(家) 走在淮海路上的向明人

队员还是在操场上训练,"塑胶场地也是后来才换的,更别说 篮球馆了"。那个时候,卢湾校区礼堂门口的大台阶时常能看 到女篮队员的身影,跑/跳台阶成了她们训练体能的好方法。

"向明体育的传统项目原来还有乒乓和游泳。其中, 篮球 和游泳都是我们自己培养的。"谢懿坦言,在当时很多人认为 是不可思议的"奇迹",因为向明没有篮球馆,也没有游泳馆, 却能够培养出世界级的运动员。

据悉, 1987年至今, 向明中学向高校高水平女子篮球队输 送了193名优秀运动员, 向一线队(篮球、游泳、乒乓球)输 送了近50名运动员。乒乓球教练纪大威、吴建华、游泳教练邓 鹏里, 篮球教练房金庆、董烨、何岁、陈虹、谢懿、李仁等作 出了重大贡献。

虽然不能像别的同学那样享受假期, 但因为喜欢篮球, 女 篮运动员陆薇觉得一切都很值得: "我很喜欢拼尽全力后取得 胜利的感觉。"

今年3月在山东日照举办的全国第十八届女子高中锦标赛 上,向明女篮拿下第六名。这是陆薇第一次参加该项赛事,也 让她留下了深刻的印象, "虽然只有第六,但我们打出了自己 的最好水平,没有留下任何遗憾"。

原来在小组赛中,向明女篮就遭遇了东道主日照一中和济 源二中两个强敌, 但小组赛只取前两名晋级。在与济源一中的 比赛中, 陆薇和队友们通过配合, 坚决执行教练以高度打内线 的战略,成功克制了对手速度快和投篮准的优势,在落后10多 分的情况下在第四节成功上演大逆转,最后还赢了对手10分。

"在对日照一中的比赛中,我们同样发挥出了自己最好的 状态与水平, 比赛打得十分胶着, 其实是有机会取得胜利的。" 如今, 陆薇已经在期待与更多高水平的球队切磋球技了。

从体教结合到体教融合

"我们在培养队员时,不仅注重训练她们的篮球技术,还 要让她们学会用智慧打球,这对球员未来的发展、人格的塑造 和养成,都有非常好的帮助。"作为上海体教融合重点学校, 向明中学校长芮仁杰说: "60多年来,体育作为向明创造文化 品牌中的一个闪光点,在学校教育有着重要地位。"

据介绍,1962年,当时国家体委的举国训练体制开始逐步 在各地展开, 向明中学因有着严格的管理制度, 良好的教育资源,



副校长蒋蓉(第二排右二)率向明女篮出访美国。

时任分管体育的副市长宋季文审时度势,以其独特的视野把市中 学生篮球联队落户向明,这开创了把一个市级运动项目放在一个 中学的先例, 也是上海体育系统和教育系统两者优势互补相互结 合的雏形, 比最早提出的体教结合政策出台早了50余年。

1988年12月31日收到国家教委(88)教体司字046号文, 明确了同意上海交通大学与向明中学挂钩培养体育运动后备人 才的意见。由此建立了上海交通大学—向明中学(高、初)— 卢湾第二中心小学一卢湾少体校的一条龙训练管理模式。

1989年8月15日,姚秉华校长应国家教委邀请在河北唐 山召开的"全国培养体育后备人才试点校座谈会"上介绍了向 明中学的做法,时任国家教委副主任邹时炎在总结中称为"向 明模式""卢湾模式",此讲话以通知形式下发全国。同年8 月22日姚秉华校长应国家教委邀请再赴大连参加"全国试点中 学管理办法"的起草工作。

1996年在沪教委体(96)第14号关于印发《关于本市培 养体育后备人才试点中学招收优秀初中学生运动员的暂行办法》 的通知中再次明确了外省市运动员通过向明中学(国家教委规 定可全国招生)渠道,按录取通知书办理入沪户口手续。这也 是现行的市二线运动队学校招收外省市应届初中毕业体育特长 生(50个名额)的前身。

时间来到 2020 年,在芮仁杰校长的领导下,向明中学又创 建了向明教育集团女子篮球队一条龙训练管理模式,向明篮球 在自身不断创新发展的同时也在默默地为上海中学生篮球事业 发展贡献着自己的力量。

陆薇就是通过"一条龙"训练管理模式发掘的女篮队员。 而开学即将高三的她向记者表示,上大学仍然是她的首要目标,