

打造“满天星”足球训练营区域样板体系建设的路径探析

前言

区域足球样板体系的打造是“满天星”校园足球发展的基础。笔者经过三年实践，发展区域足球联盟，构建了联盟三级赛事、俱乐部合作、社区足球三大训练竞赛样板体系，形成区域特色的校园足球发展模式，发挥了区域足球资源的优势，满足了学生的需要，推动校园足球发展。

关键词

满天星足球训练营；区域样板体系；校园足球区域联盟

1 研究缘起

1.1 时代之音：体教融合与足球发展的呼唤

2020年，《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》指出：推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展，促进青少年健康成长、锤炼意志、健全人格，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，该文件的颁布是对我国“体教融合”政策和方针的最高顶层设计。同一时期发布的《全国青少年校园足球八大体系建设行动计划》则旨在巩固和完善校园足球工作制度体系，这一系列相关政策的推行，都在探求铺设更高水平的足球训练之路径。

1.2 原点探寻：校园足球可持续发展的需要

校园足球“满天星”训练营以“聚是一团火，散是满天星”为目标，充分利用学校体育竞赛、课外活动和双休节假日等时间，将区域内学校在足球比赛活动中表现比较突出的学生统一组织起来，创新训练比赛模式。最终推进了校园足球的课余训练，并提升了校园足球的竞技水平，实现区域内校园足球特色学校的建设发展。

1.3 实践探索：训练营发展模式体系的构建

探索打造高水平、高视域的青少年足球比赛和交流平台是校园足球“满天星”训练营的初衷。2019年新增的33所足球“满天星”训练营中，浙江省仅有一所学校入选，因

此可看出浙江省在此方面的建设仍有欠缺，且缺乏具体有效的校园足球发展方案。基于此，笔者通过研究和分析浙江校园“满天星”足球训练营的发展现状和模式，以区域某个板块为试点，推进实践以夯实普及推广、健全教学训练、完善区域竞赛、社区联赛、俱乐部合作、一体化推进、完善舆论宣传为内容的八大推进体系。基于此，笔者以杭州上城区丁兰街道板块小学为研究对象，就打造区域样板体系为目标进行实践和探索。

2 校园足球区域联盟的建构

2.1 辐射普及性

校园足球联盟主要指针对足球技战术、师资教练员培训、赛事组织能力、赛事运作管理等各项资源的统整具有集聚和辐射效应，并对其他非联盟成员学校、非联盟区域也具有横向的辐射效应。校园足球区域联盟致力于校园足球运动在校园内大力的推广和普及，不要求该学校是否为省市区别足球特色学校，不受限于校园足球场地设施、教练员体育教师等师资水平，对中小学校园足球的发展具有整体促进作用。

2.2 高度自治性

丁兰校园足球联盟最大的特点就是属于一个独立的社会团体，且联盟内所有任务都由区内在校体育教师协作完成，

决策权、规划权都赋予了联盟成员学校,体现了高度主体性和自治性。2021年,面对杭州校际联赛中数次中断的情况,丁兰联盟根据学校的实际情况,在做好各项疫情防控措施的前提下,由学校之间自行商量复赛时间,简化了操作流程,提升了联赛效率。

2.3 资源共享性

校园足球区域联盟突破了单个学校的力量来推动自身校园足球发展的瓶颈,充分将区域联盟学校的教练员、足球硬件设施、教研团队、俱乐部等资源进行共享,并通过整体规划、合理配置,使校园足球活动在互动、竞赛、训练、培训等方面达到效益最大化。丁兰校园足球联盟有校队联赛、年级挑战赛和班级联赛三级赛事,各学校根据自身学校规模,自行报名参加。联盟负责统筹学校足球场地,来承办7人制、5人制的比赛和班级联赛。该片区分别有两家俱乐部进驻学校,负责日常对足球教学培训和校队训练。

