

上海市大学生体育协会

上海市中学生体育协会

沪大体协【2018】第 02 号

关于组织学生参加 2018 上海市学生体育项目训练基地 夏令营活动的通知

各区教育局、各相关学校：

根据《上海市教育委员会关于设立上海市学生体育项目训练基地的通知》（沪教委体〔2017〕25 号），为有体育特长和发展潜质的学生提供高水平的训练服务和畅通的成才路径，努力形成与上海现代化教育定位相匹配的学校竞技体育水平，为国家培养竞技体育后备人才奠定基础，并带动校园体育的全面发展。由上海市教委举办的上海市学生体育项目训练基地夏令营活动，将于 6 月 5 日起在上海学生体育网（www.shsports.org.cn）开放报名通道，活动将在东方绿舟进行。活动由上海市校园足球联盟、上海市大学生足球联盟、上海市校园篮球联盟、上海市校园排球联盟、华东理工大学、上海体育学院、上海大学、上海中医药大学、上海师范大学、华东师范大学、上海财经大学、分别开展足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、网球、武术、健美操、智力运动项目，现将活动参与办法印发给你们。请认真做好各项准备工作，并按照文件的相关规定执行。（各项目情况以附件为准。）



上海市大学生体育协会
上海市中学生体育协会
2018 年 5 月 31 日

附件 1：家长同意书

附件 2：足球

附件 3：篮球

附件 4：排球

附件 5：乒乓球

附件 6：羽毛球

附件 7：网球

附件 8：武术

附件 9：健美操

附件 10：智力运动

附件 1

2018年上海市学生体育项目训练基地 —夏令营学员家长同意书

- 一、为保证活动安全、有序开展，请家长督促子女认真听从主办方安排，并遵守主办单位所规定的各项制度。
- 二、家长承诺子女所填写的各项内容属实，如有虚报、瞒报等情形，责任自负。
- 三、家长应保证子女的健康状况足以完成活动的全程各项活动，并同意如子女在身体健康方面有特殊状况(包括但不限于哮喘、重度过敏和传染性疾病等)或特殊的膳食及生活习惯，应于报名表中或以其他书面形式通知承办单位。
- 四、主办、承办单位如认为营员身体状况不适宜参营，或无法满足营员的特殊要求时，有权予以劝退。如家长执意要求子女参营而致其于活动期间发病、不适或伤亡时，主、承办单位将不负任何赔偿责任，因此所产生的医疗救助等费用，亦由家长自行承担。
- 五、如营员未能于活动报到日准时抵达参营地点、或中途离营的，将被视为自愿退出此次活动，后果自负。
- 六、为确保营员的人身安全、健康及全体营员的活动秩序，家长同意主办、承办单位工作人员适度管理和教导营员的言行。如营员不服从主办、承办单位工作人员的管理或劝导，违反活动相关规定，而发生了意外(伤亡)，主、承办单位不负任何赔偿责任。
- 七、参营期间，如营员患病就医，费用自理。
- 八、参加期间各方如有争议，应秉持诚信原则协商解决纠纷，如协商不成将以活动举办地法院为第一审诉讼管辖法院。
- 九、同意书于家长签定后生效，正本将由领队统一交主办单位存，家长请自行影印一份留存。

家长签名：

____年____月____日

附件 2-1

上海市学生足球训练基地
东方绿舟暑期精英训练营活动通知

根据《上海市教育委员会关于设立上海市学生体育项目训练基地的通知》（沪教委体[2017]25），经研究决定，依托上海市校园足球联盟、上海市大学生足球联盟分别在同济大学、上海大学设立上海市学生足球训练基地。现将在东方绿舟训练基地开展暑期精英训练营活动，具体方案如下：

一、夏令营目的

- 1、挖掘有足球特长和发展潜质的学生。
- 2、为校园足球提供高水平的训练服务。
- 3、以夏令营为载体搭建高水平校园足球队队伍互相交流的平台。
- 4、以赛带练、寓教于乐。
- 5、培养高水平的教练团队。

二、时间、地点

- 1、时间：2018 年 7 月 1 日-7 月 7 日（6 月 30 日报到）、7 月 17 日-19 日（7 月 16 日报到）
- 2、地点：东方绿舟训练基地（沪青平公路 6888 号）、上海市学生足球训练基地

三、训练对象与时间安排

- 1、训练对象：大同中学足球队、同济大学第一附属中学足球队和上海市校园足球夏令营最佳阵容代表队
- 2、人数：90 人。
- 3、训练形式：本次精英训练营采取全封闭式寄宿训练。
- 4、训练基地时间安排：

训练基地活动日程表

时间	7 月 4 日	7 月 5 日	7 月 6 日
7:00	起床 洗漱	起床 洗漱	起床 洗漱
8:00	早餐	早餐	早餐
9:00	训练	训练	训练
11: 30	午餐	午餐	午餐
12: 30	午休	午休	午休

14: 30	训练	训练	自行组织闭营活动
18: 00	晚餐	晚餐	
19: 00	洗 澡 整理内务	洗澡整理内务	
20: 00	会议	联欢晚会	
22: 30	熄灯	熄灯	

训练基地活动日程表

时间	7 月 17 日	7 月 18 日	7 月 19 日
7:00	起床 洗漱	起床 洗漱	起床 洗漱
8:00	早餐	早餐	早餐
9:00	训练	训练	训练
11: 30	午餐	午餐	午餐
12: 30	午休	午休	午休
14: 30	训练	训练	自行组织闭营活动
18: 00	晚餐	晚餐	
19: 00	洗 澡 整理内务	洗澡整理内务	
20: 00	会议	联欢晚会	
22: 30	熄灯	熄灯	

四、暑期精英训练营训练需求：

- 1、足球场地：2 片（使用时间参照日程安排表）；
- 2、健身房：1 间；
- 3、多媒体教室：1 间（配投影、音箱、话筒）；
- 4、住宿：有空调宾馆标间；
- 5、餐饮：荤素搭配配有水果；
- 6、配有饮水机等生活电器；

7、配有医疗设施。

8、师资队伍：每队主教练 1 名、助理 2 名，管理人员：4 人，共计 14 名。

五、活动计划

1、足球训练：每天上午进行足球训练，每支队伍配备的助理教练员要求设计一个足球小游戏。

2、国防体验：在国防园内，参观仿真航母、退役潜艇，博览各类战机，了解各种武器装备的技能和性能，观看 4D 动感电影，参加激光模拟射击。

3、裁判知识培训：上一堂裁判知识培训课，由资深裁判员讲解比赛规则，观看实战案例。

4、联欢晚会：运动员、教练员、管理人员齐聚一堂，不限制形式和方式开展联欢活动。

5、闭营总结：针对 6 天的夏令营活动进行分组讨论总结并派出代表进行发言，要求谈自己的感想并提出改进建议。

附件 3-1

上海市学生篮球训练基地 东方绿洲暑期精英训练营选拔通知

为贯彻落实《国务院办公厅关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》（国办发〔2016〕27 号）和《教育部办公厅关于校园篮球推进试点工作的通知》，根据《上海市教育委员会关于组织开展上海市学生体育项目训练基地申报工作的通知》，进一步推进上海市学校体育综合改革，经研究决定，依托上海市校园篮球联盟设立上海市学生篮球训练基地，组织学生参加东方绿的暑期基地夏令营，并选拔优秀队员参加（待定场地）举行的上海校园篮球联盟夏令营集训（7 月 5 日-7 月 8 日）。

