

## 2020第三届上海市校园排球联盟冬令营圆满落幕

# 排球小将切磋技术开阔眼界

本版撰稿 本报记者 龚哲汇

1月17日的上海气温骤降,全市中小学已经开启了寒假,但这些热爱排球运动的学生,假期的排球活动依旧没有停歇。一辆辆大巴从全市各区驶向黄浦学校,一群热爱排球的少年,把体育馆内的气氛烘托得一片火热。这些运动员从2019上海市校园排球联盟联赛中脱颖而出,有的还在排球联赛中斩获最佳运动员殊荣,以优异的表现为自己赢得了参加2020上海市校园排球联盟冬令营的机会。

### 参营学生创新高 开营增加仪式感

开营仪式开始,作为东道主之一的黄浦学校校长钱红女士,为全市的排球运动员及教练员送上了欢迎词。为了增加活动的仪式感,联盟创新地为每个组别定制了此次冬令营的营旗。此外,联盟还为参加本次冬令营的每位营员定制了运动服,身着整齐统一的排球套装,营员们也觉得很“这次活动有非比寻常的仪式感”。

“今年是上海校园排球联盟创立以来,举办的第三届冬令营了。近几年我们通过办赛办营,联盟内部也在不断探索,一方面扩大影响力,一方面让活动更丰富。”看到有如此多热爱排球的学生不畏严寒参与活动,上海市校园排球联盟专家委员会委员、复旦大学体育教学部副主任朱寅申也相当欣慰,“今年来参加冬令营的学生比往年更多,相比刚开始办冬令营活动的时候,大家的积极性有了很大的提高,不少队伍补充进来,踊跃报名参加活动,这是非常可喜的。”

### 师资保证软实力 衣食住行有保障

随着校园排球的影响力不断扩大,对于上海市校园排球联盟的要求自然有所提高。朱寅申表示,联盟在今年的冬令营也相应地加大了投入,“首先可以看到,我们在教练资源方面,聘请了更多专业的排球师资力量,来自各高校的排球教练、来自上海体育学院的排球专家都亲赴学生球场,加深了学生对排球这项运动的理解。”虽然冬令营持续的时间不长,但理论课、体能课、技战术课等一应俱全,几节课下来,学生收获颇丰。

除了教练等“软实力”有所提升外,校园排球联盟的冬令营“硬件指标”也让参加活动的学生和教练感到满意。朱寅申特别感谢了黄浦学校和复旦附中青浦分校的大力支持,“在冬令营期间,包括食堂、住宿、场馆等一系列后勤工作都让我们非常满意,这样的环境也让家长老师们放心,从而有利于我们工作的开展。”尤其是对于U13和U15的学生而言,在复旦附中青浦分校的衣食住行让他们流连忘返,“虽然是新环境,但条件很适合集训,希望以后的活动能多延续几天。”几位学生在活动尾声不禁感叹快乐的时光总是如此短暂。

1月19日下午,冬令营活动圆满落幕。主办方为每一位参加冬令营的运动员赠予富有纪念意义的结业证书,希望他们在回到学校后,能把这段回忆带回学校,传播给更多的同学。活动最后还特别安排了升旗仪式,面朝五星红旗、上海市校园联盟旗以及冬令营营旗,队员们也暗下决心,在未来会继续提高自己的排球水平。

1月17日,2020第三届上海市校园排球联盟冬令营开营仪式暨排球嘉年华活动在上海市黄浦学校开启。本次活动由上海市校园排球联盟主办,吸引了全市17所学校的近280名运动员参加活动。U9、U11、U15、U17四个年龄段的运动员分别在上海市黄浦学校以及复旦大学附属中学青浦分校度过了为期三天的冬令营时光。通过活动,营员们不仅提高了排球的技术,加深了对排球的理解,各支队伍彼此相互切磋,也让营员们的眼界跳出学校,提高到区、市的层面。