3 层级一延展一融合:校园足球区域联盟的实施

3.1 层级发展:构建三级赛事

3.1.1 挑选训练营成员

丁兰片区积极开展了对足球“满天星”训练营营员的选拔,对所有被挑选的营员进行体能和技能测试,其中包括基本体能测试(4×5m折返跑、30m跑、弹跳力)、专项体能测试(速度耐力跑、爆发力)。技术测评包括传球、射门、无球跑位、冲刺跑、场上活跃度和绝对耐力6个方面,从6项数据建立满天星训练营队员的数据库,队员在通过考核后才能颁发满天星营员训练通知书。训练营每周训练时间为周一到周五,各所特色足球学校每周训练时间为周一到周五下午4:00至5:30的晚托社团活动。此外,在寒暑假期间,优秀营员将集合起来参加区域训练大本营的训练和比赛。

3.1.2 开展区域联盟三级比赛

积极围绕“满天星”联赛开展校园足球的校内班级联赛、跨校区年级联赛、区域学校冠军赛等赛制。

(一) 校内班级联赛

各校以班级为单位,开展校内班级联赛。比赛采取单循环、双循环或淘汰制,循环赛制。多校区的学校,同年级班级数只有4个或者少于4个的,可以采取单个校区双循环增加比赛场次,让学生有更多的机会参与比赛,形成良好的比赛竞争氛围。为了鼓励失败的班级队伍,每个班至少参加2场比赛,如一个年级8个班级,最后决出1~8名,每个

班级都有名次。

(二) 跨校区年级联赛

丁兰片区学校是上城区规模、体量最大的片区,每所小学至少有2个校区,如丁蕙小学共有4个校区。因此在开展年级联赛中,体育组老师就增加了跨校区年级主客场的双循环赛制。此项赛制一推出,大大提升了校区足球运动的竞争氛围,尤其是占据主场优势的队伍比赛时,整个校区的学生都会站满操场为他们鼓掌喝彩。

(三) 区域联盟冠军赛

区域冠军联赛以校队为单位,组织分甲、乙、丙三个年龄段。比赛前,向所在片区街道申请经费,得到属地支持,扩大影响,力争将该赛事成为当地片区校园足球金名片。区域冠军联赛采取单循环赛制,由各个学校提供比赛场地,承办学校可以采取视频直播的方式,让其他学校学生和看到队员的表现,应确保比赛的高规格、高水准,使得赛训检验的目标得以实现。连续两年多区域联盟赛制的实施,为畅通校园足球人才上升通道奠定了基础。

3.2 区域延展:构建社区训练竞赛体系

利用社区良好社区运动氛围,建立一个良好的联动机制,充分发挥社区第三课堂的作用。

3.2.1 周末训练营

根据社区内学生不同阶段需求,由社区组织学生报名参加训练,学校提供训练场地与足球教练。其中,非全日制训练主要针对U5~U8组别学生,利用学生周末的时间开展1~2次训练,以锻炼学生球性为主。混合制训练主要针对U9~U12组别学生,除了周末训练时间,增加2~3次夜间训练,以增强个人技术、场上配合为主。全日制训练主要针对U13~U16组别的学生,以天为周期,进行时长4小时的训练,主要以对抗为主。训练间隙,可以让球员通过比赛来自我检验,达到增强球技的效果。

3.2.2 夏、冬训练营

由社区牵头组织举办足球夏、冬训练营,选取社区内较为优秀的学生参加本次训练营。学校为社区提供足球场地,由学校足球专项教师担任教练。以强化学生技术、战术配合为主要训练内容。营期共为两期(甲、乙组),一期15天,一天两练。各社区联合组织暑期联赛,对每支队伍的进球数进行登记,通过学生在比赛中的成绩评选出社区联赛“最佳阵容”。

3.2.3 社区精英联赛

各社区联合举行社区精英联赛,学校提供场地、裁判员,

统筹安排比赛时间。社区精英联赛分为小学甲、乙组，性别不限。由社区内宣传和人员选拔，组成社区最强战队，与其他社区进行对抗赛。受疫情影响，参加比赛的队伍只可配备领队一名、教练员两名以及随队人员一名。学校将为比赛提供直播设备，并进行比赛直播与解说，让家长在家也能够感受到激烈和浓厚的足球比赛氛围，间接培养学生良好的体育精神。

