

体教融合 圆梦奥运

探寻南粤运动健儿培养之路

策划/龚丹枫 统筹/陈晓璇
文/羊城晚报记者 朱嘉乐 许敏 陈辉
实习生 谢嘉祺 钟佳禾 通讯员 王侃 洪爽

人物1

梁伟铿



梁伟铿在广州训练时与教练徐伟文合影 受访者供图

不服输、韧劲强

北京时间8月4日晚,在巴黎奥运会羽毛球男子双打决赛中,中国组合梁伟铿/王昶首次参加奥运会便一举夺得银牌。正如梁伟铿的启蒙教练徐伟文在赛前所说:“铿仔骨子里就非常热爱羽毛球,不服输、韧劲强。他比赛时放下包袱、放开手脚去打,肯定是有机会的!”

五岁接触羽毛球
不被看好的“小胖墩”
有着惊人爆发力

2000年出生的梁伟铿,家住广州市白云区。他的父亲梁家锐是一名羽毛球爱好者,放学后经常带梁伟铿到羽毛球馆。久而久之,梁伟铿和羽毛球有了接触,梁家锐发现儿子在羽毛球方面挺有天分。梁伟铿五岁半时,父亲将他送到广州体育馆青少年业余体校羽毛球班,徐伟文成为了他的启蒙教练。“当时的铿仔又矮又肥,我内心比较犹豫。但是他的父母非常支持,这是能坚持从事这一行的重要因素,我就接收了他。”徐伟文向记者回忆道,两周之后,不到6岁的梁伟铿让徐伟文眼前一亮,“他跑步速度比大他一两岁的学生还快,特点非常明显,爆发力非常强,协调性比较好。”

在徐伟文眼里,铿仔骨子里有着对羽毛球的热爱,还有一股不服输的劲。“有时候因为铿仔在学校成绩不好,他爸爸就会吓唬他说,‘不好好读书就不要去体育馆练羽毛球了’,他立马乖乖读书,努力提升考试成绩。”徐伟文说,在来训练的学生里,铿仔每次都是最早到最晚走,训练结束后,他爸爸还会留在场地陪他继续练。

人物3 冯紫琪

在巴黎奥运会女子自由式摔跤50公斤级比赛中,中国选手冯紫琪在逆境中翻盘,从复活赛的边缘,一步步赢得铜牌,眼角的血痕书写着她的勇气和力量。

这位出生于1995年的姑娘,从广州走向世界擂台,首次在奥运会展示个人实力,为祖国赢得荣誉。而在冯紫琪奋斗过的广州体育馆,如今同样有一批批孩子在炎炎夏日坚持训练,摔了也不怕疼不怕累,期待有一天自己能参加比赛,为国争光。

启蒙教练:练好基本功 制定走训培养方案

自2007年起,冯紫琪进入广州市体育馆开始接触摔跤,被摔跤教练叶凤彩发掘并重点培养。

“冯紫琪对成为职业运动员的目标明确,而摔跤这项运动对身体素质的培养是全方位综合的,学生要有兴趣也要有基础。”叶凤彩是冯紫琪的启蒙教练,在广州体育馆负责柔道摔跤项目基础培养和体育人才选拔。

当时为了更好地提高冯紫琪的专业技术水平,除了提高身体素质,叶凤彩以走训形式,让她利用周末、假期去广州体育职业学院摔跤班跟着教练廖凯进行训练。

2019年7月,冯紫琪成为广东省女子摔跤队的正式运动员。2022年2月进入国家摔跤队训练至今,夺得世界摔跤国际积分赛冠军、世锦赛季军、亚锦赛亚军,为中国摔跤队获得第一张巴黎奥运会入场券。

在2024年巴黎奥运会上,中国体育代表团共获得40枚金牌,创造了在境外奥运会参赛最好成绩。其中,广东运动员共获得8金4银4铜,突破历史,金牌贡献率位居全国各省市第一。从童年时期的体育锻炼到如今征战奥运,运动员的培养之路有哪些特别之处?或许答案,就藏在南粤健儿成长过程中的点点滴滴。近年来,广东省教育系统深入贯彻落实国家《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》,树牢“健康第一”教育理念,坚持“五育并举”,与体育系统同向发力。以广州为例,《广州市深化体教融合促进青少年健康发展实施方案》提出,到2025年,全市中小学学生体质健康优良率达55%以上,青少年竞技体育水平保持全省领先地位,青少年体育素养、身心健康水平普遍提升。以梁伟铿、钟嘉琪、冯紫琪为代表,他们早期均在兴趣班或业余体校得到启蒙,并通过个性化训练方案,充分发挥运动员的优势。体教融合的培养模式,让运动员在成长过程中,平衡体育技能与文化素养的提升,为运动员的全面发展奠定基础。“体教融合”培养模式下有着哪些广东经验?记者从三位广州籍运动员和一位裁判员的历程展开,探索体教融合之路背后的故事。

