

超燃!

## 板球少年的热血青春

今天的故事主人翁不是一个人,而是一个团队。他们是上海市商贸旅游学校学生板球队队员。这群少年,一起在赛场上挥汗如雨,一起经历比赛的酸甜苦辣,一起见证彼此的成长。

记者 徐红清



### 1 黄浦区唯一一支高中阶段的板球队

板球,又名木球,被称为“绅士的游戏”,是一项崇尚体育精神和公平比赛的运动。

2011年,为填补黄浦区学生体育比赛板球项目的空白,商贸旅游学校选派赵华、戴杰两位老师参加上海市板球协会举办的裁判员、教练员的培训,并成立黄浦区唯一一支高中阶段学校的学生板球队。两年后,两位老师

又获得了亚洲板球协会颁发的“国际一级教练员”专业证书。

“当时也是从零学起。”那时候,体育教师赵华也从未接触过板球,而现在再提起板球,她已俨然是专家级别了。“板球的规则特别多,计分还是使用英语的,对教练和队员要求非常高。”这么复杂新鲜的体育项目,一开始就吸引了学校众多同学的参与。

### 2 看似简单的动作背后是上万次练习

“我很多初中同学现在读的学校,一个篮球队里几十个人,连球都摸不到,我参加的板球队,他们听都没听说过!”说起第一次接触板球,击球员程洋记忆犹新。“刚开始训练时,没想到板球这么难,看似简单的击球动作,却有很多‘小门道’。比如,在球飞过来的一瞬间,就要迅速判断应该打前跨防守还是后跨击球,是横扫还是打切拉;同时眼手配合,找到击球板平面与球落点的精准位置,决定了击打出去的力量能否达到最佳效果。不能有半分犹豫!”板球项目锻炼手眼的协调能力,是集上肢动作控制能力、技巧与力量为一体的综合性运动。通过上万次的练习,选手才能在比赛中

达到眼疾手快,反应灵敏。

虽然规则复杂,但板球独特的魅力还是深深吸引住了同学们。每到训练时,穿上队服,戴上头盔、手套、护腿,手挥球板,那叫一个“高端大气上档次”!当然,高大上的装备不是最重要的,板球运动大大丰富了学生的课余时间,有些队员通过一到两年的训练,参加全国、上海的各类赛事,在获得成绩的同时,找到了成功的感觉。曾经内向腼腆的程洋在队里有了一群“好兄弟”,日积月累的训练更让他拥有了强健的体魄和坚韧的毅力,“变得更加开朗和自信了,这些改变对我今后踏上工作岗位肯定是有益的。”

### 3 一上赛场,就不愿意“下来”

在这个团队里师生、生生共同训练、比赛、拼搏,板球运动给团队成员带来的改变不仅是自信心的提升,它也是培养队员组织、合作、沟通、团队精神的有效方式。

在赵华老师眼中,队长蒋玉龙的变化就很明显,“责任心强了很多,作为队长,会关注很多团队里的小细节。”去年暑期,为了备战全国赛,全队顶着42℃高温,来学校集训,为了防止队员们中暑,蒋玉龙每天细心地帮队员们把水放进冰柜,休息时则和大家分享自己的训练经验,讨论战术,并且协助教练和老师教导队员们学习板球的技术。“我想成为王牌投手。”为了这个目标,身为投球手的蒋玉龙,每到中午的休息时间,就提着两个球桶在操场上加练。有这样的队长做榜样,队员们也是士气满满,主动增加训练时间。

汗水见证板球技术的提高,比赛燃烧属于青春的热情!和队里的很多人一样,程洋至今都记得一年级作为替补队员第一次参加市级决赛时的情景,“当时下着大雨,对手又是实力远高于自己的专业队,因为怕受伤,老师都要求放弃,但场上每一个人都不愿下场,坚持到了最后一分钟。”尽管只是替补队员,一直在场边观战,但学长们的那份专注、拼搏、不认输,深深打动了他。“就是从那一刻,我找到了自己的目标。是板球,一路见证了我们最好的成长。”

