

师生齐上阵,这支校队9人入选“湘超”

科教新报全媒体记者 曾玺凡 通讯员 黄云霞 徐一哲 史明玄

第五轮对阵湘西,学生队员黄文迪禁区内冷静施射扩大比分;对阵娄底比赛中,教练兼守门员王峰琦上演的“神奇三连扑”……日前,湖南省足球联赛(“湘超”)激战正酣,常德队以不俗战绩暂列积分榜第三名,而队中9名来自常德市德善学校的师生,更是全力拼搏表现不俗,在校园里点燃了足球运动的热潮。

这支闪耀职业赛场的师生队伍,源于学校2019年注册成立的“湖南名超足球队”。目前球队拥有34名球员,除春节外,每天清晨6点或傍晚7点,校内4块足球场上总能看到他们挥汗如雨的身影。夏日顶着高温练习传控,寒冬踏着晨露锤炼体能,队员尹艺霖坦言:“起初跑3000米都吃力,是教练陪着跑、喊着加油,才咬牙坚持下来。”

球队的成长离不开专业的教练团队。主教练郭壮、守门员教练王峰琦均为前职业球员,分别持有亚足联A级、B级教练员证;胡习龙持C级证书负责初中组训练。在这支“硬核”团队的带领下,球队战绩斐然:2021年获常德市校园足球总决赛初中男子组冠军,2022年摘得湖南省足球锦标赛初中男子组季军。更令人振奋的是,学生卢琦政于2023年4月



训练中的德善学子

入选U14中国国家少年集训队,目前已有1人获国家一级运动员称号、4人获二级运动员称号,4名队员成功输送至中超职业梯队。

“最骄傲的不是奖杯,是孩子们越来越能拼、越来越能吃苦。”王峰琦话语中充满自豪。2019年告别22年职业球员生涯来到德善学校后,他将培养职业运动员作为目标,对每个队员的特点了如指掌:“队长皮东盛组织沟通能力强,黄文迪擅长突破射门,尹艺霖精于边路突破……”除了技战术训练,他更注重育人,针对不同队员制定个性化方案,高强度训练后带领大家做恢复拉伸,耐心疏导队员情绪。

对这些学生球员而言,平衡学业与训练是必须面对的课题。每天清晨,当其他同学还在梦乡时,他们已开始训练;傍晚放学后还要投入新一轮训练。为此,学校专门安排老师为队员补习功课,根据赛程调整课程安排,食堂不仅制定营养食谱,还会为训练晚归的队员留好热乎饭菜。正如学校负责人所说:“校园足球的核心是‘育人’,既要培养队员的运动技能,更要保证他们的学业质量。”

如今,德善学校的足球场总是充满生机:教练带着队员打磨战术时,场边总围着跃跃欲试的低年级学生,“教练,我也想踢”的喊声此起彼伏。

体育周刊

体教一线

阳光把嘉禾七中田径场的沙坑镀上一层金,我拎着秒表站在起跳区旁,看八年级的孩子们你推我搡地凑过来。今天要教的是跳远,一个关于“助跑、踏跳、腾空、落地”的技术活,可在我眼里,它更像一场和自己的对话。

小宇是班里的“体育困难户”,平时跑步都蔫蔫的,这会儿更是缩在队伍最后。我走过去时,他正用脚尖抠着跑道的塑胶粒,小声嘟囔:“老师,我肯定跳不远……”我没说话,只是蹲下身,在沙坑里用树枝画了条线:“你看,这是‘勇敢线’,今天我们不跳多远,就试试能不能跨过它。”

助跑的口哨吹响时,大部分孩子都像小雀儿似地往前冲,唯独小宇步子迈得又小又碎。第一回踏跳,他干脆停在了起跳线前,惹得旁边同学低笑。我拍拍他的肩:“来,跟我做个游戏,想象你前面有块巧克力,你得跑快些才能吃到它。”我带着他反复练助跑节奏,从五步到七步,看他慢慢找到“蹬地发力”的感觉。

轮到他第二次尝试时,我故意在“勇敢线”前放了个彩色标志盘。他深吸一口气,跑起来的步子明显扎实了不少,踏跳时膝盖一弯,竟然真的跳过了标志盘。落地时他一屁股坐在沙里,愣了两秒,突然跳起来喊:“老师,我做到了。”那声音里的惊喜,比沙坑里的沙子还满。

后来的分组练习,我让孩子们两两一组,给对方设计“个性化目标线”。有人挑战“摸到沙坑边的白杨树叶子”,有人非要“超过自己的鞋码数”。看着他们在跑道上反复奔跑、调整、再冲刺,我忽然觉得,这哪是教技术啊,分明是教他们如何在一次次试错里找到自信,在同伴的喝彩中懂得坚持。

下课前,小宇跑到我面前,把攥了一路的沙粒摊开:“老师,这里面有我的‘勇敢颗粒’。”我笑着摸了摸他的头,心里满是暖意。

飞跃“勇敢线”
嘉禾县第七中学 陈茜

教体资讯

两冠一亚!长沙学子三破全国纪录

近日,2025年全国青少年游泳U系列赛总决赛在杭州落幕,来自长沙市怡海中学游泳队的胡芊翥同学在比赛中夺得两金一银,刷新赛会纪录,并获得“女子U13-U14年龄组积分MVP”。

“从小学到初中,一直都是白天上课、放学后训练,一场训练量在4000至5000米,周末训练量会多点。”胡芊翥说。在作文《在坚持中绽放》里,她写道:“我相信,只要坚持‘一生做好一件事’的信念,就一定能游向梦想的彼岸。”

在怡海中学游泳队主教练龚茜眼中,胡芊翥是“小小一只,敢想敢拼”的存在。龚茜见证了她六年如一日的坚持:“这妹子是真能吃苦,大年三十也雷打不动出现在游泳馆。”这份苦练让她的成绩已超过国内健将标准10秒,离国际健将标准仅差2秒。

怡海中学游泳队成立于2018年,已斩获国家级赛事金牌30余枚、省级赛事金牌近100枚。

来源:掌上长沙

动感瞬间

全员跃动,绳舞飞扬



近日,娄底市第三完全小学举行2025年全员运动会,跳绳比赛作为运动会的第二篇章火热登场。全校108个班级全员参与,将“人人皆运动员”的理念落到实处。

黄艳 供图

宁远一中崇德学校:
公益捐赠点燃校园足球热情

本报讯(通讯员 许志辉) 10月23日上午,宁远一中崇德学校暖意涌动,“湘超”永州队队员专程入校开展足球装备公益捐赠活动,为校园足球发展注入新动能。

仪式核心环节,球队代表

将崭新的球衣、足球、护具郑重捐赠给学生,承载对校园足球的期许,师生代表与队员合影定格爱心瞬间。此次活动不仅补充了学校足球物资,更搭建起专业体育与校园体育交流的桥梁。