家庭教育至关重要
教练扬长避短注重品格培养

徐伟文向记者介绍,儿时的梁伟铿的打球优势是弹跳力、爆发力强,而柔韧性相对较弱。针对他的特点,徐伟文为他制定了个性化的训练方案。

徐伟文凭借着经验和一双慧眼,培养了大批包括梁伟铿在内的优秀羽毛球苗子。徐伟文认为,“好苗子”能否坚持下去,父母的支持非常关键。在家庭教育中,梁伟铿的父母分工明确,妈妈李妙和负责铿仔的生活起居和文化课学习,爸爸梁家锐负责接送铿仔上学训练。在广州体育馆训练期间,因为铿仔年龄小接受能力比较差,爸爸就一直陪在旁边观看训练情况,当时还专门买了一部摄像机用来记录他每一次的训练。

为了提高学习成绩,父母还给梁伟铿找了家庭教师来补课。“文化学习和体育训练都比较平衡,认真读书和好好打球从来都不冲突。”在李妙看来,培养孩子的兴趣爱好时,体育是其中一个必选项,在这个过程中家长要付出很多努力,高质量的陪伴和关注至关重要。

暑假期间,
广州体育馆摔跤
训练火热
许敏 摄

扫码可看专访视频



运动发展:呼吁更多力量关注 培养潜在苗子

“我练了一个学期了,摔疼了就爬起来再摔!”“我的目标就是能当一名运动员,可以为国争光。”酷暑八月,来自中小学年龄段的学生们在这里训练柔道、摔跤。一遍遍倒地、爬起、再摔,衣服被汗水打湿,还有人磨破了脚,但孩子们仍在坚持。

如今,越来越多孩子和家长了解并学习摔跤这项运动。谈及未来发展,叶凤彩也呼吁更多社会力量关注。“目前体校主要靠教练到比赛学校招生,同时依靠家长之间口碑传播,推荐孩子到体育馆。”她表示,中小学生处在培养摔跤运动员最关键的年龄时期,而目前摔跤项目在培养学员中容易出现断层的情况。希望有更多中小学将摔跤项目大力推广,开放更多招生通道,为孩子提供挖掘个人潜能的机会。



8月8日,冯紫琪在巴黎冠军公园留影 新华社发

人物4 白慕炜

执裁,为国争光的荣耀时刻!

扫码可看专访视频

在2024年巴黎奥运会上,中国花样游泳队以惊艳全场的表现赢得了集体项目冠军,也是中国花样游泳队的首枚奥运会金牌。而在这个荣耀的背后,有一位特殊的人物——白慕炜,她不仅是广东药科大学的教师,更是一位拥有国际A级裁判和国际技术控制员双执裁资格的裁判员。她的故事,是体育与教育融合的典范。

教育的传承:是职责也是荣耀

白慕炜的体育之路始于6岁,她在河北省保定市游泳馆开始了花样游泳的业余训练,13岁时以省运会800米自由泳金牌证明了自己的天赋。2001年,她考入广州体育学院攻读硕士研究生,受到导师吴河海教授的指导,深入研究花样游泳。2006年,她被借调至北京,担任中国花样游泳队的翻译和教练助理,见证了中国花样游泳队在北京奥运会上的辉煌。

白慕炜的裁判生涯从国际G级裁判起步,经过不懈努力,晋升为国际A级裁判,并成为我国花样游泳项目唯一一名具有国际A级裁判和国际技术控制员双执裁资格的裁判员。她的每一次执裁,都是对花样游泳规则的精准把握,每一次判决,都是对运动精神的深刻诠释。

