

# 成都：村小“排球少年”的逆袭

本报记者董小红、袁秋岳

在成都最激烈的排球赛中，一所名不见经传的乡村小学夺冠。是请了专业教练，还是有天赋异禀的队员？

答案在所有人意料之外。这所乡村小学只有260名学生，学校排球队正式组建不到两年时间，大多数孩子都是村里土生土长的娃娃，仅有的两位排球教练是教其他学科的老师“兼职”，至今没有一个室内排球馆，排球架和排球墙是校长“化缘”而来……

这样一所乡村小学，怎么会培养出如此厉害的排球队？是什么让这些“排球少年”逆袭夺冠？这里的孩子为什么如此热爱排球？

## 逆袭

全市304支排球队、3500余名队员参赛，总比赛场次达399场，参赛队伍和参赛人数均为历届之最……这是成都市上最大规模的青少年排球锦标赛，而在如此激烈的争夺中，首次参赛的蒲江县五星学校居然捧回了一个冠军奖杯和一个亚军奖杯。

五星学校在哪？是什么样的学校？为何能“一鸣惊人”？

记者驱车从成都市区往西南方向开，大概一个多小时的车程，到达蒲江河和临溪河两河交界之处，五星学校跃然眼前。走进校园，正对大门的一块大石非常醒目，上面写着六个大字——“做最好的自己”，这六个朴实朴素的大字已经彰显了这所乡村小学的气质：自立自强、奋发向上。

大石背后，是学校的教学楼，仅有3层楼，修建于20世纪90年代，外墙经过岁月的洗礼有些老旧发黄。最引人注意的是，每个教室窗外都有一根长长的不锈钢挂架，上面整整齐齐钉着挂钩，每个挂钩上悬挂着一个排球网兜，里面是颜色不同的排球，每个排球上还用彩色笔写着主人的名字。不少排球上有明显的磨损痕迹，显然是使用比较频繁导致。

窗户里是琅琅读书声，窗户外悬挂着一个排球，这样看似“奇特”的景象，却是这里孩子们的日常。

叮铃铃……10点20分，上午大课间的铃声响起，只见孩子们从教室里走出来，每个人都从自己的网兜里拿出排球，一边流畅地垫球，一边往大操场跑去。

说是大操场，也只是教学楼后面一块比较大的空地。与很多学校不同，操场上不同方向排列着6个排球网架，娃娃们垫着排球鱼贯而入，组成不

同的队列，开始进行排球训练。

低年级小娃娃在靠近教学楼的一块空地上，自发地练习垫球。大家整整齐齐排成几路纵队，相互间隔开大约一米远，半蹲下，含胸收腹，两手相叠，轻轻一垫，排球稳稳上下来回弹跳，“一个、二个、三个……”在垫球的同时，数个数的声音也此起彼伏。

“我们是分类练习，年纪小的娃娃先练垫球，打好基础才能学排球其他技术。”五星学校排球队教练范顺全说。很多时候，作为教练的他，只是站在一边观察。

最激烈的是高年级学生的训练。他们模拟真实的比赛场景，发球、拦网运用自如，传球、扣杀配合默契，不时上演的飞身救球，身姿矫健，场外发出阵阵欢呼声和助威声。

而另一边的排球墙旁，一组队员在认真进行对墙垫球练习，一个个排球从孩子们手中弹出，有力地击打在墙上，又反弹回他们手上，大家眼神专注地盯着排球来回运动的方向……

这是孩子们的训练日常，在这些认真训练的身影中，就有日前参加比赛捧回奖杯的娃娃。每个专注坚定的眼神里，都是这所乡村小学排球的力量所在。

## 改变

“立正、稍息，做高抬腿10个，一、二、三……”正在组织队员训练的李诗蕊目光坚定，声音洪亮。她站在队伍最前面，虽然个子比队员们明显矮不少，但身上散发着一股力量。

李诗蕊是五星学校排球队队长，今年11岁，身高仅1.32米。在过去一年里，她带领五星学校排球队“大杀四方”，小小年纪的她用实力和毅力，在排球队里赢得了绝对的权威。

很难想象，以前的她曾因身高陷入深深的自卑，甚至一度都不敢抬头跟人打招呼。

排球，让她的生活有了改变。三年级开始接触排球的时候，还有同学开玩笑说“你才一年级打什么排球”，这是在笑她矮。

但李诗蕊不服气，只要一有机会她就抓紧练习，下课练、回家练，从刚开始垫球不到20个，到后来能连续垫球几百个不掉……她心里一直憋着一股劲，就是练好排球，让大家不笑话她。