一、选拔组别

（一）男子组：初中组（U13-U15） （二）女子组：初中组（U13-U15）

二、运动员资格与推荐

（一）基本条件。凡具有学籍的初中阶段全日制在校、在读学生，经县级以上医疗机构检查证明身体健康，均可以按照规定参加。

（二）年龄限制。2002 年 9 月 1 日之后出生。原则上初三学生不超过 30%，初二学生不超过 30%，初一学生不超过 40%。

（三）各区教育局推荐符合条件的男女各 5-10 人。

（四）运动员经报名后必须保证能够参加以上两次活动。

三、报名时间

所有获得推荐的运动员必须在上海学生体育网上报名。

报名网址：（<http://www.shsports.org.cn/>）

报名时间：截止到 2018 年 6 月 13 日

纸质版报名表需加盖推荐学校公章，截止到 2018 年 6 月 13 日。

三、选拔时间和流程

（一）选拔分为两部分，第一部分为 2018 年 6 月 15 日下午 15:30 在上海交通大学徐汇校区体育馆，最终确定参加上海市学生篮球训练基地（东方绿洲）培训名单。其中：男子组：初中组 30 人，女子组：初中组 30 人。

第二部分：在上海市学生篮球训练基地进行评比，从各组别 30 人名单中最终确立参加在（待定场地）举行的上海校园篮球联盟夏令营集训（7 月 5 日-7 月 8 日），其中男 15 人、女 15 人。

四、测试内容

1、1min30s 外（内）线自投自抢投篮（满分 15 分）

2、全场综合运球上篮（满分 15 分）

3、助跑单脚跳摸高（满分 10 分）

4、综合比赛能力（满分 60 分）

五、经费

本次活动经费全部由上海市校园篮球联盟承担。学员选拔来回交通费自理。

六、报名及联系人

报名请登录上海市学生体育网相关链接直接网上报名（www.shsports.org.cn）。

联系人:陈泓宇，18817327143

邮箱：chy92@sjtu.edu.com

附件 3-2:

2018 上海市学生体育训练基地夏令营报名表

姓名		所在地区		学生照片
性别		身高体重		
所在学校				
学籍卡号				
身份证号码				
监护人		联系方式		
现教练		联系方式		
本人同意所监护的小孩参加 2018 上海市学生篮球训练基地夏令营				
监护人签名（家长）：				
日期：				

注：纸质版报名表由监护人（家长）签名后，于报到时提交。

附件 4-1

上海市学生排球训练基地 东方绿舟暑期精英训练营选拔通知

根据《上海市教育委员会关于设立上海市学生体育项目训练基地的通知》（沪教委体[2017]25），经研究决定，为有体育特长和发展潜质的学生提供高水平的训练服务和畅通的成才路径，努力形成与上海现代化教育定位相匹配的学校竞技体育水平，为国家培养竞技体育后备人才奠定基础，并带动校园体育的全面发展。由上海市教委举办的上海市学生体育项目训练基地夏令营活动

一、训练时间

6 月 30 日-7 月 3 日

二、训练地点

上海市青少年校外活动营地-东方绿舟（沪青平公路 6888 号）

上海市学生排球训练基地

三、参与对象

本次参与夏令营活动的学生，经过排球联盟商讨，决定派遣高中组的学生参与。选拔方式：在 2018 年高中组别的联盟赛事中进行挑选，最后挑选出高中组比赛成绩优异的 6 支球队（男女各三支），每支球队 8 人，总人数在 48 人，由各球队教练亲自带队参加。

四、师资配备

本次夏令营采取全封闭式寄宿训练，食、宿、训均在东方绿舟内，所以配备 3 名联盟工作人员、每个学校派一名带队教师 4 名，充当生活教师，管理好自己学校球队的衣食住行。

五、报名截止时间

各球队按照要求在 2018 年 6 月 13 日 12:00 前将本区选拔报名表汇总上交到上海市校园排球球联盟。

六、联系人及电话：

周建高 13661577180 zhoujiangao@163.com

附件 4-2:

上海市学生排球训练基地东方绿舟暑期精英训练营选拔报名表

报名表					
学校名称（盖章）：					
姓名：			联系方式：		
身份证号：			学籍号：		
性 别：			年 级：		
监护人姓名：			监护人联系方式：		
身高（cm）：		体重（kg）：		场上 位置：	
参加的排球比赛及 成绩：					

备注：另须附近期免冠彩色电子照片二寸照，要求电子版 JPG 格式，大小：800（高）600（宽）像素以上，文件大小在 50KB-300KB

附件 5-1

上海市学生乒乓球训练基地 东方绿洲暑期训练营选拔方案

一、训练营目的

本次训练营旨在让更多的孩子接受到专业的乒乓球教学与训练，普及乒乓人口；让学习乒乓球的孩子有了进一步提高技能的机会，帮助学校建立乒乓特色；发掘优秀的乒乓后备人才，为孩子打造展示自我的平台。

二、训练时间及地点

东方绿舟（沪青平公路 6888 号）时间另行通知

7 月 4 日-7 月 7 日：华东理工大学奉贤校区

三、参加对象

凡具有本市学籍的小学、初中、高中全日制在校学生，共计 32 名乒乓球优秀学生运动员。

四、选拔组别

小学组：16 名（小学 3-5 年级，8 男 8 女）；

初中组：8 名（初中 1-2 年级，4 男 4 女）；

高中组：8 名（高中 1-2 年级，4 男 4 女）。

五、报名及选拔办法

（一）报名条件：

学生运动员需至少满足以下任一条件：

- （1）在上海市学生乒乓球训练基地举办的赛事中获得过各组前 3 名的中小學生；
- （2）在上海市学生乒乓球训练基地积分体系中排名各组前 16 位的中小學生；
- （3）在上海市市级乒乓球比赛中获得过前 32 名的全市中小學生；
- （4）在全国乒乓球比赛获得过前 64 名的全市中小學生；
- （5）未参加过上海市或者全国比赛，但具备一定基础且又优秀乒乓球运动天赋的学生，经过专家组一致评定和选拔测试赛，可获特批参加集训营资格。

