

为了中国女足，太湖之滨的一次特殊聚会

新华社记者马邦杰

农历正月十六，传统意义上的春节过完了。湿润的空气弥漫在太湖畔的苏州市足球运动中心，还带着透骨的寒意，训练场上跑动着统一着装的女孩。

这里也是全国女足青少年后备人才基地。2月6日至9日，68个女孩参加了在此举行的精英训练营活动。她们都是2010年出生、从国内13个城市遴选出来的优秀苗子。场上训练她们的有三名外国青训教练，场外还有一队专家手持纸笔盯着她们的一举一动。

训练间歇，一个来自大连的小姑娘主动和记者搭讪。“叔叔，你知道我有两个外号吗？”小丫头很会聊天，只需一个有趣的提问就打开了话匣子。接着她又言简意赅地讲了一个故事。“我们校队有两个教练，一男一女。女的是守门员教练，后来就成为我们的师娘了，是我们从中牵的线。”

随后，她又为自己听不懂教练的英语、被迫通过翻译交流而苦恼。“我语文数学成绩都是班级前三名，英语虽然考试都90多分，但还要好好学习。”

训练营里有个来自深圳的孩子。陪她前来的妈妈说，孩子喜欢踢球，学习成绩也不错。将来让她以踢球为主，还是以学业为主，是个让父母左右为难的选择。

和这俩女孩一样，她们训练营的同伴大多是通过校园足球接受启蒙。在各级青训中心逐步成长起来的硕果。她们有的已经上初中，有的今年上初中，面临足球与学业的分水岭。如何确保她们能在足球道路上顺利成长，相关的训练、比赛、学习和生活的思维模式以及组织方式都需要进行改变。这是此次精英训练营探索与实践的内容。

开窍的球员

训练营请来三名外籍教练，其中理查德·麦克雷来自英国。他说，训练营开始前他很担心孩子们的技术能力；训练营结束后，他发现这些孩子的水平超出了他的预期。

“如果这些孩子组队去英格兰踢比赛，应该能战胜同龄段的英格兰队。”他说，“中国孩子的团队配合更好，但英格兰更重视个人发展，孩子的创造力也强。随着年龄增长，她们会慢慢赶上并超过中国的孩子。”

决定一名球员发展上限的因素中，技术固然重要，但更重要的是意识。

训练营的专家对此都高度认同。国内资深青训教练裴永久说：“没有意识，等于没有灵魂。”中国女足前中场核心任桂辛说：“意识不好，想不明白，技术再好也没用。”英国教练大卫·巴克维尔说：“如果缺乏在压力之下清晰思考并做出决定的能力，球员不可能在国际赛场这个层面取得成功，因为那里压力无处不在。”

巴克维尔此前是英超俱乐部狼队的青训教练，负责此次训练营的训练内容设计。由于前后只有4天的时间，孩子们只进行了控球和高位逼抢的训练以及多场比赛。在训练中，三名外籍教练始终与球员保持互动，鼓励孩子思考，大胆展示自我。孩子们起初显得比较拘谨，对教练回应不多，多数都在默默执行教练的指令；



农历正月十六，湿润的空气弥漫在太湖畔的苏州市足球运动中心，训练场上跑动着统一着装的女孩。这里也是全国女足青少年后备人才基地。2月6日至9日，68个女孩参加了在此举行的精英训练营活动。她们都是2010年出生、从国内13个城市遴选出来的优秀苗子。场上训练她们的有三名外国青训教练，场外还有一队专家手持纸笔盯着她们的一举一动。如何确保她们能在足球道路上顺利成长，相关的训练、比赛、学习和生活的思维模式以及组织方式都需要进行改变。这是此次精英训练营探索与实践的内容

上图：理查德·麦克雷与孩子们在训练场上。

右图：小球员们在训练营中。受访者供图

等彼此熟悉之后，训练气氛也随之活跃起来。

有一次练习后卫控球的5对5对抗训练，麦克雷中途叫停了训练。他对孩子们说：“开始你们做得不错，敢于拿球，后来你们开始关注比赛结果了，不敢拿球了。这不是世界杯，你们要等12年后才参加世界杯呢。现在不要太看重结果。你们知道现在该关注什么吗？要关注如何从错误中学习和提高，不要怕犯错误。”

一个训练科目结束后，麦克雷问球员：“你们中认为自己防守做得不错的请举手。”孩子们脸上闪过一丝难为情的神色，没有一个举手。“我认为你们每个人都做得不错，都应该举手。”麦克雷说。

