员48人。

摔跤项目

北海市体育运动学校
贺州市体育运动学校
共建选材点10个，注册人数707人，向广西体育运动学校和广西专业运动队输送优秀运动员59人。

田径项目

南宁市体育运动学校
桂林市体育运动学校
百色市体育运动发展中心
共建选材点40个，注册人数1182人，向广西体育运动学校和广西专业运动队输送优秀运动员52人。

攀岩项目

马山县古零镇初级中学
注册人数132人。马山县攀岩项目作为国家体育总局、广西壮族自治区体育局、南宁市体育局、马山县人民政府共建项目，成立了国少队。专业在训青少年（尖刀班）111人。
2022年以来，体操项目获世界三大赛金牌2枚，亚洲大赛金牌8枚，全国大赛金牌7枚；举重项目获世界三大赛金牌13枚，亚洲大赛金牌9枚，全国大赛金牌59枚；摔跤项目获奥运会银牌，全国大赛金牌42枚；田径项目获亚洲大赛金牌3枚，全国大赛金牌13枚；攀岩项目获全国青少年比赛金牌3枚。



攀岩国少集训队在马山县开展训练。



桂林市体操项目“选星计划”比赛