

时隔十年 宁波四中 再获 省足球联赛 冠军



宁波四中足球队。通讯员供图

“10年啊！冠军又回到了我们手里！”宁波市第四中学足球教练卢中磊激动地说。1月22日，2024年ZSFL浙江省第十五届中小学足球联赛（高中男子组）总决赛落幕，宁波四中足球队勇夺冠军。

据悉，该项联赛是浙江省高中生年龄段校园组最高水平的赛事，比赛为期7天，共有来自全省的16支球队参加。宁波四中队在决赛中以2:0战胜台州市路桥中学队，从而以不失一球的全胜战绩，时隔10年后再次捧起冠军奖杯。

□现代金报 | 甬派 记者 林桦

A 探索体教融合 四中足球运动进入快车道

说起这场比赛，卢中磊教练依然难掩激动之情，“足球是世界第一运动，正是因为其普及程度高，所以要做到顶尖实属不易。历经10年的努力，宁波四中又一次拿到了这枚沉甸甸的金牌，这是对我们最大的鼓励和肯定。”

卢中磊介绍，这次比赛前，学校方面做了充分准备，“我们在宁波市夺冠，从而取得进军省赛的资格，接下来的一个月时间里，队伍加强了训练的强度和频率，每个队员都想重新夺回金牌。作为教练，我一直

在分析每支参赛球队的特点，以便我们在面对不同的对手时，采用不同的战术。”

佳绩的背后，是日复一日的艰苦训练。下午4节课后训练、双休日拉练、以赛代练是宁波四中足球队的训练日常。5年前，宁波四中与宁波体育运动学校在高中男子足球项目上达成共识，将单项运动队办到了宁波四中，自此，该校的足球运动发展也进入了快车道。

“宁波四中的足球队员，大部分是来自姜山镇初级中学的学

生。此前，宁波体校和姜山镇初级中学签署合作协议，尝试‘市队校办’新模式。也就是说，宁波市队的训练基地在姜山镇初级中学，而大部分的市队队员又都是该校学生，体校的老师可以直接对这所学校的足球队员进行指导。”卢中磊说，这也保证了足球队员的基础水平，确保了学段上的衔接。学校还特邀原国家青年队队员陈连晟担任球队教练。这枚时隔10年的金牌，彰显了体教融合的探索成果。”

B 普及工作是基础 让更多有天赋的孩子冒尖

除了宁波四中的足球，我市还有四明中学的排球、镇海中学的乒乓球、宁波三中的羽毛球，都是响当当的“体育招牌”。丰硕的体育成果与宁波市教育局近年来对“体教融合”的重视息息相关。

宁波四中相关负责人戴建波表示，他们坚持整体推进与典型引领相结合，足球只是其中一个项目的代表。学校鼓励每个学生在体育方

面特色发展，围绕“教会、勤练、常赛”的改革理念，逐步完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的教学模式，确保学生掌握一至两项运动技能，养成终身锻炼的习惯。

加强体育教育，实现“一生一技”是教育发展的基础性工程和实施素质教育的重要突破口。“普及工作是基础，把面铺开，让更多有天赋的未来精英冒出头来。”戴建波说，市教育

局正在积极推进体育、艺术赛道式的“一条龙”培养体系，通过优化基于项目的赛道布局，广泛实施教学、比赛和评价相融合的组织模式，体育重点项目均已建立起市、区、校三级学段贯通、层级递进的竞赛体系。每年，全市中小学组织体育比赛1000余场，做到了“周周有活动，月月有比赛”，大大提高了学生的身体素质，也为特长生竞技、升学提供了平台。

太酷了！ 象山学子闪耀巴黎男装周

2024巴黎男装周1月21日已落下帷幕，在本次男装周中，宁波象山港高级技工学校模特专业高三学生王瀚瀚同学，凭借扎实的基本功，过硬的走台能力，以及多次大赛的经验，获得了登上国际舞台的机会，并闪闪发光。

□现代金报 | 甬派 记者 林桦 通讯员 葛君 张彩喜

在巴黎时装周走秀，他闪耀绽放

王瀚瀚身高192厘米，体重70公斤。去年11月，他在2023龙腾精英超级模特大赛中脱颖而出，获全国男生组亚军，这是他第一次获得全国性的大奖。后被龙腾精英国际模特经纪选中并推荐到今年的巴黎时装周走秀。过去的一周中他参加了三场男装走秀，其中在Solid Homme品牌走秀中，他作为唯一一位中国选手出场亮相。

作为在秀场中年纪较小的模特，王瀚瀚的表现丝毫不逊色于国际名模，他精彩演绎了多变的时装风格。“看着他在国际舞台上闪耀绽放，我们老师真的很欣慰。”校内专业指导

教师江程玲表示，专业课上，王瀚瀚总是能够迅速掌握各种动作要领，同时他还拥有较强的舞台表现力，懂得将时尚元素与自身风格完美结合，呈现出独具特色的舞台表现力。此外，王瀚瀚还具有很强的自我调整能力，能够在紧张的赛事演出过程中迅速调整状态，表现出很高的专业素养，“希望他在模特这条路上越走越远，越走越宽。”

看到同班同学登上国际T台，同学们都非常兴奋。“王瀚瀚私底下比较安静，在舞台上却十分霸气，有一种从内而外的自信。”模特班的同学伊晨瑜说。

要成为职业模特 硬性要求是身高、体重

模特，对很多人来说是一个比较陌生的领域，有人甚至以为只是走走路而已，技术含量并不高。王瀚瀚的指导老师江程玲表示，要成为职业模特其实很不容易，硬性要求是身高、体重要符合大众审美。

比如，男模的身高一般在185厘米以上，体重则根据身高和体型来调整，保证良好的身材比例。而内在要求就更为抽象了：自信、气质、舞台表现力。“保持体型，是身为服装模特的基本素养，然后要用肢体去展现服装的美。”江程玲说。

王瀚瀚非常珍惜这次难得的机会，“此次巴黎之行，我获得了三场秀的机会，对我而言非常欣喜了。我会学好语言，继续修炼基本功，争取在更多的国际舞台上亮相，也非常感谢专业老师和班主任给我的规划和建议。”他表示。



巴黎男装周上走秀的王瀚瀚。
受访人供图