教育的实践:校园中的引路人

人物2 钟嘉琪

中国女曲『冰山雪莲』绽放巴黎
这位广州姑娘说:在战场上跑起来不痛



杭州亚运会夺冠后,钟嘉琪(右)与教练范淑芳(左)合影 受访者供图

妈妈周建花关心她的脚会不会痛时,这

名25岁的广州姑娘坚定地说:“在战场上跑起来不痛!”回忆起女儿的伤病,周建花满脸心疼,“嘉琪17岁那一年,有一次受伤很严重,她发来的照片里脚上裹着纱布,我跟她说如果太累了也可以不练的,她说她很喜欢,要坚持练下去。”

科学选材、梯队培养,让阳光体育走进校园

进入从化青少年业余体校后,钟嘉琪刻苦训练,2010年,钟嘉琪进入广州天河体育中心管理的广州市女子曲棍球队;2012年2月,进入广东省女子曲棍球队;2012年4月,进入国家少年女子曲棍球队;2015年,进入国家女子青年曲棍球队;2016年,进入国家女子曲棍球队。

以“市队办区”“市队校办”为抓手,广州市曲棍球队选材以各区开展曲棍球项目的学校作为首选,还会从各区区队田径等项目中挑选好苗子。队伍与从化第四中学、从化区体育教育发展中心、白云区龙归学校合作,以体教融合促发展、育人才。目前在训队员80人,向省队输送42人,向国家队输送6人,向国少队输送10人。

“培养这些孩子,目标是向省里和国家输送。今年,市队保送4人进入体育学院,7人自考入读体育学院。至今已经保送30人、自考20人到体育学院。”随着体育进校园,越来越多学生和家长愿意投身运动,在阳光下健康成长——这是执教二十多年来,范淑芳感触最深的一点。

出征巴黎奥运会之前,

钟嘉琪的脚部受伤,每

场比赛和训练都

是带伤作

战,当

白慕炜在指导学校游泳队训练 陈明谦 摄

在广东药科大学,白慕炜不仅是教师,更是游泳队和水球队的教练。她深知体育训练的价值,不仅在于强健体魄,更在于塑造坚韧不拔的精神。她鼓励学生们参与体育训练,体验竞技体育的激情与挑战,培养面对生活的勇气与决心。每年新生入学军训时,白慕炜老师就“先下手为强”,印制游泳队的宣传单,发动老队员在新生中派发,或者用海报、条幅的形式招募新生。

学校游泳池自2018年进入维保阶段,游泳队、水球队在比赛前就要到校外租借场地来进行赛前的练习。学校给予两支队伍很大的支持,提供经费保障队员们有足够的训练次数。

两支队伍在大学生比赛中都取得不错的成绩,在连续4届的广东省大学生运动会上,游泳队都为广东药科大学夺得首金;水球队成立不久后就在去年的广东省大学生运动会上取得男子组第2名、女子组第3名的优异成绩,并在今年的第六届全国大学生水球锦标赛上获得铜牌和第五名。

白慕炜用自己的经历告诉学子们,无论是在国际赛场上执裁,还是在校园里执教,每一份努力,都是在为国争光,每一次尝试,都是在超越自我。她鼓励每一位学子,不仅要学习专业知识,更要投身体育运动,从中体验成长与快乐。只要努力,每个人都会拥有自己的“冠军”人生。

跨越国界,传递友谊与梦想:

巴黎奥运会中的中国留学生志愿者

文/羊城晚报记者 孙唯 实习生 王铠呈
图/受访者提供

在刚刚闭幕的巴黎奥运会中,各国运动员们以“更高,更快,更强,更团结”的奥运精神,在赛场上超越自我,为观众们带来视觉盛宴。与此同时,还有一批特殊的参与者——奥运会的志愿者们。他们以热情、专业和奉献精神,为奥运会保驾护航。其中,一批中国留学生参与到志愿者工作中,为这场国际体育盛事增添了一抹中国红,也赢得了国际社会的高度评价和认可。他们用自己的行动诠释了奥林匹克精神,同时也展现了中国青年的国际形象和积极面貌。

郭伊珞:

成为奥运会志愿者是我的人生清单之一



郭伊珞是一名在比利时留学的研究生,同时,她是负责媒体运营的巴黎奥运会志愿者。“我一直都挺喜欢看运动比赛,成为一名奥运会志愿者,是我的人生清单上的一项。”北京奥运会的时候年纪尚小,东京奥运会时由于距离较远,郭伊珞没有报