（二）报名办法：

所有获得推荐的运动员必须在上海学生体育网上报名。

报名网址：<http://www.shsports.org.cn/>

报名时间：2018 年 6 月 5 日到 2018 年 6 月 8 日

材料邮寄：纸质版报名表需加盖推荐学校公章，并附上获奖证书复印件，截止到 2018 年 6 月 8

日。

注意事项：各区县推荐名额不超过 3 人（含）/组别。

（三）测试选拔：

上海市学生乒乓球训练基地将组织推荐运动员进行测试比赛，专家小组根据测试赛的成绩结合队员特点择优录取，最终录取名单将在上海学生体育网公示。

（四）测试赛安排：

时间：6 月 10 日 周日 9:00-18:00

地点：华东理工大学徐汇校区乒乓房

赛制：分组循环赛+交叉淘汰赛

六、训练营组织形式

本次夏令营采取全封闭式寄宿训练

七、经费与保险

（一） 选拔活动，交通费用自理。

（二） 正式入选夏令营的队员，其保险费用及后续活动经费全部由上海市学生乒乓球训练基地承担。

八、师资条件

（一） 设立总教练 1 名、

（二） 每组配备 1 名助理教练，总计 4 人

（三） 每个年龄段配备 1 名联络老师，总计 2 人

（四） 共计 7 人

九、日程安排

（一）第一阶段：东方绿舟

时间另行通知

(二) 第二阶段：7 月 4 日-7 月 7 日（华理奉贤校区）

时间段	7 月 4 日	7 月 5 日	7 月 6 日	7 月 7 日
7:00-7:30	起床/洗漱	起床/洗漱	起床/洗漱	起床/洗漱
7:30-8:00	晨练	晨练	晨练	晨练
8:00-8:30	早餐	早餐	早餐	早餐
8:30-9:00	整理内务	整理内务	整理内务	整理内务
9:00-12:00	训练	训练	训练	结营赛、闭幕式
12:00-13:00	午餐	午餐	午餐	午餐
13:00-14:30	午休	午休	午休	午休、整理行装
14:30-17:30	训练	训练	训练	发车回徐汇
17:30-18:30	晚餐	晚餐	晚餐	
18:30-20:30	团队活动	团队活动	团队活动	
20:30-21:00	洗漱/就寝	洗漱/就寝	洗漱/就寝	

附件 5-2:

2018 年上海市学生乒乓球训练基地夏令营学员推荐表					
学 校 名 称 （ 盖 章）:					
姓 名:			联 系 方 式:		
身 份 证 号:			学 籍 号:		
性 别:			年 级:		
监 护 人 姓 名:			监 护 人 联 系 方 式:		
身 高 （ cm ） :		体 重 （ kg ） :		打 法:	
曾 获 得 兵 乓 球 比 赛 的 最 好 成 绩:					

备注：另须附近期免冠彩色电子照片二寸照，要求电子版 JPG 格式，大小：800（高）600（宽）像素以上，文件大小在 50KB-300KB

注：请各区县、学校于 6 月 8 日前，将纸质版报名表及有关材料邮寄至上海市浦东新区成山路 833 号泰恒广场 7 座302 室，联系人：小明老师 18321128790 （同微信）。

附件 6-1

上海市学生羽毛球训练基地 东方绿洲暑期夏令营活动通知

根据《上海市教育委员会关于设立上海市学生体育项目训练基地的通知》（沪教委体[2017]25号）以及上海市大学生体育协会和中学生体育协会《关于筹备 2018 年上海市学生体育项目训练基地夏令营活动的通知》，为有羽毛球特长和发展潜质的学生提供高水平的训练服务和畅通的成才路径，形成与时现代化教育相匹配的学校竞技体育水平，为国家培养竞技体育后备人才奠定基础，并带动校园体育的全面发展，2018 年羽毛球精英夏令营将在上海市学生羽毛球训练基地（东方绿洲和上海体育学院）举行，夏令营实施方案、报名及选拔条件如下：

一、培训的宗旨和目的

1. 探索体教结合羽毛球后备人才的培养途径
2. 为学生运动员提供暑期专项系统训练平台
3. 发掘可长期培养的学生羽毛球运动员

二、培训的时间和地点：

开营仪式时间：另行通知

地点：东方绿洲

羽毛球培训时间：2018 年 7 月 3 日-7 月 13 日

地点：上海市学生羽毛球训练基地

（上海体育学院综合馆羽毛球场）

具体日程安排见附件 6-2

三、选拔对象

在全市各区县学校中，选拔出小学精英球员 16 名，男、女各 8 名。初中精英球员 16 名，男、女各 8 名。

四、选拔时间：

2018 年 6 月 12 日（星期日）下午 15：00 在上海体育学院休闲体育馆一楼羽毛球馆（上海市杨浦区长海路 399 号）

五、选拔条件：

根据成绩优先排序，选拔出 32 名精英学生。

- 1 以参加 2018 年上海市中小学生校园羽毛球锦标赛的单项排名成绩择优录取；
- 2 未参加过上海市中小学生校园羽毛球锦标赛，但具备一定基础且具有羽毛球运动天赋的学生，经专家组一致评定，可获特批进入 2018 精英羽毛球训练营集训的资格。

六、培训的形式

培训采取封闭式寄宿训练：住宿安排在上海体育学院学生宿舍、饮食上海体育学院食堂

七、师资教练的配备

设立专家顾问组 2 名：负责训练计划的制定和督导

每组设 1 名主教练：负责训练计划的具体实施

每组配备助理教练 2-3 名：配合主教练完成训练计划

体能教练 2 名：负责专项体能训练

八、经费与保险

正式入选夏令营的队员，其保险费用及后续活动经费全部由上海市学生羽毛球训练基地承担。

九、报名办法

符合上述选拔条件的学生，可以与 6 月 5 日起至 6 月 11 日在上海市学生体育网上报名（报名表见附件 6-3），逾期不接受报名。

报名网址：（<http://www.shsports.org.cn/>）。

纸质版报名表邮寄地址：上海市杨浦区长海路 399 号体育教育训练学院 2206，收件人：蒋健，13818666655。

网站注册报名联系人：洪小涵；电话 021—32140675。

联系人：蒋健（上海市学生体育项目羽毛球训练基地），电话：13818666655。

附件6-2：
东方绿洲开营仪式日程安排

时间另行通知。

羽毛球培训日程安排（上海体育学院）：

第一周活动日程表			
日期	时间	项目	地点
7月3日（周二）	8:30-11:00	上海体育学院报到	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	11:30-12:00	午餐	上海体院第二食堂二楼
	12:30-14:00	午休	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	14:30-17:00	专项训练	上海体院综合馆
	17:30-18:00	晚餐	上海体院第二食堂二楼
	19:00-21:00	小学生体验书法	上海体院第二食堂五楼
	22:00	熄灯、睡觉	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
7月4日（周三）	7:00	起床	
	7:30:00-8:00	早餐	上海体院第二食堂一楼
	8:30-11:00	初中组专项训练	上海体院综合馆
		小学组参观武术博物馆	上海体院武术博物馆
	11:30-12:00	午餐	上海体院第二食堂二楼
	12:30-14:00	午休	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
		初中组参观武术博物馆	上海体院武术博物馆
	14:30-17:00	小学组专项训练	上海体院综合馆
	17:30-18:00	晚餐	上海体院第二食堂二楼
	19:00-21:00	暑期作业辅导	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	22:00	熄灯、睡觉	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
7月5日（周四）	7:00	起床	
	7:30:00-8:00	早餐	上海体院第二食堂一楼
	8:30-11:00	专项训练	上海体院综合馆
	11:30-12:00	午餐	上海体院第二食堂二楼
	12:30-14:00	午休	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	14:30-17:00	专项训练	上海体院综合馆
	17:30-18:00	晚餐	上海体院第二食堂二楼
	19:00-21:00	中学生体验书法	上海体院第二食堂五楼