教练范顺全看到了李诗蕊的坚毅与决心，给予了这个大家一开始都不看好的“小不点儿”极大的鼓励。后来，李诗蕊通过刻苦训练，成功进入排球队，并且成了技术最好、悟性最高的队员，



▲五星学校的低年级学生在练习垫球技术。 本报记者董小红摄

还担任了队长。在这个过程中，她也真正喜欢上了排球，下课玩儿排球、课间练习基本功、课后琢磨球技，排球已经成了她生活中不可或缺的一部分。

“打排球让我变成了更好的自己，一打排球我就精力充沛，整个人都很开心。”李诗蕊说。聊起排球，这个小姑娘眼里闪着光芒。

五年级的廖科玮今年也才11岁，目前是学校排球队主力队员，最近已经被四川省级排球队的教练员“看上”了。排球，给廖科玮的人生带来了更多自信。

“以前我性格比较内向，不愿意跟人多说话，现在进了排球队，天天跟大家一起训练，觉得生活都有色彩了。”廖科玮说。

还不满11岁的陈颖菲也感受到了排球带来的力量。陈颖菲从小身体弱，练习排球一年多，她觉得身体越来越“壮”，不容易生病了，视力也改善了。

“排球需要专注盯着球，经常练习，让我在课堂上更有专注力了。”说起排球，陈颖菲神采奕奕。与很多同龄女孩子不同，她的手掌上起了茧子，皮肤肯定黑一点，但我不在乎，这是健康美。”她笑着说。

## “攻心”

五星学校所在的五星镇位于蒲江、临溪两河交界处，地势相对低洼，年年都会遭受洪涝灾害，蒲江县但凡能赚点钱的产业都不来这一带。因此，这里是蒲江县经济最落后的地区，也是外出打工人员最多的地方之一，随之产生了大

量的留守儿童和离异家庭。

在五星学校，留守儿童占了百分之六七十。最严重的时候，有一个班70%的学生都是离异家庭子女。有些离异家庭重组后，前一个家庭留下的孩子更容易被忽略。

面对这些经济条件较差，又缺少父母陪伴的孩子，校长李国刚很心疼，也深深地明白“自强自立”对于他们的人生有多么重要。他教育孩子们，越是经济条件比较差，越是要做最好的自己。

而体育的拼搏精神正是自强不息最好的体现。孩子们在不到3年的时间里，从零开始接触排球，到一举夺得冠军奖杯，靠的就是这种敢拼敢赢、不甘示弱的精神。

李国刚的“这一套”被范顺全称为“攻心”，不仅仅对学生，也对老师、对家长。作为一所乡村小学的校长，李国刚深知，在小学阶段，家庭教育对这些低龄的孩子会产生多么深远的影响。

与城里孩子兴趣爱好广泛不同，这里的娃娃没有条件学钢琴、学冰球、学跆拳道……排球可能是他们唯一的爱好。

曾经，有的农村家长不愿意让孩子练习排球，觉得是“不务正业”。李国刚理解他们，家访时他经常带着老师一起说服孩子家长。“要让家长看到孩子的改变，孩子开朗了，学习也更积极了，家长也就慢慢支持了。”李国刚说。

五星学校每个月还会召开“小型主题家长会”，一次只叫10多个有共性的孩子家长来。例如，这段时间长期不完成作业的，或者这段时间明显感觉到孩子不快乐、内心自卑的。家长来

一次相当于上了一次“培训课”，不管孩子成绩好还是差，要让每个家长都能感觉到学校对他的孩子很重视，也让家长对学校保持了高度的信任。

学校还开展了全民阅读活动，“想要学生多读书，家长要带头读书”。李国刚鼓励家长读书，写读后感，在学校评选“书香家庭”。一开始老师心里面也没底，大部分家长都是地地道道的农民，会不会写不出、写不好，或者干脆从网上下载应付了事。没想到，在老师的引导下，不少家长都写出了发自内心的感想，虽然语言不算优美，但都能真切地表达感情。学校通过征文，用微信平台推送家长文章，给家长颁奖，把全校家长都调动了起来。通过家长和互相激励，营造了浓浓的阅读氛围。

为了解决孩子回家没人管，手机管理、作业管理和体质管理等“五项管理”都无法落实的问题，五星学校针对三年及以上的孩子提供了自愿免费的寄宿服务。

最开始的一个月只有一半的家长把孩子送来寄宿，这些住宿的孩子在老师带领下，不看手机了，作业和阅读也完成了，晚上8点半就能熄灯睡觉，孩子们还学会了生活自理，自己洗漱、洗衣服。