在2020上海市校园排球联盟冬令营闭幕式上,同学们都得到了锻炼并且拿到了证书

本版摄影 本报记者 龚哲汇

## 排球嘉年华培养兴趣

的1分。

在嘉年华活动中,各所学校的带队教练也卸下了往日严格的一面,和队员们一起享受游戏,享受排球带来的快乐。“今年是我们中北一小第一次参加排球嘉年华活动,你可以看到孩子们在这里进行游戏是非常开心的。”中北一小排球教练魏煜华说道,这位带队老师还身兼球队摄影师一职,在活动现场用相机记录队员们最纯真的笑容,“因为今天正好是放假第一天,让他们在寒假里走出家门,走向球场,很感谢上海市校园排球联盟提供了这样一个机会。”带队九年,魏煜华只因为“能和孩子们一起玩很开心”,坚持带U9和U11年龄段的队员到现在。面向低年龄层的队员,他认为主要以激发兴趣为主,“我们招孩子过来,首先要培养他们的兴趣,在提高他们的兴趣

之后,逐渐开始抓基本功。没有兴趣他就‘逃掉’了,‘逃掉’他就不训练了。”魏煜华坦言,自己拍下队员们在场上的风采,也是为了让家长和孩子每天看到成果,鼓励他们继续坚持排球运动。

来自位育初级中学的教练赵子馨也有相同的看法,在她过往带领的队员中,有一些队员是因为家长强迫或抱有“功利性”态度来参加排球运动的,他们的主动性不如有兴趣的同龄人。“技术和乐趣是相辅相成的,如果没有乐趣的话,他就没有充足的耐心去培养完善自己的技术。”在课余之后,赵子馨偶尔会带队员去卢湾体育场观看上海男女排的比赛,“欣赏高水平的比赛,既有学习观摩的意义,也会在队员们心中树立排球榜样,激起他们更多的兴趣。”

与此同时,对小队员的基本功训练相当重要。在嘉年华发球游戏中,来自高安路一小的教练姜文浩主动安排队员们去捡球,并要求以发球的动作将球送到工作人员手中,即便是游戏时间也不忘“偷偷加练”,“排球这项运动就是要累积不停地练习,趁捡球的时候提高他们的发球技术,那么让他们的排球水平有进步,水平提升了,自然也会收获到更多排球带来的乐趣。”此次冬令营之前,中国男排遗憾未能晋级奥运会舞台,身为一名基层教练,姜文浩认为只有做好排球推广工作,才会让更多人喜欢这项运动,他也在为此尽自己的绵薄之力,“由基层抓起进而普及,这样高水平的队伍才会有更广阔的选材范围,在比赛中才会有更优秀的运动员脱颖而出,为国家带来更多的荣誉,为喜爱排球的人带来更多的快乐。”

## 小个子闪耀大平台

藏着巨大的能量。

“亭林小学组建排球队时间不长,也没有什么专业的教练和训练课。”教练李祝君坦言,自己不过是一名普通的体育教师,从没有过什么专业的排球经历,“我自己也是边看边学,教参、视频看了不少,然后自己融会贯通后教给队员们。”他从一年级开始带起,队中几名球员水平有所提高,进而在区级的比赛中取得佳绩。

“不过以前,像亭林小学这样的非排球名校,能去市里进行比赛的机会很少。难得有机会,那些对手根本不会把我们放在眼里。所以感谢上海市校园排球联盟,能够提供这样一个平台,让更多普通的小学,普通的学生展现自我。”

“值得高兴的是,现在来参加排球比赛、排球活动的,不再只是各区的少体校和排球名校的学生,更多的普通学

校学生也来参加,排球与学习两不误。”李祝君表示,自己带队的学生学习成绩都非常不错,刚刚结束的期末考试,不少队员都名列年级前茅,“有句话说得好:‘做好人,读好书,打好球。’这也是我一直和他们说的话,不能因为排球就落下日常的学习功课,这也是我们体教结合的目标之一。”

自上海市校园排球联盟成立以来,联盟致力于将排球运动推广到上海市的各所学校。从起初几所学校参加联盟举办的赛事和活动,到今天覆盖全市16个区的近百所学校,校园排球联盟队伍不断壮大。今年的精英训练营和冬令营活动,比上一届就多出了近百名学生参加。

此次冬令营活动结束后,农历春节前校园排球联盟的活动也将告一段落。但对于联盟而言,他们的工作还完全没有结束,联盟相关负责人表示,未



施嘉豪

来还有夏令营、杯赛、联赛、精英训练营等赛事活动,届时会有更多的创新,同时关注到更多的群体,辐射更多的学校,让全市的学生都参与到排球联盟组织的不同比赛和活动当中。而像施嘉豪和亭林小学这样普通的排球参与者,也将不断涌现。