

体育让童年更快乐系列之 (7)

“小不点”盖了姚明的“帽”

——篮球训练营成孩子欢乐之源

昨晚7时,上海男篮训练基地。两片场地,4个篮架,都有人在打球。场上奔跑着的,是李秋平篮球训练营的几十位小朋友。寒冷的冬夜里,篮球这个橙色精灵,正在施展开心魔法,让每个打球的孩子脸上,都洋溢着欢乐的笑容。

篮球小子

一个8岁的孩子打篮球能击败姚明?你肯定不相信。但去年热播的一则广告中,就有这么一个球技了得的“小不点”,曾经给“大个子”姚明来了一记漂亮的“盖帽”,而他,就是李秋平篮球训练营的“篮球小子”孙亚辉。

拍广告只是作秀,但亚辉的出色球技曾让姚明刮目相看:“和你比起来,我小时候什么都算不上。”亚辉从小就在篮球上展现很高的天赋,如今才上三年级的他已经很难在同龄人中找到对手。

别看孙亚辉小小年纪就这么厉害,其实9岁的他练球时间也不过3年多。当初怎么会想到让孩子练篮球?爸爸孙涛回忆说,亚辉5岁体检时发现患有贫血,医生建议让孩子加强锻炼,从那时起他就开始了运动之旅。

一开始并未专门练篮球,但后来孙涛发现儿子特别喜欢看篮球赛,一边看一边还模仿各种打球动作。看到儿子学得模模像样,孙涛的直觉告诉他:儿子最喜欢篮球,而且还很有天赋。孙涛干脆把儿子送到了李秋平篮球训练营,成了姚明的“同门师弟”。

亚辉的家中,到处能看到篮球元素:阳台上,一个大网兜装着二十多个半旧的篮球;走廊上,一个小型篮球架悬挂在两米高的墙壁上;电脑上,上千个他练球的视频塞满了硬盘空间……更难能可贵的是,亚辉不仅球打得好,而且学习成绩在班上也是数一数二。

快乐聚会

场地里,一群十来岁的孩子正在做一个篮球游戏,篮架下,杨先生脸上带着笑,正在看着自己的儿子杰瑞在场上快乐地飞奔。

小杰瑞很活泼,场上场下一刻不停,杨先生解释说,其实儿子以前挺孤僻的,但自从开始接触篮球运动,人变得开朗多了:“我儿子现在每周最期待的事,就是周六晚上来篮球训练营。在这里,他可以和很多要好的小伙伴一起玩,这是属于他们的快乐聚会。”

小杰瑞参加李秋平篮球训练营已经两年多,杨先生甚至已经计划好,今后几年都要让儿子来参加。“不是想让他当专业球员,只是培养孩子的一个爱好,我希望儿子的运动习惯能坚持一生。”在杨先生看来,小孩子是否热爱运动,精神面貌完全不一样。

13个小朋友,正在玩“打龙尾”游戏:外面6个人围成一圈,里面7个人连成“一条龙”,外面的人要连续传球,争取用篮球打中“龙尾”,被打中的人就得下场,直到只剩最后一个“龙头”。游戏很有趣,孩子们乐此不疲,甚至摔倒了也不叫疼,马上爬起来又投入“战斗”,一个小小篮球,让他们度过了一个开心的夜晚。

上海的小伙伴们很幸运,因为现在上海有很多特点鲜明的篮球训练营,不同年龄、不同水平的孩子都能找到适合自己的。李秋平、从学娣这两位前上海男女篮主教练,都是十几年前就搞起了青少年篮球俱乐部,甚至现在还在打CBA的刘炜5年前也发起以自己名字命名的免费训练营。这些上海篮球人的愿望,就是通过自己的努力,让更多的孩子喜爱篮球,享受篮球运动的乐趣。

本报记者 李元春

相关链接

培训参考价格

日常培训班课程:100-150元/每节课
周末班培训课程:3000元/24课时/半年
篮球冬令营:2500元/9天(吃住练)



“篮球小子”孙亚辉(右一)其出色球技,让姚明刮目相看

记者手记

开心就好

在篮球场上,快乐是个很单纯的概念。场地好不好,无所谓;比赛输或赢,没关系;有没有观众,更不在乎,能和小伙伴们在一起打球,就是最大的快乐,至于打篮球有助于强身健体或塑造品质等等,那是属于额外的收获。

其实兴趣是最好的老师,对于那些喜爱篮球的孩子来说,单纯的快乐很重要,只有毫无压力和功利性,才能更多体会乐趣。有种说法是,近几年CBA已经超越中超,成为中国第一职业联赛,这在某种程度上说,是因为篮球让人享受到乐趣,无论是自己在场上打球,还是在电视机前看比赛。

