

## 由上中学生组成的上海队包揽 乒乓球男女团体冠军——

# 读书打球都是乒乓响

钻石奖”“小专家金奖”等奖项。自己的专业特长受到肯定，让这些乒乓球小子很自豪。和其他同学一样，去敬老院服务、参与学校艺术节节目评选，王姝最喜欢的科目是英语，她坦言，将来究竟是否要走专业路线，自己还没有想好，但她相信，学好英语，路一定会更宽。令陈昱旻骄傲的是，上中乒乓球队队员参与国家队集训，文化课成绩总是名列前茅。“打球和学习，一定是相辅相成的。”

### 专门编写教材

为了给这批孩子打下良好的人文素养基础，上海中学组织教师为乒羽班编写教材，数学增加了逻辑思维训练，教会同学们快速计算、心算、暗示计算的方法，帮助他们在赛场上计算小分，调整战术；语文课要求同学们写比赛心得和感悟，启发他们用第二人称和赛场上的那个自己对话；英语课上，复杂的语法结构不见了，大量的日常口语练习和乒乓术语学习，让学生在参加国际赛事和交流时不再害怕开口。

乒羽班开设17年，一批批孩子凭借着乒乓球特长，获得了高校橄榄枝。他们不仅代表大学争金夺银，毕业后大部分从事了和体育相关的工作，有的则回到校园当起体育教师，有的担任乒乓球教练。当然，也有学生选择了化工、主持等不同行业，而将乒乓球仅仅作为相伴自己一生的爱好。从这个结果来看，“让学生两条腿走路”的心愿实现了。

但是，中学探索体教结合，困难依旧存在。首先，专业教练易寻，但既懂得技战术又有教育学、心理学基础的“教练老师”却难觅；其次，如何为这批体育苗子提供更有弹性和针对性的课程和课时，还需要细化研究。本报记者 陆梓华

于迪扬在男团决赛中发挥出色，助上海队夺冠  
尚宗摄



### 赛场亮点

昨晚9时，当上海乒乓球男队3比2力克对手拿到男团冠军时，上海中学体育馆沸腾了。此前，上海女队已经拿下了团体冠军。这也是本届全国学生运动会球类项目最早产生的两枚金牌。

代表上海队出战的，是来自上海中学的一批乒乓小将，也是一群从中学校园走出的冠军。

### 教练欢迎“抬杠”

决赛关键时刻为全队扳平比分，男生于迪扬兴奋过后，很快就和往常一样，安静而有些羞涩。对于胜利，于迪扬并不陌生——他的荣誉榜上，还有世界中学生乒乓球锦标赛男单冠军、全国中学生乒乓球锦标赛男单冠军等称号。从就读徐汇区启新小学到进入上海中学，于迪扬从小开始了半专业化的乒乓球训练。技术全面、漏洞少、思维活跃，是教练回波对他的评价。

每天上午上课、下午打球，从小就离开父母一路走来，过着和普通同龄人不一样的生活，但他却乐在其中。“生活独立、自律性强、随机应变能力。”这是男队主教练回波对于迪扬和他的伙伴们的评价。对比自己的球员时代，回波觉得，由于参

与校际、省际乃至国际交流机会多了，如今的队员除了赛场和训练场，接触面比自己当年更广，这让他们无论在待人接物还是应对比赛突发状况，更加得心应手。

女队主力王姝也是中学生世锦赛团体冠军成员，个性活泼的她经常会就某一个训练方法，和教练陈昱旻“抬杠”。不过，陈昱旻却非常鼓励队员们叫板。陈昱旻曾是职业球员，退役后不仅带上中乒球队，也带教普通班体育课。她坦言，自己从小接受的都是“服从式”的训练，来到中学校园，她发现这种方法没法让如

今的孩子信服，于是，她的教学中，多了鼓励和平等的探讨，她也将这些在体育课堂上累积的教学经验移植到带队训练中。

### 成为“校园明星”

作为本市体教结合的探索之举，上海中学于1997年与华东理工大学乒乓球俱乐部合作，2008年，羽毛球项目加入，上中乒羽中心成立。目标不仅是金牌，更重要的是培养一批有文化素养的学生运动员，体现一所百年名校的精气神。在参与国际交流的过程中，世界顶尖名

校学科成绩谈得并不多，却总是非常自豪地谈到校运动队、乐队的成绩，这让上中下决心，一定要组建一支高水平运动队。

上海中学为乒羽中心的学生配备了20余名教职员，在训练场边安排了独立教学楼、自编教材进行教学。由于作息不同，乒乓球队和普通学生交际并不多，于迪扬原本以为，校园评优的机会不会落在自己身上。但令他和伙伴们惊喜的是，凭借着在国内外赛事中的优异表现，他们一次次在全体学生注目下，走上舞台，接受校园最高荣誉“小专家

## 学了桥牌变聪明 下了牌桌交朋友

与其他运动项目不同，这里的赛场静悄悄的，虽然没有激烈的体力角逐，桌上的小天地却同样充满竞争，这是一场脑力的比拼。昨日，学运会表演项目——桥牌友谊赛在华师大一附中落下帷幕，经过三天的比赛，来自全国的9支队伍切磋技艺增进友谊。