	22:00	熄灯、睡觉	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
7 月 6 日（周五）	7:00	起床	
	7:30:00-8:00	早餐	上海体院第二食堂一楼
	8:30-11:00	专项训练	上海体院综合馆
	11:30-12:00	午餐	上海体院第二食堂二楼
	12:30-14:00	午休	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	14:30-17:00	专项训练	上海体院综合馆
	17:30-18:00	晚餐	上海体院第二食堂二楼
	19:00-21:00	暑期作业辅导	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	22:00	熄灯、睡觉	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
7 月 7 日（周六）	7:00	起床	
	7:30-8:00	早餐	上海体院第二食堂一楼
	8:30-11:00	小学组体验高尔夫	上海体院高尔夫球场
		初中组专项训练	上海体院综合馆
	11:30-12:00	午餐	上海体院第二食堂二楼
	12:30-14:00	午休	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	14:30-17:00	小学组专项训练	上海体院综合馆
		初中组体验高尔夫	上海体院高尔夫球场
	17:30-18:00	晚餐	上海体院第二食堂二楼
	18:00	家长接学生回家	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼

第二周活动日程表			
日期	时间	项目	地点
7 月 8 日	15:00-18:00	报到	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
7 月 9 日（周一）	7:00	起床	
	7:30:00-8:00	早餐	上海体院第二食堂一楼
	8:30-11:00	专项训练	上海体院综合馆
	11:30-12:00	午餐	上海体院第二食堂二楼
	12:30-14:00	午休	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	14:30-17:00	专项训练	上海体院综合馆
	17:30-18:00	晚餐	上海体院第二食堂二楼
	19:00-21:00	暑期作业辅导	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	22:00	熄灯、睡觉	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
7 月 10 日（周二）	7:00	起床	
	7:30:00-8:00	早餐	上海体院第二食堂一楼

	8:30-11:00	专项训练	上海体院综合馆
	11:30-12:00	午餐	上海体院第二食堂二楼
	12:30-14:00	午休	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	14:30-17:00	专项训练	上海体院综合馆
	17:30-18:00	晚餐	上海体院第二食堂二楼
	19:00-21:00	暑期作业辅导	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	22:00	熄灯、睡觉	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
7 月 11 日(周三)	7:00	起床	
	7:30:00-8:00	早餐	上海体院第二食堂一楼
	8:30-11:00	初中组专项训练	上海体院综合馆
		小学组体验壁球	上海体育壁球馆
	11:30-12:00	午餐	上海体院第二食堂二楼
	12:30-14:00	午休	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
		初中组体验壁球	上海体育壁球馆
	14:30-17:00	小学组专项训练	上海体院综合馆
	17:30-18:00	晚餐	上海体院第二食堂二楼
	19:00-21:00	暑期作业辅导	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	22:00	熄灯、睡觉	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
7 月 12 日(周四)	7:00	起床	
	7:30:00-8:00	早餐	上海体院第二食堂一楼
	8:30-11:00	专项训练	上海体院综合馆
	11:30-12:00	午餐	上海体院第二食堂二楼
	12:30-14:00	午休	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	14:30-17:00	专项训练	上海体院综合馆
	17:30-18:00	晚餐	上海体院第二食堂二楼
	19:00-21:00	观看电影	中原城市广场博纳影城
	22:00	熄灯、睡觉	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
7 月 13 日(周五)	7:00	起床	
	7:30:00-8:00	早餐	上海体院第二食堂一楼
	8:30-11:00	专项训练	上海体院综合馆
	11:30-12:00	午餐	上海体院第二食堂二楼
	12:30-14:00	午休	恒仁路 200 号 12 号宿舍楼
	14:30-17:00	专项训练	上海体院综合馆
	17:30-18:00	晚餐	上海体院第二食堂二楼
	18:00	离营	

附件 6-3:

2018 年上海学生羽毛球训练基地夏令营报名表

姓 名		性别		出生年月		粘贴照片处
就读学校		所属区		年 级		
身份证号码				注册单位		
身 高		体重		带训教练		
现住址				联系电话		
名 称		时 间		训练地点		形式
羽毛球精英夏令营		7 月 1 日-7 月 13 日		东方绿洲及上海体育学院		住宿
参加 2018 年上海市中小学生校园羽毛球锦标赛的单项排名成绩 近两年所参加比赛最好成绩						
填表人: 日 期:						

备注: 另须附近期免冠彩色电子照片二寸照, 要求电子版 JPG 格式, 大小: 800 (高) 600 (宽) 像素以上, 文件大小在 50KB-300KB

附件 7-1

上海市学生网球训练基地 东方绿洲暑期夏令营活动方案

根据《上海市教育委员会关于设立上海市学生体育项目训练基地的通知》（沪教委体[2017]25 号）以及上海市大学生体育协会和中学生体育协会《关于筹备 2018 年上海市学生体育项目训练基地夏令营活动的通知》，为有网球特长和发展潜质的学生提供高水平的训练服务和畅通的成才路径，形成与时现代化教育相匹配的学校竞技体育水平，为国家培养竞技体育后备人才奠定基础，并带动校园体育的全面发展，2018 年网球精英夏令营将于今年 6 月 30 日在上海市学生网球训练基地(东方绿洲和上海大学)举行，夏令营实施方案、报名及选拔条件如下：

一、夏令营时间

- (1) 第一期夏令营时间：时间另行通知
- (2) 第二期夏令营时间：2018 年 7 月 9 日-7 月 15 日

二、地点

- (1) 第一期夏令营地点：东方绿舟及上海大学宝山校区（住宿）
- (2) 第二期夏令营地点：上海大学宝山校区（走训）

三、参加对象

凡具有本市学籍的小学、初中全日制在校学生，参与网球系统训练多年，有网球运动培养潜质的均可参加。如获得过上海市中小学生网球校园比赛名次的优先考虑。（注：已参加上海市周末网球基地精英训练营的运动员不再参加本次夏令营）

四、选拔组别

- ① 小学组（4-5 年级 6 男 6 女，共计 12 人）
- ② 初中组（6-7 年级 6 男 6 女，共计 12 人）
- ③ 第一期夏令营小学、初中共 24 人；第二期夏令营小学、初中共 24 人。

五、报名办法

- ① 每个区教育局每一期推荐符合基本条件的小学及初中男、女各 5 人。
- ② 所有获得推荐的运动员必须于 6 月 5 日起在上海学生体育网(www.shsports.org.cn)报名通道进行报名网站注册报名联系人：洪小涵；电话 021—32140675。
- ③ 报名截止时间 2018 年 6 月 8 日，不接受现场报名。
- ④ 运动员经报名成功后必须参加由上海市学生网球训练基地组织的选拔活动。

六、选拔时间及地点

- (1) 第一期夏令营选拔：2018 年 6 月 10 日（星期日）上午 9:00 在上海大学宝山校区（南陈路 380 号）玄陵网球馆进行。选拔确定参加第一期学生网球训练基地夏令营名单，小学、初中组男女各 12