下一个训练科目结束后，麦克雷再次向孩子提出同样的要求。这次，有四个孩子犹豫地举起了手，都没有举过头顶。

“我们的孩子开始放不开，慢慢在改变。”场边一位中方专家说，“外教互动多，启发多，让孩子自己动脑多。孩子们更喜欢这种训练方式。在

13到16岁阶段，就要让孩子自己动脑去解决问题。现在我们国内部分基层教练在训练中是替球员做决定，让球员机械地执行教练的指令。久而久之，离开教练的指令，球员就不知道该如何比赛了，所以在比赛中教练要在场边一直喊。”

巴克维尔认为，在训练中教练应该给球员自己做决定的机会，培养有主见的球员。他说：“教练有时需要给出明确的指令，其他时候更多是提出问题和选择，让球员自己去思考做出决定，来训练他们在压力之下做出决定的能力。”

任桂辛说她很羡慕巴克维尔给孩子们带来的启迪心智的训练。“去年参加A级教练培训班，我对来自德国的讲师说，如果小时候我能接受这样的培训，我相信我肯定能比之前踢得更好。”她说，“有些东西全靠自己硬拼出来，根本就不明白咋回事。现在回过头来看一些比赛，自己都踢得啥啊。”

国内不少球员说，自己是在退役之后才开窍，才明白应该怎么踢球。

参加训练营的专家一致认为，培养开窍的球员，基层教练的作用最为重要。为此，全国足球发展重点城市工作领导小组办公室（下称“足城办”）此前举办了多期线上线下培训。这次举办女足精英训练营，他们请来巴克维尔等外籍教练，希望他们的训练指导理念和实践能为基层教练提供借鉴。

培养球员的意识，不是朝夕之功。短短4天的训练营，可能会给那些敏感的孩子带来触动，难有根本的改变。不过，她们中那些出类拔萃的孩子，从现在起就有机会长期接受由现代足球理念指引的训练。

训练营结束时，专家从68个孩子中选出24名精英球员。今年3月，足城办还将与中国足协女子部共同举办训练营，把国内其他地区同年龄段的优秀孩子招来参训，从中选出精英球员。

这两期训练营选出的精英球员将作为重点培养对象入驻全国女足青少年后备人才基地。在基地内，她们将接受体教融合背景下系统的现代足球培训。在国家体育总局和中国足协的共同支持下，足城办将为她们请来世界优秀的青训教练；她们将常态化地参与国际赛事交流。

正常的教育

在这68个孩子中，一个来自深圳的孩子让中国足协副主席孙雯和各位技术专家格外关注。有堂训练课，孙雯一直站在场边观察这个孩子的表现。

“青青子衿，悠悠我心。但为君故，沉吟至今。”有天赋的孩子，总是令人倍加爱惜。

这个孩子的妈妈也陪孩子来到了苏州。她说，孩子已上初一，学业较重，直到周末才有时间训练和比赛。和她一起踢球的是一群男孩。她喜欢踢球，梦想是入选国家队，能在国际比赛中为国争光。

孩子已经13岁了，如果想在足球道路上继续发展，必须要有个更好的环境，可以让她接受更多高质量的训练，参加更多高质量的比赛。仅在周末训练和比赛，对她的成长远远不够。

璞玉雕琢成器，需要能工巧匠。巴克维尔在中国基层执教已经三年，耳闻目睹过很多令人惋惜的故事。他说：“我相信，教练不能把一个平庸的孩子训练成优秀球员，但绝对能把一个优秀的孩子训练成平庸的球员。”

训练营期间，在一次教练业务探讨会上，麦克雷忧心忡忡地说：“我来中国五年了，深刻体会到了初高中生球员承受的压力，这让他们无法享受足球。我个人认为这些压力来自教练，他们的锦标主义思维剥夺了孩子成长的机会。”

另一位参加训练营的塞尔维亚教练拉扎尔·约维奇说，他曾在上海一家青训俱乐部执教一支女孩的球队。队里一些孩子不是当地人，由于无法在上海解决学籍，她们只好回原籍上学，停止了训练。约维奇为这些孩子感到惋惜。他说：“以她们的水平，完全可以来参加这个训练营的。”她

们中或许有几个有天赋的孩子，她们的天赋就这样被埋没了。

来参加训练营的孩子都是2010年出生的，刚好赶上中国大力发展校园足球的时期，很多都是从中涌现出来的人才。但是校园足球以普及为主，教练水平参差不齐，而精英人才的培养需要资源优质的平台。相关专家认为，这个平台必须依附于校园，不能与之剥离，足球精英人才需要和普通学生一样接受正常的教育。

