



1997年第八届全国运动会上，上海女排夺冠。

运动”。1908年，对排球颇有些喜爱的美国人埃克斯纳被派到上海基督教青年会（以下简称“上海青年会”）任体育干事，并在一次体育干事训练班上把排球运动介绍给了更多人——这正是上海与排球运动的缘起。从此，这枚新运动的“种子”漂洋过海，远道而来。

1911年，由上海青年会做东道主，组织了一次排球表演赛。这可算是上海最早的排球比赛。

转变的契机出现在1913年的第一届远东运动会。排球赛场上，中国出了“国际洋相”——居然有队员在正式比赛中用头或者用脚去触球！其实这也怪不了他们，因为这支中国排球队压根儿就是临时凑编起来的零基础之队——从上海圣约翰大学学生和广东的田径及足球选手中抽调人手，直到上场前连规则都还没弄明白。

这件事在很大程度上促使中国彼时的当权者们关注起排球运动来。1915年，在上海举办的第二届远东运动会上，中国排球队一举打败菲律宾队和日本队，夺冠雪耻。也就是在1915年前后，知晓度提升的排球运动开始在上海的学生人群中流行起来，成为校园体育文化的新一景。

作为一个东西交融的国际都市，彼时的上海除了是国内排坛的一大阵地外，还时而会有与外侨球队切磋的机会。在这一特殊背景下，“双轨制”应运而生：凡是中方举办的排球赛事，一律采用远东运动会赛制（9人制），凡是由外侨团体举办的各种锦标赛或者邀请赛，则采用6人制赛制。特殊的“双轨制”是上海排球向6人制靠拢的开端。

上海排球在中国排球的发展过程中曾长时间处于领先地位，很重要的一个原因是上海很早就与国际接轨、与时俱进地改进

训练方法。

面对国际排坛技术不断更新的趋势，上海排球队结合本队的实际情况，提出了“以快为纲，以攻为主，积极防守，狠巧结合，灵活善变”的战术思想，加速跑动中的各种基本技术的训练，发展了双快球拦网盖帽、平弧度扣球、上手快飘发球等新技术，组织三点快速战术打法，从而提高了队伍的水平。

另一方面，上海排球在培养副攻、二传和自由人方面有着自己的传统优势，尤其是二传，这一排球场上的灵魂。比如一直显得比较“弱势”的中国男排，正是因为后来有了世界最佳二传手，土生土长的上海排球运动员沈富麟的加入，才破天荒地获得了世界杯的铜牌。又如，当年从徐汇少年篮球队引进的诸韵颖，训练四年就被郎平迫不及待地调进国家队，也是因为她在“金牌教头”张立明指导下练出来的出色的二传技术。

在陈皓峰看来，排球在上海，不仅是一支球队，一个俱乐部，一个体育事件，更是一种文化，一种社会现象。“排球荷尔蒙”早就渗入了上海这座城市的血液和骨髓。

“排球运动属于三大球，注重团队配合，讲究智慧协作，很符合上海人头脑灵活、聪明伶俐的特点，也和上海海纳百川的城市精神十分匹配。”陈皓峰表示，上海男排建立“王朝”，上海女排也有不俗战绩，不仅带动了上海本土球员成长，更引领这座城市的排球热情。越来越多人愿意付出努力，为推广排

上海排球人才辈出。