名，共计 24 人。

(2) 第二期夏令营选拔：2018 年 6 月 10 日（星期日）下午 1:00 在上海大学宝山校区（南陈路 380 号）玄陵网球馆进行。选拔确定参加第二期学生网球训练基地夏令营名单，小学、初中组男女各 2 名，共计 24 人。

七、选拔方案见（附件 7-2）

八、经费与保险

(1) 选拔活动，交通费用自理。

(2) 正式入选夏令营的队员，其保险费用及后续活动经费全部由上海市学生网球训练基地承担。

九、联系人及电话

宗老师（上海市学生体育项目网球训练基地），电话：13701904140

十、夏令营形式

(1) 第一期夏令营采取全封闭寄宿制训练，东方绿洲开营仪式时间另行通知。7 月 2 日-7 月 7 日食、宿、训均在上海大学宝山校区。

(2) 第二期夏令营 7 月 9 日-7 月 15 日夏令营在上海大学宝山校区，采取走训制。

十一、师资配备

① 领队 1 名，男、女队总教练各 1 名。

② 小学、初中共分为四组，每组 6 人，每组配备助理教练 1 人。

③ 体能教练 2 人。

④ 生活老师 4 人。

十二、日程安排

(1) 第一期夏令营（24 人）

东方绿洲开营仪式时间另行通知。7 月 2 日-7 月 7 日食、宿、训均在上海大学宝山校区

时间段	另行通知	7 月 3 日	7 月 4 日	7 月 5 日	7 月 6 日	7 月 7 日
6:30	东方绿洲开营仪式	起床 洗漱	起床 洗漱	起床 洗漱	起床 洗漱	起床 洗漱
7:00-8:00		早餐	早餐	早餐	早餐	早餐
8:30-11:00		出发回 上海大学	训练	训练	训练	训练
11:00-12:00		午餐	午餐	午餐	午餐	午餐
12:00-14:30		午休	午休	午休	午休	整理 内务
14:30-17:00		训练	训练	训练	训练	闭营
17:00-18:00		晚餐	晚餐	晚餐	晚餐	
18:00-20:30		作业或拓 展活动	作业或拓 展活动	作业或拓 展活动	作业或拓 展活动	
20:30-21:00		洗漱 就寝	洗漱 就寝	洗漱 就寝	洗漱 就寝	

(2) 第二期夏令营（24 人）

7 月 9 日报到地点：上海大学宝山校区玄陵网球馆

时间段	7 月 9 日	7 月 10 日	7 月 11 日	7 月 12 日	7 月 13 日	7 月 14 日	7 月 15 日
7:30-8:00	上海大学报 到						
8:30-11:00	训练	训练	训练	训练	训练	训练	比赛及 闭营仪式
11:00-12:00	午餐	午餐	午餐	午餐	午餐	午餐	
12:00-12:30	离校	离校	离校	离校	离校	离校	

附件 7-2

上海市学生网球训练基地
东方绿洲暑期夏令营选拔方案

一、组别设置

- 1、男子组：小学四、五年级组、初中六、七年级组
- 2、女子组：小学四、五年级组、初中六、七年级组

二、名额分配

- 1、男、女共四个组别，每组前 6 名入选夏令营正选名单，共计 24 人。
- 2、每组的 7、8 名为替补，共计 8 人。

三、测试内容：

- 1、底线击球精度测试 32 分
- 2、底线击球技评 18 分
- 3、发球测试 24 分
- 4、发球技评 26 分

总分 100 分

四、测试方法及标准：

1、底线击球精度测试方法（32 分）：

被测试者站在底线中间，喂球者站在球网和发球线中间位置送球。总共打 8 个球，先是 4 个直线球，在底线正反手轮换，一个正手直线，一个反手直线（这时要指示下被测试者打每个球的站位，要来回在底线跑动）。然后是 4 个斜线球，一个正手斜线，一个反手斜线。

网球单打场地划分为左右及前后四个区域。

- ① 击球落点偏离目标区域，但落点在单打场地前半场区域内可得 1 分，如落点在后半场区域内，可得 2 分；
- ② 击球落点在目标区域内，但落点在单打场地前半场区域内可得 2 分，如落点在后半场区域内，可得 4 分；
- ③ 击球下网或击球落点在单打场地外得 0 分。

2、底线击球技评(18 分)

评价	A+	A	A-	B+	B	B-	C+	C	C-
得分	18 分	16 分	14 分	12 分	10 分	8 分	6 分	4 分	2 分

3、发球测试方法（24 分）

总共发 6 分球，每个发球区各发 3 分。

① 一发落点在发球区域内得 2 分，如第二落点在距底线四米力度线后，可得 4 分。

② 二发落点在发球区域内得 1 分，如第二落点在距底线四米力度线后，可得 2 分。

③ 发球下网、出界得 0 分。

4、发球技评（26 分）

评价	A+	A	A-	B+	B	B-	C+	C	C-
得分	26 分	23 分	20 分	17 分	14 分	11 分	8 分	5 分	2 分

五、排名

根据每位测试者的总得分按组别分别排序。

如总分相等，则技评得分高者名次列前；

如再相等，则技术测试分数高者名次列前；

如再相等，则参加过上海市中小学生校园网球比赛者名次列前；

如再相等，则获得上海市中小学生校园网球比赛名次高者列前。

2018 年上海学生网球训练基地夏令营报名表

姓 名		性别		出生年月		黏贴照片处
就读学校		所属区		年 级		
身份证号码				注册单位		
身 高		体重		带训教练		
现住址				联系电话		
夏令营选择						
名 称	时 间		训练地点		形式	单选（√）
网球第一期夏令营	6 月 30 日-7 月 7 日		东方绿舟及上海大学		住宿	
	选拔时间：6 月 10 日（星期日）上午 9:00 在上海大学宝山校区（南陈路 380 号）玄陵网球馆进行。					
网球第二期夏令营	7 月 9 日-7 月 15 日		上海大学		走训	
	选拔时间：6 月 10 日（星期日）下午 1:00 在上海大学宝山校区（南陈路 380 号）玄陵网球馆进行。					
近两年获得的主要比赛成绩及有何其它特长						
填表人： 日 期：						

备注：另须附近期免冠彩色电子照片二寸照，要求电子版 JPG 格式，大小：800（高）600（宽）像素以上，文件大小在 50KB-300KB

附件 8-1

上海市学生武术训练基地 东方绿舟暑期训练营方案

本期武术夏令营由上海中医药大学、上海师范大学、上海体育学院三所学校承办，请各区根据实际情况报名参加。

一、活动目的

根据《上海市教育委员会关于设立上海市学生体育项目训练基地的通知》（沪教委体〔2017〕25 号）精神，为有武术特长和发展潜质的学生提供高水平的训练服务和畅通的成才路径，努力形成与上海现代化教育定位相匹配的学校竞技体育水平，为国家培养竞技体育后备人才奠定基础，并带动校园武术的全面发展，培养学生竞训人才，建立本市大中小学武术精英人才的培训体系。