足球成才率低，球员成长过程中充满了不确定性，一个小小的事故，就有可能改变他们的成长轨迹。现在家长大多明白这个道理，因此他们在孩子踢球的同时，也很重视孩子的学业。

“如果踢球不出来，还可以上大学。”深圳孩子的妈妈说。她很关心孩子入选高水平后备人才队伍、进入基地后的教育问题。

对此，苏州方面提供了可供借鉴的经验。这次精英训练营最后选出的24名球员中，多半来自苏州。据苏州体育运动学校副校长、足球项目负责人王建军介绍，他们坚持走体教融合的道路，把孩子送到普通学校接受教育，课后和周末进行训练和比赛。“家长很认可我们的做法，愿意把孩子交给我们。我们这里不缺好苗子。”

正因为苏州方面探索出一套成熟的体教融合模式，足城办把女足高水平后备人才基地设在苏州，更容易解决球员的教育问题。

据足城办负责人介绍，基地已经对接好附近的两所学校，球员将被分散到不同班级，和其他学生一样接受教育。在校园内，她们是普通的学生，有自己队友之外的朋友圈和交际圈；放学后，她们将在基地接受高质量的训练。如因训练和比赛耽搁了上课，将安排专门的老师给她们补课。

“球员的身体条件和技术能力构造了未来发展的基础，而综合教育和逻辑思维水平将提升天赋球员发展的上限。教育配套做得不扎实，球也很难踢到较高水平。我们会优先保障好孩子的综合教育。”这位负责人说。

足城办的设计理念与中国足球专家张路的有关思考不谋而合。几年前，张路对于人才培养这个问题进行了深入研究。他得出的结论是：校园足球里发现的苗子，到了初中阶段已到个人发展的黄金年龄，必须要集中到专业机构培养，同时要确保正常的文化教育；到了高中阶段，孩子未来走向基本确定，那时他们会有上学和踢球的分流。

训练营的外籍教练和专家一致认为，足城办的这套有关高水平后备人才培养的设计方案逻辑清晰，符合国际足球规律，也立足于国内当前实际，关键在于坚持执行。“我们就怕半途而废。这个项目很好，那就创造条件允许它持续下去。”一名专家说。

训练营结束时，经过教练和考察专家投票产生了一份24人名单，她们是这期训练营的精英球员。3月份的下一期训练营结束时，还将有一些孩子加入这个名单。如无意间，名单上的孩子将入驻基地，作为中国女足的高水平后备人才接受培养。

她们的人生将由此变得不同。

新华社苏州2月10日电

从乡村篮球到北体大：被篮球改变的少年

新华社南宁电（记者卢焱婷、陈一帆）在我国西南边陲广西崇左市，有一个叫天等的地方。“天等”在壮语里是“石头耸立”的意思。正如其名，天等县丘陵密布、石峰嶙峋，曾是个偏远的地方。但这里流传着一句话：“天等不等天，苦干不苦熬”，影响着一代代天等少年。

温家昌生于天等，长于天等，六年级第一次身披篮球战袍走出大山，从此开启了篮球少年的追梦之路。凭借过人的运动天赋和日复一日的刻苦学习，他成功考上了北京体育大学，从篮球少年成长为体育专业大学生，讲述着天等少年“不等天”的故事。

返乡大学生亮相乡村篮球赛

今年春节，走进许多乡村，最热闹的活动莫过于篮球赛。返乡过节的企业家、农民工、学生等，无不被村里轰轰烈烈的篮球赛吸引，有的出资赞助球队，有的亲自上场比赛。

在天等县把荷乡旺仁村，自大年初二篮球赛开打以来，每一场比赛球边都围满了观众，楼顶上、汽车后备厢里，只要能站人的地方都不会空着。村道上突然堵起车来，周边村屯的、县城里的、市里的车辆都往村里涌来。