### 桌上对手桌下朋友

根据比赛规则，每支参赛队都要进行循环赛，也就是说9支队伍彼此至少要“对战”一次。别看他们都安静地坐着，其实也很辛苦的。一场比赛就是两个多小时，运动员们这两天从早上8时开赛一直要打到晚上6时。为了让运动员有更好的比赛环境，华师大一附中给篮球馆加装了36台空调，为了保证现场照明安全稳定，细心的老师们还把原来照明灯的玻璃罩一一卸下。

学生运动会上的桥牌赛不分男女，但桥牌似乎是男孩子的天下，哪个队有2个女孩都已经算多的了。湖北队李澄就是队里唯一的女生，随团志愿者丁琪也是女孩，两个女生自然很快要好起来，“我们都差不多大，大家相处很开心，初中的时候学过一点点桥牌，昨晚他们还教我呢。”丁琪说。在全国范围内，北京、上海、广州和湖北势力较强，势均力敌最“过瘾”，几次比赛下来几支队伍的运动员好多都已经是赛场外的

朋友了，“孩子们很快就熟悉起来了，下了牌桌都是朋友。”上海队教练曹梓强说。

### 注重逻辑学会包容

桥牌运动考验逻辑思维，打得好的选手通常学习成绩都不错。上海队的6名队员全部来自吴淞中学，女队员王懿慈不仅牌打得好还是一位不折不扣的学霸，年级第一永远是她，门门功课都拔尖。而汤顺堃和朱一帆今年刚刚毕业，这一对搭档双双考入上海交通大学。“我们的队员基本都是从预备班开始学桥牌的，平时双休日、寒暑假都要训练，主要锻炼思维能力，孩子们说学了桥牌变聪明了。”曹梓强说。

比赛时，桌上两队四人被一块隔板一分为二，队友彼此不能相见，全靠平日积累的默契。曹梓强认为，默契全靠搭档之间自己感悟，通过讨论、防守信号的使用、叫牌等彼此交流，不断互相适应，有时候时间一长两个搭档成为最佳组合就分不开了。

而除了默契，湖北队教练孙蕾认为信任和包容同样非常重要，“其实桥牌是一个‘比错误’的运动，谁错得多就输了。但是这个年龄的孩子不可能不犯错的，所以搭档之间的信任和包容尤为重要，只有包容错误才能适当调整心态，迎接下一个挑战。”本报记者 易蓉

### 他山之石



参加学运会的新疆队(蓝)战绩不俗

## 爱踢球的孩子越来越多

新疆维吾尔自治区重点打造青少年校园足球普及工程，建立了符合校园足球特点和发展规律的新联赛模式——在15个地州市、89个县市的近千所中小学开展。比赛分5个阶段：校内比赛、县(市区)级预赛、地州市级复赛、南北疆分区决赛和自治区总决赛，有高中11人制、初中7人制和小学5人制男女共6个组别。

普及工程实施近3年，新疆中小学生学习参加校园足球活动的人数由上万人增至十几万人；直接参加足球赛的孩子由2000多人增至上万人；校园足球队由近200所中小学增至上千所。

新疆大部分学校涌现了“校校有球队，班班有赛事”的局面。如乌鲁木齐市第五小学，校园仅有一块小水泥地，却建立了5支不同年龄阶段的校足球队。同时还涌现出了喀什市十四中附小、阿图什市第三小学、乌鲁木齐市第三中学、喀什市一中、喀什地区第六中学等足球特色学校。本报记者 曹刚

### 志愿者日志

2014年7月30日 晴

这是我做全国学生运动会志愿工作的第12个工作日，从刚开始的不熟悉到现在的从容应对，我在这个过程中也在慢慢成长。我的任务是作为上海代表团的随团记者，每天的采访内容和对象都不同，今天上午我要采访游泳运动员毛坚，下午要赶去南阳模观看上海男篮的第一场比赛，任务艰巨。

上午的采访由我和带队老师刘老师共同完成，在上海市体育局的俱乐部进行。虽然毛坚只有15

## 随团记者奔波赛场

岁，但个子绝对高于我们中的任何一个人。采访进行了大约一个半小时，非常顺利。毛坚同学比同龄人表现得更为成熟，他心态一直很好，把游泳一直作为自己最大的爱好，每一次出去比赛都当作别样的旅游。从这些运动员的身上我们能学到很多优秀的品质，例如乐观、坚持不懈、不怕吃苦等等。

下午去南模看篮球比赛，同样获益匪浅。篮球一直是南模特色，这次比赛的队员中有5个都是南模的，上海队主教练孟家森接受我

采访时说道：“之后的比赛我们一场场拿下，每场都是硬仗。”

赛场边，我遇到一个澳门的志愿者，名字很有趣，叫“童话”。女孩愉快地说：“做自己喜欢做的事，怎么会累啊，我从小就很喜欢篮球，更何况是在我们学校比赛。”我听完深有同感，禁不住点头。我所遇见的这些人，我所经历的这些事，都是我宝贵的财富，不可复制的记忆，我会好好珍惜做志愿者的这些日子。

上海第二工业大学志愿者管理组 葛梦溪