二、活动意义

通过学生暑期集中训练，提高上海中小学生学习学校武术竞技运动水平，备战 2020 年全国学生运动会武术比赛。充分发挥武术与中医为特色的教育功能，拓展校园武术推广模式，为校园武术今后的发展奠定坚实的基础。同时满足学生个性化的需求，在武术训练基地的模式下，探索武术后备人才的成才路径。

三、具体目标

1、通过夏令营活动，提高我市中小学武术业余运动员的专项水平，针对 2020 年全国学生运动会武术比赛的规程进行重点训练。

2、通过专业队教练的指导，运动员在套路演练，动作规格，套路难度的完成率上要有明显的突破；同时结合军训的内容使学生在精气神等精神面貌上有突出表现，展现出武术运动员的奋勇拼搏，积极进取的意志品质。

3、通过夏令营活动，组织学生观看爱国主义电影，学生联谊晚会，专业理论学习以及文化课的指导，使学生能够在夏令营活动中做一位德智体全面发展的运动员，树立自信，自强，热爱祖国，热爱学习的优良品质。

4、通过本次夏令营活动，提升学生自理自立的能力，与同伴之间真诚互动，相互帮助，友好的合作，培养学生团结协作的精神。

中医药大学武术训练营

一、选拔方案

1. 选拔对象

需有参加市级比赛经历，有武术运动培养潜质的本市各区中小学优秀武术运动员，曾获得上海市青少年武术锦标赛、上海市中小学武术锦标赛前三名的运动员优先。学员男女性别不限；选拔 40 名学员参加。

3. 选拔办法

对报名名单和递送的纸质材料进行审核，并对符合选拔要求的学员及时发出技能考核通知。上海中医药大学将组织专家对学员的武术技能进行综合评定，最终确定名单，将在上海学生体育网上统一公示。

4. 选拔时间：2018 年 6 月 10 日 下午 13 点 30 分

5. 选拔地点：上海中医药大学体育中心 浦东新区蔡伦路 1200 号

二、夏令营开展形式

1. 师资

夏令营设领队、武术教练、体能教练、生活老师及文化课老师。每 10 名运动员配备 1 名武术教练。总教练由上海市大学生武术队主教练担任；教练由上海武术院二线教练、上海中医药大学专项教练以及外聘高级教练组成。

2. 夏令营活动安排

本次夏令营采取寄宿集中训练，2018 年 6 月 30 日——7 月 15 日共计 16 天，首先在东方绿洲进行拓展训练并举行开营仪式，之后在上海中医药大学全天训练，食宿均在上海中医药大学校园，课余时间安排专职文化老师在教室辅导暑期作业。

3. 东方绿洲时间安排另行通

三、训练条件

- 1 武术标准训练场：3 块；
- 2 健身房：1 间；
- 3 运动康复治疗室：1 间；
- 4 多媒体教室：1 间（配投影、音箱、话筒）
- 5 餐饮：荤素搭配配有水果、酸奶。
- 6 配有饮水机
- 7 配有医疗设施

四、关于费用

暑期武术夏令营领队、学员在活动期间的费用，含餐费、交通、门票、学习、交流、意外保险等均由主办方承担。

主办方免费为夏令营期间学员提供食宿，训练期间的饮用水，提供 2 套以上武术训练服装及刀、枪、剑、棍等训练器材，并提供国学书法课、中医体验课等所需的笔墨、医学用品等。

五、参与办法与时间

本次报名先于 2018 年 6 月 5 日至 6 月 7 日上海学生体育网(www.shsports.org.cn)报名通道进行报名，上海学生体育网电话：021-32140675，同时请各区教育局或学生所属学校于 2018 年 6 月 8 日前将报名表、获奖证书等报名所需材料复印件快递至上海中医药大学蔡伦路 1200 号体育部 211 室，秦老师收、电话：15000878601；汤老师收、电话：15201918750。报名表电子版发送至邮箱：15000878601@163.com。

六、夏令营日程时间安排（可根据具体情况进行调整）

时间	上午 (9:00—10:00)	上午 (10:15—11:30)	中午 (11:30—14:30)	下午 (14:30—15:30)	下午 (15:40—17:00)	晚上 (17:30—20:30)
7 月 3 号	返回 上海中医药大学			身体 素质测试	武术 基本功	晚餐/暑期 作业辅导
7 月 4 号	参观中医 药博物馆	武术 基本功	午餐 \休息	武术套路	武术套路	晚餐/暑期 作业辅导
7 月 5 号	中医讲座	武术 器械	午餐 \休息	武术器械	武术太极	晚餐/暑期 作业辅导
7 月 6 号	中医推拿	武德 学习	午餐 \休息	武术器械	武术器械	晚餐/暑期 作业辅导
7 月 7 号	骨伤 紧急包扎	武术 功法	午餐 \休息	武术套路	武术套路	晚餐/暑期 作业辅导
7 月 8 号	观看上海体育 学院武术博物馆		午餐 \休息	武术散打	武术散打	晚餐/暑期 作业辅导
7 月 9 号	武术动作观赏					
7 月 10 号	国学讲座	武术 太极	午餐 \休息	武术器械	武术器械	晚餐/暑期 作业辅导
7 月 11 号	骨伤 紧急包扎	国学 书法	午餐 \休息	武术套路	武术套路	晚餐/暑期 作业辅导
7 月 12 号	中医推拿	中医 推拿	午餐 \休息	武术功法	武术功法	晚餐/暑期 作业辅导

7 月 13 号	国学书法	武术 功法	午餐 \\休息	武术套路	武术器械	晚餐/暑期 作业辅导
7 月 14 号	观摩龙身蛇 形太极博物馆		午餐 \\休息	武术套路	武术器械	晚餐/暑期 作业辅导
7 月 15 号	身体素质测试（营后）		午餐 \\休息	夏令营结业展示		

上海师范大学武术训练营

一、选拔方案

- 1、选拔对象：①曾获得上海市青少年武术锦标赛、上海市中小学武术锦标赛前三名的运动员优先；②各区的中小学武术运动员；③具有较好武术基础的学生武术爱好者；④学生学段要求：3 年级至 8 年级；⑤本期武术夏令营由 3 所高校承办，建议各区就近报名参加活动。
- 2、选拔要求与办法：参选学生准备自己擅长的武术技能 1 套进行展示。拳术类别不限，如武术太极、武术长拳、武术散打、武术器械均可。届时上海师范大学将组织专家对报名学员进行武术技能考核，综合评定后确定名单，将在上海学生体育网统一公示。
- 3、选拔地点：上海师范大学徐汇校区综合馆（桂林路 100 号）
- 4、选拔时间：2018 年 6 月 9 日上午 9：00-12：00