旺仁村成立了篮球赛组委会，春节前比赛消息刚发布，就收到了众多球队的报名信息。组委会经过综合考虑，最后确定了48支参赛队伍，其中有的甚至来自其他县市。

在这48支队伍中，有一支队伍格外引人注目，他们大多是20岁左右的青年，蓝色球服上印着姚基金的标志。温家昌就是这支队伍的发起



▲2016年，姚明正在指导参加姚基金希望小学篮球季的小球员，图中14号是温家昌。

人，队员们大部分是当年与他携手斩获姚基金希望小学篮球季全国联赛小组冠军的小伙伴。时隔六年多，小伙伴们再次穿上统一的球服，稚嫩的脸庞多了几分青春的气息，有人身高蹿了二三十厘米……与身体的改变相比，身份的变化更让人欣喜。当年热爱篮球的山里娃，如今大多考上了大学，开启人生的新篇章。

这是他们成为大学生后的第一个寒假，从天南地北回到家乡的小伙伴又凑到了一起。篮球是不变的主题，只是这一次，他们更想为改变他们一生的公益篮球而战。

“我把组队参加村里篮球赛的想法告诉姚基金的叶大伟老师，他很高兴，问我需要什么支持，我说我们只想要姚基金的队服。”温家昌说。



▲温家昌在北京体育大学。均为受访者供图

不久后，队员们收到了印有各自名字的队服。穿上代表“希望”的球服，小伙伴们登上了乡村篮球赛的赛场。

精彩人生从篮球开始

人生需要机遇，山区儿童更需要一个改变命运的契机。2014年，姚基金创始人姚明来到天等县开展公益活动，同时也把姚基金希望小学篮球季公益项目带到天等县，乡村儿童的篮球梦由此被点燃。

2015年，天等县的篮球季项目正式启动，多名来自广西师范学院（现更名为“南宁师范大学”）篮球专业的志愿者来到天等县支

教，帮助当地多所乡村小学建立篮球队，开展篮球训练。

那一年，把荷乡中心小学五年级学生温家昌报名参加篮球队，身高腿长的他一眼被教练相中，加入训练队伍中。那年球队成绩并不突出，晋级全国赛的梦想没有实现。

有了第一年的历练，2016年再次参加篮球季项目时，温家昌和队友们更加成熟自信。每天起早贪黑地训练，攻克一个个难关，打出一一次次精妙配合，经过几个月培训后，他们一路过关斩将闯入全国赛，在宁夏银川将小组赛冠军的荣誉收入囊中。

那是温家昌第一次离开广西。“我记得当时去了很远的地方，我的视野更加开阔，心智更加成熟。”温家昌说，也就在那个时候他彻底爱上篮球、爱上体育，“那次经历为我以后走体育这条路种下了一颗种子”。

高考那年，温家昌毅然选择了心仪已久的北京体育大学，并以优异的成绩被录取，这在天等县乃至崇左市，都是不多见的。

把荷乡中心小学副校长赵乃宏说，当年有很多孩子报名参加希望小学篮球季项目，为增强孩子们的信心，学校尽量增加篮球队员的名额，让更多孩子有机会接触正规篮球训练和比赛。“很多学生以前很内向、腼腆，通过篮球季项目，他们中的很多人变得自信、开朗，有了目标和方向，人生轨迹因此也发生了改变。”

让更多山区孩子因体育获得成长

“希望他们在球场上仍是少年，希望对篮

球的热爱能够激励他们一生。”姚基金秘书长叶大伟得知温家昌和当年参加过篮球季联赛的孩子们考上了大学，并且孩子们希望再次以姚基金球员的身份参加村里的篮球赛，他感到十分欣慰。

2012年姚基金启动希望小学篮球季公益项目时，便确立了“以体育人”的核心理念。自2015年项目在天等县开展以来，共有1800多名天等青少年参与到活动中，有的到上海、南京、福州等城市参加全国联赛，有的到美国参加篮球夏令营……孩子们走出大山，开阔眼界，感受体育精神，收获自信和快乐。

在乡村教师不足，尤其是体育老师显著短缺的情况下，希望小学篮球季吸引了大批专业志愿者到乡村支教，弥补了乡村小学体育课程和体育活动的短板。通过乡村体育师资培养的“星空计划”等，天等县百余名乡村教师接受了篮球专业技能与职业素养培训，体育技能、教育理念、执教素养不断提升。

“下一步我们将积极配合姚基金希望小学篮球季项目开展，切实把‘以体育人’的理念传递给更多的乡村青少年，帮助更多的学生在体育锻炼中享受乐趣，增强体质，健全人格，磨炼意志。”共青团天等县委副书记刘淑杰说。

重新披上姚基金球服，既是致敬，又是感召。温家昌说：“乡下有很多喜欢打篮球的孩子，他们渴望外面的世界，希望有更多公益组织关心支持他们。”