现在几乎所有三年级以上的孩子都选择了住校，有的孩子家距离学校只有200米，也强烈要求住校，因为住校能跟大家一起练排球；有的孩子到周末和寒暑假都不愿意回家，因为“学校太好玩儿了”。

## 尊重

在五星学校，孩子们脸上有笑，眼里有光，走起路来蹦蹦跳跳，充满了朝气，是快乐的孩童应有的模样。

这是排球给大家的活力，也离不开校长李国刚所恪守的“对儿童天性尊重”的理念。

在李国刚看来，当学校、老师们顺应着孩子的成长规律去教育，孩子们就会变得越来越好，“在我们学校里，老师从不觉得有‘调皮’的学生，哪怕娃娃学习学不懂，老师也能关注他，理解他。”李国刚说。

组建排球队，带着娃娃们练习排球，也是李国刚尊重孩子天性“爱玩”的一个尝试。

以前，这所乡村小学从来没有过正式排球队，没有专业的排球教练，连排球网架都只有一个锈迹斑斑、摇摇晃晃的。

之所以要组建排球队，是李国刚心里希望娃娃们能强身健体的一个执

念。“农村的孩子，普遍家里条件没有城里好，不少娃娃的父母忙着外出打工，为了生计奔波，都顾不上照看孩子。以前一些娃娃下课后就吃零食、贪睡，不喜欢学习，长此以往身体也不好。”李国刚说，要改变这种情况，需要给娃娃们从小培养一个体育爱好，因为“体育不仅能强身健体，还能让人心志坚定”。

有了这个想法，他和学校其他老师一起思来想去，最后选定了排球。学校有两名老师年轻时练过一段时间排球，有点基础，可以“兼职”当教练；再加上排球便宜，一个普通的排球二三十块钱，农村家庭也买得起。

于是，范顺全和双中涛两位老师“兼职”成了教练，学校排球队从无到有。作为教练，两位老师很多时候也只是安静地在一旁观察、指导、鼓励，在讲解完基本规则和技术技巧后，让孩子们自发地练习“球感”，真正喜欢上排球。

“在训练中，我们慢慢发现，农村孩子皮实，很多娃娃吃得苦，接触排球后，他们经常放学后主动练习，真正喜欢上了排球。”范顺全说。

在这所学校，尊重无处不在。“分数”从来不是用来评价学生，甚至评价老师的主要标准。李国刚认为，“小学生多考5分和少考5分，其实没有多大区别，也不具备太多的参考价值。”

李国刚介绍，五星学校评价老师是从多个维度去考核，例如育人工作、教学研究、素养提升、师生结对、家访工作等，学生分数占教师绩效不到20%。

但这里的孩子升入初中以后，绝大多数都会成为各自班里的优秀学生。

李国刚说，他7年前来到五星学校时，孩子们还是比较“害羞”的，面对陌生人眼神是闪躲的，也不那么活泼。他还能明显感觉到孩子们对自己的畏惧。

随着排球训练融入日常，学生的精气神发生了很大变化，学生和老师的距离更亲近了，心理距离越来越接近，孩子们也明显越来越活泼。

李国刚说：“我每天跟这些小朋友一起玩排球，玩得很高兴！学生们对校长很亲切，到我办公室随进随出，向我讲述学校发生的各种事情，这都是我以前从来没有遇到过的。”

李国刚认为，运动是让学生风貌发生变化的最大因素，“爱运动的孩子都是健康蓬勃的，是真正的向阳而生。”

# 宁波：“手球小将”的乡村与赛场

本报记者郭雨祺、顾小立、张璇

“贴住他们，传球要快！”