二、夏令营开展形式

1. 师资

夏令营的武术师资由教授、博士、武英级运动员教师组成。

2. 夏令营活动安排

东方绿舟活动期间：由上师大统一安排，全体营员入住东方绿舟活动基地。

上海师大活动期间：家长负责早送晚接，进行上、下午武术技术训练，中午学校提供午餐，午餐后安排文化辅导和休息。

外出参观学习阶段：上海以外的参观学习，由上师大和旅行社统一安排

- 1、时间：2018 年 7 月 1 日-7 月 15 日（6 月 30 日报到）
- 2、地点：①东方绿舟训练基地（沪青平公路 6888 号）；②上海师范大学（徐汇区桂林 100 号）；③河南少林寺、塔沟武校。
- 3、内容：素质拓展、武术礼仪、武术技能、武术文化（参观武术博物馆、少林寺、塔沟武校等）
- 4、人数：35 人

三、训练条件

训练场地：武术标准训练场地

四、参加办法与时间

本次报名先于 2018 年 6 月 5 日至 6 月 7 日上海学生体育网(www.shsports.org.cn)报名通道进行报名，上海学生体育网电话：021-32140675，同时请各区单位于 2018 年 6 月 8 日前将学生报名表、获奖证书等报名所需材料复印件快递至上海师范大学徐汇校区（徐汇区桂林路 100 号，上海师范大学体育学院），金晓燕（收），电话：13816863277。同时报名表电子版发送至邮箱：641825387@qq.com。报名者由本市各区教育局、学生所在学校推荐，并由所属学校在照片处盖章。报名材料原件请于技能考核当天带至面试地点，以便复核。

五、夏令营日程时间安排及联系人

联系人：梁老师，电话：15216604175；金老师，电话：13816863277

夏令营活动时间安排（可根据具体情况进行调整）

时间	上午 (9: 00—10: 00)	上午 (10: 15—11: 15)	中午 (11: 30—12: 30)	下午 (12: 30—13: 15)	下午 (13: 30—14: 30)	下午 (14:40—15: 40)
另行通知	东方绿舟夏令营活动基地					
7 月3 号	返回 上海师范大学		午餐	营地活动 规范讲解	武术 礼仪与规范	武术基本功
7 月4 号	武术 基本功	武术技术 训练	午餐	暑 期 作业辅导	武 术 技术训练	武 术 技术训练
7 月5 号	武术 基本功	武术技术 训练	午餐	暑 期 作业辅导	武 术 技术训练	武 术 技术训练
7 月6 号	武术 基本功	武德 学习	午餐	暑 期 作业辅导	武 术 技术训练	武 术 技术训练
7 月7 号	武术 基本功	武术技术 训练	午餐	暑 期 作业辅导	武 术 技术训练	武 术 技术训练
7 月8 号	观看上海体育 学院武术博物馆		午餐	暑 期 作业辅导	武 术 技术训练	武 术 技术训练
7 月9 号	武术 基本功	武术技术 训练	午餐	暑 期 作业辅导	武德学习	武 术 技术训练
7 月 10-12 号	外出参观学习（参观武术博物馆、少林寺、塔沟武校等）					
7 月 13 号	武术 基本功	武术技术 训练	午餐	暑 期 作业辅导	武 术 技术训练	武 术 技术训练
7 月 14 号	武术 基本功	结业展示 排练	午餐	暑 期 作业辅导	武 术 技术训练	结 业 展示排练
7 月 15 号	结 业 展示排练		午餐	夏令营结业展示		

上海体育学院武术训练营

一、招生选拔

(1) 招生对象

需有参加过武术比赛经历、参加过市级以上比赛并取得优异成绩、曾获得上海市青少年武术锦标赛、上海市中小学武术锦标赛前三名的运动员优先的本市 10 至 15 岁中小学生优先。有习武经历或者较好武术资质的，择优录取。选拔人数 30 人，性别不限。

(2) 选拔办法

对报名名单和递送的纸质材料进行审核，并对符合选拔要求的学员发出技能考核通知。上海体育学院将组织专家对学员的武术技能考核，综合评定后确定名单，由学生体育网统一公示。

(3) 选拔时间

2018 年 6 月 9 日上午 9 点

(4) 选拔地点

上海体育学院武术馆，杨浦区长海路 399 号上海体育学院内。

二、活动内容

开营仪式由市教委统一安排；在上海体育学院进行武术套路和格斗训练期间，上、下午全天训练，午餐在上海体育学院第二餐厅，午间休息在训练馆内自行休息；在河南少林寺和陈家沟游学期间，学习少林拳和陈式太极拳。

三、师资训练

师资条件：训练营设领队、武术教练、武术助教、生活老师和分队队长。每 5 名运动员配备 1 名分队队长。总领队由武术高级教练担任，聘请武术名家为学员开启武术礼仪教育；教练由上海体育学院武术领域教授、副教授、世界冠军以及健将级运动员等组成，武术助教均为武术专业学生。

训练条件：武术标准训练场 2 块；田径场或健身房 1 间；多媒体教室 1 间；餐饮为荤素搭配；配有水果、矿泉水、医疗设施等。

四、参与办法与时间

本次报名先于 2018 年 6 月 5 日至 6 月 7 日上海学生体育网(www.shsports.org.cn)报名通道进行报名，上海学生体育网电话：021-32140675，同时请各区教育局于 2018 年 6 月 8 日前将学生报名表、获奖证书等报名所需材料复印件快递至上海体育学院中国武术博物馆（杨浦区嫩江路 1183 号），刘老师收、电话：13764141535；周老师收、电话：15121155453。同时报名表电子版发送至邮箱：NSWL2013@126.com；3110968103@qq.com。由本市各区教育局、学生所在学校推荐，并由所属学校在照片处盖章。报名材料原件请于技能考核当天带至面试地点，以便复核。

五、夏令营安排及联系人

董老师：51253211；

刘老师：51253386；13764141535；

李老师：15221737323

上海市学生体育网信息部洪老师：021-32140675。

备注：报名表及材料请于 6 月 7 日前电子邮件请发送到邮箱：NSWL2013@126. com； 3110968103@qq. com

小宗师武术夏令营日程安排

(上海体育学院)

日期	4 号	5 号	6 号	7 号	8 号	9 号	11-13 号	14 号	15 号
上午	武术	武术	武术	散打	散打	散打	河南 游学	彩排	汇演
下午	武术	武术	武术	武术	散打	散打		彩排	

备注：上课时间上午为：9：00—11:00； 下午为：13:30—15:30

附件 8-2

上海市学生武术训练基地夏令营报名表

姓 名		性 别		出生年月		黏贴照片处
所在学校				年 级		
身份证号码				运动鞋号 码		
身 高		体 重		T 恤尺寸		
家长姓名		联系电 话			联 系 电 话	
现住址					过敏史	
曾获得的最好名次						
比 赛 名 称			时 间	地 点		名 次
运 动 简 历						
填 表 人： 学校盖章： 日 期：						

附件 9-1

上海市学生健美操训练基地 东方绿舟暑期精英训练营方案

一、训练目的

利用高校健美操师资团队及优秀运动员资源，国家健美操队教练和世界冠军等共同组建本次夏令营的师资团队，带动上海市中小学健美操项目的发展和运动技术水平的提高，探索大中小学教练员培养、运动员后备人才梯队一条龙的培养模式，推动学校健美操项目的开展，发展中小学健美操特色项目培养重点学校，建设上海市学生优秀运动员可持续发展的专业训练平台，为今后上海市培养优秀健美操运动员奠定基础，推动上海市校园健美操项目的全面发展。