任何一项运动要想发展壮大,都离不开普及与提高,只有普及,才有提高,这是发展壮大的规律。而普及的前提就是快乐和兴趣。

你想快乐吗?快拿起篮球走上球场吧,那个圆形的橙色精灵,一定不会让你失望。

李元春



球场上,与大球星合影是小队员最开心的事

赢了过程 输了结果

中国女足新年首战有亮点

永川四国女足邀请赛是中国女足新年里的第一次亮相。昨天,姑娘们虽以0比1输给对手加拿大女足,但场上踢得主动,场面一点不输对手。

中国女足代理主帅郝伟上任以来,对中国女足进行了大刀阔斧的改革,最重要的一项是在人员上的调整。昨天亮相的中国女足,平均年龄只有22岁,像前锋王霜等球员都是从中国女足U17队中上调的队员。“新”是这支国家队的代名词。

对手加拿大女足刚刚获得了伦敦奥运会铜牌,目前世界排名第七。虽然加拿大队也并未全力登场,但球队中有近一半球员经过了奥运

会的锻炼,实力不容小觑。球场上,年轻球员组成的中国女足大部分时间占据主动。尤其是上半场,小将张睿一人在对方禁区内两次凌空射门,一次抽射给对方大门造成了很大的威胁。要不是加拿大队守门员超常发挥,胜负很难预料。

新人能挑大梁,给代理主帅郝伟手中的牌有了更多组合的空间,战术更加丰富。昨天球队核心浦玮发挥可圈可点,她不仅经验丰富,弥补年轻球员的不足,而且不惜体力的奔跑和积极的拼抢,给大家做了示范。

“这种比赛我们输得起。”代理主教练郝伟赛后一席谈,说得很有底气。

本报记者 钟喆



年轻的中国女足(左),面对强队敢打敢拼,踢得积极主动

图 IC

体坛观察

“刚刚开始,就已结束。”这是球迷对短暂的排球联赛赛季的调侃。名帅郎平更是对匆匆忙忙的联赛作出了自己的形象比喻:“这样的联赛就像去菜市场赶集。”

赶集般的比赛,使得以老队员为主的恒大女排在本赛季输了多场比赛。如赶集般的比赛更是摧毁了一些强队,一些老队员因劳累、伤病,不得不告别比赛。毋庸讳言,几乎所有的球队对联赛过于密集的赛程满腹牢骚。

上海女排5年来首次跌出前三名,虽有主观上自己在比赛中的失常,但也有客观上所面临的种种艰难。上海女排的主力队员年龄偏大。伤病、长途跋涉,连续征战7个客场,游走大半个中国,就直接把她们累趴下。马蕴雯、卞雨倩、奚希、朱慧菁一批主力大都被伤病困扰。在有伤的情况下,还要疲于奔命,比赛的水平发挥就可想而知了。如果要埋怨的话,还不如给予同情。

有人问,联赛为何变成了“赶集”?

有关方面有自己的解释,缩短赛程,主要是为了今年的全运会预赛。职业联赛为全运会让路,是中国体坛的一大怪现象。

实际上,究竟有没有必要为了全运会的预赛而牺牲联赛。从时间上看,大可不必。以女排为例,联赛从11月10日开始,未能进入前八名的,比赛在12月11日就结束了,只有短短的一个月。12月15日开始八强赛,1月27日全部结束。也就是说,整个联赛仅仅用时两个半月。假如,比赛延迟至春节之后,又何妨?看似多了一个月的时间,但整个赛程就会宽松许多,球员们也不会劳累不堪。

排球联赛如“赶集”,或许是决策者灵机一动,抑或是拍拍脑袋造就的。其实,当我们设身处地为球员的健康想想,把他们当成自己的孩子来呵护时,赛程或许会多点人性化,也会受到大家称赞。

本报记者 李京红

全国女排联赛半决赛首回合 北京恒大占先机

本报讯(记者 李京红)全国女排联赛半决赛首回合的争夺昨天全面展开。蔡斌率领的北京女排以3比1力擒常规赛冠军天津队,抢占晋级总决赛的先机。而恒大女排同样以3比1战胜了浙江女排。

在常规赛上,北京女排两负天津女排。在昨天的比赛中,北京队能够最终胜出,一是充分发挥身高优势,在网口给予对手足够的压力;二是对对手的进攻队员进行针对性拦防。

全国女排联赛半决赛的第二场比赛将于下周二进行。如果北京女排能在第二场半决赛中取胜两局,她们就能晋级决赛。