3.3 融合助力：构建区域俱乐部合作体系

学校和俱乐部合作形式多样，有普及性社团、精英训练、教练员培训等形式，时间从体育课堂延伸至周末和寒暑假，贯穿全年，让学生不断地处于熏陶和体验之中。

3.3.1 普及性社团教学

参与的学生为各校自然班，一周1~2次，每次60分钟，参与对象为对足球感兴趣学生群体。聘任业余足球俱乐部专业教练，开展周五普及性社团、不同时间段的兴趣班等，利用学后托管、周末、寒暑假等课余时间，开展基础足球技能教学。普及性社团的教练应教会学生掌握基础的足球技能，如运球、传球、射门等，初步形成技战术意识，面对比赛能够更好地发挥自身能力，战出最佳水平。

3.3.2 针对性精英训练

挑选有足球特长的学生组建校足球精英队，聘请俱乐部专业教练对学生进行每日90分钟的日常训练，提升和巩固学生对足球的兴趣和爱好，培养集体主义观念，为各级比赛做储备。此类学生通过每日训练，能够掌握较高的足球技术，并拥有较强的个人技术和团队战术配合的意识。

3.3.3 足球技能擂台赛

以俱乐部牵头，打通学校之间的壁垒。各校选举产生各单项最佳的前10名学生，将足球的运球绕杆、射门、不同距离直线传球等单项技能作为比赛项目，每个项目选出一个擂主，通过打擂台的方式（和擂主比赛运球绕杆时间长短、不同距离直线传球规定时间内进球个数多少），产生每个单项的擂主，给予奖励。通过每个单项技能的比赛，让学生在不同于课堂学习的氛围中感受足球的魅力。

3.3.4 教练员技战术培训

目前已有杭州绿鹰和绿豪两家足球俱乐部进驻丁兰片区学校，两家俱乐部负责日常训练、社团和区内教练员培训。培训方式采取统一与分层、线上和线下、理论与实践相结合的方式。2021年，丁兰片区学校利用原中超职业退役球员，给区域内体育教师进行了技战术培训，并针对足球技术动作和训练技战术进行理论和实践指导。丁蕙小学根据《上城区中小学体育与健康课程实施方案》中的足球单元，开发出与之配套的校本化足球课程，形成从教学到训练足球课程的衔接与贯通。

4 结语

丁兰校园足球区域发展联盟，从由原先的3所学校发展壮大到6所学校12个校区的参与，累计辐射面达5000千余人，在经过三年的实践和探索之后，取得了一定的成效。

4.1 整合了校园足球资源

解决了单个学校发展足球运动的瓶颈，充分利用区域联盟成员学校的场地设施、教练员师资等资源，通过整合资源促使校园足球活动在竞赛、训练、培训等方面实现效益最大化。在丰富足球教学资源的同时，引导学生积极、主动地参与足球运动，注重学生核心素养的培养和学生足球运动能力的提升。丰富校园足球的层次，通过良性竞争，促进满天星训练营学校向区域学校、营地学校、基地学校发展。

4.2 完善了人才培养体系

打造“满天星”训练营区域联盟体系，进一步深化了校园足球的人才培养模式，通过对校园足球赛事运作、教学训练、师资培养、设施资源共享等重要环节的重构，局部形成了满天星训练营人才培养的新模式。这种探索与尝试是对原有的学校单一培养足球人才模式的完善，增强了区域校园足球人才培养体系的系统性，较快地提高了校园足球水平。通过实践，丁兰片区十余名男、女子队员被省市级队伍选中，显示出“满天星”训练营区域体系在足球人才培养和推动校园足球运动中所起的重要作用。

文/方文广，乔福存（浙江师范大学附属丁蕙实验小学，浙江杭州 310021）

基金项目：浙江省教育科学规划2021年度体卫艺课题《体教融合背景下浙江省校园足球“满天星”训练营建设路径探析》（2021STWY012）

作者简介：方文广，男，浙江杭州人，丁蕙实验小学高级教师，研究方向：体育教育教学；乔福存，男，山东聊城人，丁蕙实验小学一级教师，研究方向：体育教学、学生体质与健康。

（下转123页）