二、训练意义

让中小学生们在世界冠军、国家队教练员的感召下，感受健美操运动的魅力，体验运动带来的健康与快乐，丰富学生暑期生活，推动校园健美操运动的开展，培养学生的兴趣爱好，宣传健美操文化，让教练员、运动员较为系统接受项目相关训练，提高健美操整体运动技术水平，选拔组建上海市学生健美操队，坚持定期培训，系统训练，为下一届全国学生运动会培养、输送优秀运动员奠定基础。

三、团队体验式夏令营内容基地活动安排方案

（一）第一期时间：另行通知；第二期 8 月 1 日-8 月 8 日

（二）地点：东方绿舟、华东师范大学

（三）参加对象及人数

上海市开展较好的中小学健美操队伍，热爱健美操运动，有参加过全国、上海市、区健美操比赛经历且比赛成绩前三名的中小学生学习者优先考虑，共计 100 人。

（四）参加办法

1 各区教育局推荐 10 个名额，由夏令营进行选拔，选拔成绩前 100 名者入营训练。

2 报名方式：6 月 5 日上海学生体育网(www.shsports.org.cn)报名通道进行报名，上海学生体育网报名系统；联系人：洪老师，电话：021-32140675，报名截止日期为 6 月 12 日。并将报名表发至训练营邮箱：shqmx.jmc@163.com，逾期不候。报名所需材料：报名表、获奖证书复印件、标准照。

3 最终选拔入选名单将于 6 月中下旬在上海学生体育网(www.shsports.org.cn)统一公示。

（二）选拔办法

1 选拔考核时间：1. 选拔考核时间：定为 6 月 17 日 8:30 在华东师范大学（中山校区）体育馆（普陀区中山北路 3663 号）进行，参加选拔的学生请带好学生证和报名表，并参加选拔。当天请提前 30 分钟到场做好热身活动。

2 考核内容：健美操基本动作模仿学习；身体基本素质测试；才艺表演；专家将对考核成绩及报名材料进行审核确定最终名单。

3 入选健美操训练营的同学请将报名表带至所属学校在照片处盖章，训练营报道时提交。

（三）训练营形式

本次夏令营采取全封闭寄宿制训练，食宿、训练全免费。

（四）培训师资

邀请健美操国际级教练、国际级裁判、健美操世界冠军担任本次训练营教练，配备生活管理老师及文化课辅导老师，相关经费在培训基地经费中支出。

（五）日程安排

夏令营日程安排另行通知，详见上海学生体育网。

（六）夏令营相关条件

1. 健美操训练馆：配有专业健美操板、自由体操板、啦啦操地垫、保护带、多功能悬吊、饮水机和急救药箱
2. 体能训练房：各种体能训练器材
3. 媒体教室：提供文化学习、观看电影、项目文化建设课程使用
4. 食宿条件：入住研究生公寓，就餐于华东师大食堂
5. 医疗设施：校医室 24 小时开放

附件 9-2

上海市学生健美操训练基地夏令营报名表

学校名称（盖章）				照 片	
姓 名			联系方式		
身份证号			学籍号		
性 别			年 级		
监护人姓名			监护人联系方式		
身高（cm）		体重（kg）		备注	
健美操比赛经历、 比赛成绩					

备注：另须附近期免冠彩色电子照片二寸照，要求电子版 JPG 格式，大小：800（高）600（宽）像素以上，文件大小在 50-300k

附件 10-1

上海市学生智力运动训练基地 东方绿舟暑期夏令营活动方案

一、活动目的

为了更好的丰富全市中小学生暑期体育运动活动，通过科学、专业的培养训练安排，进一步促进智力运动在学生群体中的发展，选拔出有潜力、有智力运动天赋的学生，培养出更多更优秀的棋牌高水平选手和精英棋牌人才，完善上海市智力运动后备人才梯队建设。

二、活动意义

激发学生对于智力运动的兴趣，推广智力运动在学生群体的发展，使学生假期生活“动静结合”，为学生提供一个积极、快乐、健康、有益的假期。

三、活动方案

（一）围棋精英暑期活动

1、时间：东方绿洲开营仪式时间另行通知

7 月 23 日至 27 日，封闭训练

2、训练地点：东方绿舟（青浦区沪青平公路 6888 号）

上海棋院大楼（静安区南京西路 595 号）

上海棋牌精英人才基地（普陀区金沙江支路 200 号）

3、参加对象及人数：

（1）学籍所在地为上海的中小学生。

（3）持有中国围棋、象棋协会颁发的业余围棋、象棋、国际象棋段级位证书。

（2）三棋总数为 75 人。

4、报名和选拔方法：

（1）该活动不收取任何费用。

（2）6 月 3 日、10 日参加上海市棋类业余段级位比赛，分组别各选择 3-5 名。

（3）报名所需材料：报名表、相关获奖证书复印件。

（4）报名表下载地址 www.shqipai.org 上海棋牌网。

5、活动安排：

（1）分组对弈 分组编排进行训练

（2）复盘讲解 由专业教练员对名局进行复盘训练

（3）国手指导 由职业选手分组进行对弈指导

（4）体能训练 动静结合，穿插进行羽毛球、足球等体能运动

6、师资配备：

- ① 活动所有教练员均由专业围棋、象棋、国际象棋教练员担任，并报上海棋院进行资格审核，配备 6 名专职教练，6 名助教，10 名生活老师。
- ② 活动总教练为上海市围棋队总教练刘世振担任。
- ③ 国手指导棋包括常昊、邱峻、倪华等与小棋手对弈。

7、训练时间安排：

时间	时间另行通知	7 月 23 日	7 月 24 日	7 月 25 日	7 月 26 日	7 月 27 日
9:00-10:30	东方绿舟开营仪式	水平测试分组对弈	分组对弈	分组对弈	分组对弈	国手指导
10:45-11:45		复盘讲解	复盘讲解	复盘讲解	复盘讲解	
12:00-13:00		午休	午休	午休	午休	午休
13:15-14:45		分组对弈	分组对弈	分组对弈	内部分组比赛	结业仪式
15:00-16:00		复盘讲解	复盘讲解	复盘讲解		

说明：

- 1、报名材料（包括报名表以及相关证明材料等）请以 word 表格及扫描或照片形式通过邮件附件方式发送至：wumj@shengqicenter.org；
- 2、联系人：吴老师 13817487353
- 3、所有在报名时间内发送的邮件我们都会回复确认，若未收到回复邮件，请务必通过上述联系电话跟吴老师确认。

附件 11-2:

上海市学生智力运动训练基地夏令营报名表

编号: _____

报名表					
学校名称:					
姓名:			联系方式:		
身份证号:			学籍号:		
性 别:			年 级:		
监护人姓名:			监护人联系方式:		
身高 (cm) :		体重 (kg) :		棋类:	
参加的智力运动比赛及成绩:					

备注: 另须附近期免冠彩色电子照片二寸照, 要求电子版 JPG 格式, 大小: 800 (高) 600 (宽) 像素以上, 文件大小在 50KB-300KB