教练吹哨的间隙，程真边跑边说战术，他神色严肃，和队友配合射门，接着是一个庆祝动作，就像专业球员那样。

日落前气温5摄氏度左右，浙江宁波江北区费市小学手球队的男女孩子穿着橙色、绿色的队服奔跑，有的头上冒汗，有的直接换上短裤。

大约1小时40分钟后，队员们结束了当日的训练，37个十一二岁的孩子和教练道别，三三两两走出校门，身影很快融入费市村的暮色里。

## 寻一席之地

程真四年级时成为费市小学手球队队长。

午休时在操场席地而坐，他不像在球场上那样“霸气”，说话有些腼腆。交谈中我们得知，程真读小学六年级，他的父母是江苏淮安人，2009年到宁波做水晶相册生意。

“刚进小学我接触到手球，觉得好玩，下课就玩一会儿。”小学前几年，程真在父母的的要求下“先把学习搞好”，后来才分给体育运动更多精力。

手球为程真打开了新世界。球队里，他有最好的朋友，这两年跟随比赛他走出了江北区，在其他地方结识了更多朋友，他们有共同的爱好、共同感兴趣的话题。

“你看这一个小小的球，它意味着我的团队荣誉，让我更勇敢、更加自信。”他说。

这正是校长陈邦银在学校推广手球的初衷。

2016年到任费市小学校长，陈邦银了解到七成学生是外来务工人员子女，想为学校寻找一条合适的发展赛道。

经过一番调研，陈邦银把注意力放到体育项目上，考虑到乡村小学底子薄，他选择了手球——一个相对小众的奥运会项目。

他咨询了其他学校校长和体育老师，了解到这是一项起源于欧洲的运动，国内赛制已经比较完整。“那是我第一次知道手球，都不清楚球长什么样，更不知道有哪些赛事、规则。”

就在一栋栋村民自建房和厂房中间，陈邦银把一块“烂泥地”改造成了手球场，球网都是手工做的。那时候老师们心里就一个目标——先把项目搞起来吧。

2016年11月，费市小学手球队成立。

陈邦银说，孩子们通过这项运动更加懂规则，团队意识更强。“有些队员能够很好地把学习跟运动结合起来，因为运动能够促进学生综合素质的提升，比如说自觉性、意志力，其实对于促进学生的学习有极大帮助。”

这一席之地，对于陈邦银来说，是提升办学质量的支点；对于每天练球的小学生们来说，则是专注地奔跑、配合、投掷的平台，更是在赛场上拼搏、认识新朋友、去触碰奖杯的桥梁。

## 夺冠

2018年，费市小学报名全国小学生手球锦标赛。

这次比赛对于很多孩子来说是第一次离开熟悉的地方，通过适当心理



▲费市小学手球队的程真(左四)在传球。 本报记者郭雨祺摄

疏导，他们到达赛区第二天基本适应下来，还会自己洗袜子、洗衣服。

比赛一场场打下去。先是小组赛，小组第一场交叉赛，全胜进入半决赛、决赛。决赛场上，两个学校交替领先，终场哨响，双方打成平局。进入点球阶段，第一轮依然平局，第二轮点球决胜负，第二轮时费市小学守门员把对手的球挡在门外，再上场的男孩子完成了一个刁钻射门，球进了，胜了。

“那是我们第一次进全国锦标赛决赛，确实心里没底。”陈邦银说。回忆夺冠，他还是很激动。

说起同一年的江浙沪手球联赛，陈邦银认为那是一次重要的赛事经验积累。决赛对手整体个子更高，费市小学一开始是落后的，打到一半下起瓢泼大雨，球员们接不住球了，教练喊了暂停。

来形容队里的孩子。“他们有股不服输的劲儿。”

几年时间，学校培养的手球队成为了耀眼的黑马。学校现有男女U10、U12共四支青少年手球队，已获2018年、2019年全国小学生手球锦标赛U10男子组的冠军。

教学楼和球场之间的木屋里，整齐齐摆着金色的奖杯。冠军奖杯旁边，还展示着“江北区学校体育竞赛总分小学组第一名”“江北区中小學生田径选拔赛小学组第二名”等等荣誉。

手球训练整体上提高了学生的身体素质。“学校现在有780多名学生，全国中小學生体质健康测试我们的合格率达99%以上，优秀率也从原来的20%提高到50%，这个提高幅度与我们全体学生参与手球运动是有关系的。”陈邦银说。

每天训练时，你会看到一排低年级同学隔着灌木带向球场张望。偶尔有球飞出去，几个小男孩就捡起皮球抛来抛去，在被选进手球队之前，观看训练就是启蒙。

## 球场之外

傍晚时分，炊烟从费市村高高低低的农民房中升起。程真推开自家的铁门，吱呀声中，奶奶正在院子里做饭。

几平方米的空间里，锅碗瓢盆摆满案台，做饭用的炉子烧得火热。

一家7口人住得有些拥挤。程真写作业的地方在父母床边，塑料凳上铺一块玻璃便成了他的桌子，人坐在更矮一点的塑料凳子上。

他笔触细腻，作文《街头》这样写道：“冬日黄昏时，阳光照耀在白花花