名。到了今年巴黎奥运会,对她而言可謂“天时地利人和”。“我在比利时读书,离巴黎还蛮近的;我会说法语,所以就报名了。分配给我的岗位是媒体运营,正好跟我的专业挂钩。”

郭伊珞本次志愿者工作的主要内容是服务媒体、后台记者。“对我来说,这一次担任奥运会志愿者的经历是很难忘的。在接受一系列培训之后,我学会如何与各个国家不同的媒体打交道,并能够了解大型赛事、国际比赛的后台媒体是如何运作的。这些都是很宝贵的经验。”

由于是在后台工作,郭伊珞不能在现场观赛,但在后台媒体区听见现场观众们的欢呼时,她也能感受到这种“延迟”的喜悦。身为一名中国留学生志愿者,郭伊珞在服务奥运会的同时,也向世界传达出中国的声音。“在和不同媒体、不同志愿者交流时,其实也是一个文化交流的过程,大家代表着自己的国家,能够加深对方对本国文化的了解。”

陈泓杰:

志愿者本身便是文化交流的使者



在法国里昂第一大学留学的陈泓杰,今年也参加了巴黎奥运会的志愿者工作,他被分配在乒乓球场馆内,“我的工作主要是服务观众,在场馆内引导观众们寻找自己的座位,进行人员分流,和安保组、票务组、医疗组等的工作人员配合。”对陈泓杰而言,“上岗”第一天是他比较难忘的:正好是乒乓球混双决赛的那一天!“我在场馆内见证了混双决赛的全过程,那天的观众席上,有很大一部分是中国观众。最后中国队获胜,赛场上升起国旗奏起国歌的时候,作为见证者,感动得很难用言语表达。”

陈泓杰认为,志愿者本身便是文化交流的使者。“在进行志愿服务的过程中,我能认识到来自五湖四海的志愿者朋友。他们也会在工作之余学习几句中文,在现场和观众交流的时候可以用上。我们的志愿者中心还有乒乓球桌,大家闲下来的时候会一起打乒乓球。”在教其他地区的志愿者们讲中文、打乒乓球、分享中国故事时,陈泓杰以高度的文化自信向世界传递中国故事。

潘泳宇:

参与到奥运会的工作中更有意义



潘泳宇就读于法国索邦大学,她之所以报名参加奥运会志愿者,是因为“比起仅仅是做一名观众,我认为能够参与到奥运会的工作中,了解国际赛事的幕后运作,实际上是更有意思的。”

在培训过程中,潘泳宇了解到如何帮助残障人士时,她的印象最为深刻。“比如说我们可以租轮椅,然后通过残障人士通道帮他们到达观众席。还有更多的残障人士,我们难以用肉眼直接判断出来,培训的时候也有针对这一方面,教我们志愿者如何与他们更礼貌地交流。”

潘泳宇的主要工作地点是凡尔赛宫,负责马术与现代五项的观众服务工作,主要包括检票、引导观众到达指定的座位以及在服务台提供咨询服务。在这里,三种工作内容主要采取轮换制,每个人都会被轮到这三个工作。“我们工作的宗旨是快乐工作,每天轮岗,大家就能进行不同的工作,这样十多天工作下来不会觉得无聊。”

吴竺琼:

志愿者象征着服务精神与和平精神



吴竺琼是法国SKEMA(知识经济与管理学院)商学院的研究生,出于对奥运会的热爱以及对志愿服务的热情,她报名成为奥运会志愿者,在体验不同文化的同时,贡献出作为中国人的一份力量。其间,吴竺琼主要是在网球场协助观众。

“大家都在遵循着奥林匹克的运动精神,很多外国的观众不仅为本国的运动员们加油,还会肯定我们中国的运动员们。我认为这也是向世界展示我们中国面貌的一个机会。”在工作的同时,吴竺琼一路见证着中国网球运动员们在赛场上的优异表现,“中国队每一个赢球的瞬间我都在看,看着他们一路杀进决赛,真的很不容易。”

当穿上奥运会志愿者工作服的时候,吴竺琼深刻体会到作为志愿者的参与感与责任感。“这是我第一次参加奥运会的志愿者工作。”这一份特别的经历为吴竺琼的留学生涯增添浓墨重彩的一笔。“我认为志愿者象征着服务精神与和平精神,展现了热情、专业、细致的精神风貌。我们不仅在服务中展现中国礼仪和友好的态度,也积极参与到跨文化的互动之中,展现高水平的素质和国际形象。”