

杭州天元公学： 建十级梯队，尽早“嗅到”孩子的天赋

本报记者 郭乐天

近日，央视《足球之夜》栏目将聚焦杭州，天元公学作为杭州校园足球的优秀代表之一出现在镜头中。天元公学办学至今仅有五年时间，究竟是凭借什么，让这座学校在校园足球领域脱颖而出？

培养足球后备人才，是一个长期的过程。天元公学的独特之处，在于打造“兴趣班、预备班、重点班”的递进式培养模式，由于学校实行十五年长学制，因此按年龄段组建“十级梯队”，通过流动淘汰补充机制，从技术、战术、身体、心理四个维度循序渐进地培养人才。

天元公学足球专职教师李思博介绍，学校依据不同年龄段和学员水平，从幼儿园到高中制定了分阶段培养目标。“幼儿园阶段以趣味引导为主，着重培养基础运动技能；小学阶段聚焦足球专项技能的系统筑基；初中阶段强化战术素养与体能训练；高中阶段深化专项技能，全面提升综合能力。”学校通过系统化的梯队建设、差异化的精准培养策略以及贯通式课程体系的构建，力争实现足球人才的全学段衔接与全面发展，确保每一个有潜力的学生都能在适合自己的环境中不断进步。

“6+2+X”特色课程体系，是天元公学的一大亮点，课程具体包括棋（智力运动）、琴（音乐）、书、画、外文（戏剧）、数学（信息编程）+足球、游

泳+其他领域，对于在某一方面有天赋且致力于专业发展的学生，建立发现、培养、输送天赋少年的体制机制。此外，天元公学还拥有三片经国际足联认证的可举办国际Ⅰ级赛事的标准化足球场，这样的场地条件放眼全省也属罕见。

桑叶是天元公学一名五年级的学生。在一年级的時候，天元公学组织了一场特别观影活动，让足球这颗种子在她心中悄悄生根发芽。当时放映的影片叫《破门》，讲述了四川山区一所小学从组建足球队到经历地震，再到震后恢复的故事。足球帮助球队的大多数人获得了“新生”，电影所展现的运动员对于足球的热爱让桑叶深受触动。

从此之后，桑叶开始踊跃参加学校组织的各类趣味足球活动，进入学校小学部校队后，她在球场上的表现越发出色。值得一提的是，每年天元公学都会举办家长足球赛，桑叶爸爸也是家长足球赛“常驻队员”之一。他表示，在体育方面身体力行的教育，有助于对孩子形成更多潜移默化的正面影响。

去年6月，天元公学承办了首届杭州市青少年足球文化节。除了开展足球主题电影展映、足球技能挑战赛、九宫格射门等活动，还为运动员们引入了专业体能测试（FMS功能性运动测试和YBT测试）。在掌握



天元公学小学部足球队参加杭州市余杭区奋进杯青少年校园足球联赛

专业技术技能的同时，通过科学的体能评估，观察运动员身体稳定性、力量与柔韧性、关节灵活性、是否存在疼痛或功能障碍以及功能性代偿等指标，从而预估受试者受到运动损伤的风险，并指导康复治疗或身体运动功能训练的方向，为运动员们赋能。

作为杭州市校园足球青训基地之一，天元公学足球队已在众多比赛中获得佳绩，包括浙江省第十五届中学生校园足球联赛杭州市级比赛初中男子组亚军，余杭区奋进杯第八届青少年校园足球联赛冠军，

余杭区首届小学生足球邀请赛女子乙组亚军等等。

“校园足球可以帮助孩子培养良好的意志品质，养成受益终身的兴趣爱好。”在天元公学总校长马智慧看来，足球人才培养是一项涉及战术、心理、体能等多方因素的系统工程，“拥有足球天赋的孩子往往在速度、灵活性和协调性等方面表现出色，在战术理解、决策能力、空间意识和快速反应等智力层面上也显示优势。”马智慧说，学校要做的，就是尽可能在更早时期“嗅到”孩子在某些领域的天赋。

杭州市景成实验学校：力争成为全国女足的知名学校

本报记者 谢嘉伟

亚运足球梦想学校、浙江省校园足球特色学校、浙江省校园足球基地学校、杭州市校园足球“优秀特色学校”……近年来，位于拱墅区的杭州市景成实验中学的女足队伍成为了杭州足球发展版图上的抹亮色。作为杭州市“市队联办”体育后备人才基地，景成实验学校女足自2018年起便开启传奇征程。从中国青少年足球联赛全国季军到浙江省赛事“大满贯”，这支队伍不断创造“传奇”。

5月29日，当记者走进景成实验学校校园，初中女足队员们正开展日常训练，球员们矫健的身姿、专注的神情，构成了一幅充满活力的青春画面。而在今年3月，在ZSFL浙江省第十六届中小学生校园足球联赛中，这支队伍已成功蝉联冠军，展现了强大的实力和团队精神。

虽然已经过去两个月，获得最佳球员称号的黄紫橙仍旧心潮澎湃。“半决赛时，我们在比赛中先丢一球，但比赛中场上队员的互相鼓励以及场下球员的加油助威，让我们平稳心态放手一搏，最终实现反超。”今年初三的黄紫橙，练习足球已有五年时间，谈及足球对自己的影响，黄紫橙表示，最重要的是收获

了坚持不懈的品质。

目前，景成实验学校女足全队共50位运动员，分布在学校的二至四年级和八至九年级。至今为省足球队输送6名女足队员，备战2025年粤港澳大湾区全国运动会，并有9人以特长生身份考入杭高钱塘学校。学校先后培养了沈诗言等31名国家一级足球运动员，其中孙林琳、黄紫橙三次参加中国U15-16组青少年国家集训队。

谈及学校足球人才培养模式，该校足球教师钱波介绍道，得益于“市队联办”以及学校“九年一贯制”的优势，目前学校通过从足球课，到“足球+”课程，再到校队的三级阶梯，建立了校园足球普及与人才培养两手抓的模式。同时，学校还从球员出发，构建起“学练赛评”一体化培养体系，让这些青少年球员无论以后走职业化道路还是升学道路，都能得到良好的综合性培养。

在校园足球文化建设方面，每年持续一个月的“班班联赛”成为景成实验学校的亮点之一。钱波表示，通过校队队员带领自己班级中爱好足球，以及对足球感兴趣的学生一起参加比赛，让学校每年在“班班联赛”期间形成热烈的足球氛

围。在比赛期间，各班级的学生都会掀起对于比赛战术、人员、技巧的热烈讨论氛围，在这种氛围下，就会吸引和带动更多的学生参与到足球运动之中。随着比赛的进行，就会有一些“明星球员”被塑造出来，通过这种榜样力量的带动，让更多学生感受到足球运动的魅力。

校园足球作为金字塔的“塔基”，成为各方足球人才培养的共识。在钱波看来，发展校园足球，除了场地的建设、家长的支持以及师资队伍扩充，更重要的在于让更多学生成为“足球人口”的一分子。“实际上无论天赋与水平高低，校园中的孩子们都可以参与到足球运动中来，通过更多的青少年足球赛事体系的建立，以及足球活动的举办，让孩子们从小养成看足球、关注足球

的意识，这样从校园建立的‘足球共识’，才能给未来中国足球发展提供更多助力。”

对于学校未来足球人才培养的期待与目标，钱波坦言，将继续以女子足球为着力点，使景成实验学校在全国成为女足知名学校。

