

彭丽君扎根校园篮球33年——

# “看着孩子们成长，是最开心的事”

本报记者 陶相安

## 运动人生

5月14日，在北京首钢篮球中心进行的2022—2023赛季中国高中篮球联赛全国总决赛进入最后一个比赛日。在当天下午进行的女子组决赛中，湖南长沙雅礼中学队以81:62战胜清华大学附属中学队，获得冠军。

望着场地中围成一圈、欢呼庆祝的队员们，雅礼中学队主教练彭丽君静静地站在一旁，“我相信孩子们能行。”彭丽君说。

### “希望队员们能充分享受篮球带来的快乐”

今年62岁的彭丽君在学生面前总是充满活力。每逢雅礼中学女篮比赛，她会站在场边大声呼喊，指挥场上队员跑位、防守。队员轮换下场，彭丽君也会走到她们身旁，耐心讲解刚才出现的问题。

1982年，大学毕业的彭丽君被分配到湖南省长沙市体育局下属的市体校，从小酷爱篮球的她，成为一名基层篮球教练。1990年，彭丽君被派往到雅礼中学篮球队担任教练，至今已有33年。

“我的工作就是带学生训练。”训练场上，彭丽君不仅传授队员们篮球技战术，也以亲身经历教会学生何为坚持。在今年中国高中篮球联赛全国总决赛女子组决赛中，雅礼中学队的张博雅凭借16分8个篮板11次助攻的出色表现，当选最有价值球员，赛后她表示：“每次训练累到想要放弃的时候，一想到彭教练坚持这么多年，我们又重新充满干劲。”

在彭丽君的带领，雅礼中学女子篮球队获得中国高中篮球联赛女子组冠军、

## 核心阅读

在彭丽君的带领，湖南长沙雅礼中学女子篮球队获得中国高中篮球联赛女子组冠军、全国U17(17岁以下)青少年女篮冠军、第二十六届中日韩青少年运动会女篮冠军等荣誉，也涌现出一批优秀的篮球运动员。彭丽君说：“校园篮球还有很长的路要走，只要还有能力，我会认真带好每一名队员。看着孩子们成长，是最开心的事。”

全国U17(17岁以下)青少年女篮冠军、第二十六届中日韩青少年运动会女篮冠军等荣誉，也涌现出一批优秀的篮球运动员。2018年，王雪瞳随中国女篮获得雅加达亚运会冠军。2023年，中国三人篮球队队员张懿随队获得国际篮联三人篮球女子系列赛首站冠军。看到她们出色的表现，彭丽君说：“希望队员们能充分享受篮球带来的快乐。”

2020年初，彭丽君被中国篮协青委会授予全国基层教练员最高荣誉——“苍花奖”。回望走过多年的路，彭丽君表示，既然做了教练，就要努力做好，对学生和家长负责。如今，彭丽君曾经带过的队员王娅洁等，也在大学毕业后回到母校，加入彭丽君领衔的教练团队，为校园篮球发展贡献力量。

献力量。

### “我要做的不仅是带队取得好成绩，更重要的是帮助学生健全人格、锤炼意志”

在今年中国高中篮球联赛全国总决赛女子组决赛的最后阶段，雅礼中学队取得两位数的领先优势，但场边的彭丽君没有丝毫松懈，盯在场边布置战术，紧抠细节。她说：“我一直要求队员，每做一件事情，都要善始善终。”

彭丽君认为，打球对孩子们来说不是一项任务，而是一个成长过程。她表示：“作为老师、教练，要教会孩子的不仅是技战术层面的内容，也要通过每一次训练、比赛，帮助她们成长。”比赛前，彭丽君会告诫队员，不论对方实力如何，首先要尊重对手。她说：“每支球队、每个队员都有优点，我们要懂得学习别人的优点，提高自己。”

训练场外，彭丽君常与队员们交心，引导她们养成积极乐观的生活态度。彭丽君坦言，她对自己要求很高，在训练中却会鼓励队员不要怕犯错。她说：“我经常告诉孩子，干哪一行都不可能总是一帆风顺，打篮球也不会是一路平坦。我们要敢于面对生活中的困难，学会如何解决，如何应对。”

多年来，对不同性格的队员，彭丽君摸索出一套独特的执教方法。对个性较强的孩子，在严格要求的同时循循善诱；对不自信的孩子，会积极鼓励，增强她们的信心。她说：“我要做的不仅是带队取得好成绩，更重要的是帮助学生健全人格、锤炼意志，这对她们的成长非常重要。”

2022年8月，长沙市明德华兴中学篮

队95后主教练于红俊带领球队夺得中国初中篮球联赛全国总冠军，这年轻的主教练，也是彭丽君的学生。于红俊表示，对自己而言，彭丽君是老师，更像是亲人。她说：“彭老师教会我的不仅是球场上的战术，还有面对困难和挑战的态度，这也是我现在要教给队员们的。”

### “校园篮球还有很长的路要走”

“一名优秀的篮球队员，不单要篮球专业技术过硬，自我修养和文化知识水平也要不断提高。”彭丽君格外注重队员们的文化课学习。

“我们一般会在下午第三节课后开始训练，练到晚上7点半左右，队员们还要上晚自习。”彭丽君介绍，“这样的安排可以充分利用课余时间，又不会过多耽误孩子们的上课时间。”

每次外出比赛，彭丽君也会在球队返校后与任课老师们沟通，为队员们补课，并与家长及时沟通孩子学习情况。她还经常在训练后查看队员们的考试成绩，并督促大家及时查缺补漏。

为了保证队员们的训练和学习质量，彭丽君非常重视训练的科学性。通过与学校沟通，她找来专业的体能老师，保证队员们科学训练、及时恢复体能，这不仅帮助队员提高了训练效率，也让她们有充沛的精力完成文化课的学习。

近日，回到雅礼中学的彭丽君带领球队又开始了新一阶段的训练备赛，已过退休年龄的她始终充满活力。她深情地说：“校园篮球还有很长的路要走，只要还有能力，我会认真带好每一名队员。看着孩子们成长，是最开心的事。”

## 团体坛观澜

建设和发展体育博物馆，是对体育文物的保护，更是对体育文化的弘扬。一件体育收藏，可以成为传播、弘扬中华体育精神的生动载体

# 体育博物馆前景广阔

王亮

蹴鞠、投壶、抖空竹……2023年国际博物馆日，国内多地体育博物馆举行各项传统体育项目展示活动，吸引广大青少年参与体验，让他们感受传统体育文化的魅力。近年来，体育博物馆发展势头良好，在传承中华体育文化、弘扬中华体育精神方面发挥了重要作用。

据了解，目前国内体育博物馆数量已经过百，涉及体育历史、运动项目、荣誉馆、特色体育等多种类型。

我国体育博物馆的蓬勃发展，折射出中华体育文化源远流长，其价值和意义越来越受到关注。安徽省体育博物馆在今年国际博物馆日举行的展示活动上，邀请众多传统体育项目传承人表演，“华佗五禽戏”“叶村叠罗汉”等项目博得观众阵阵喝彩。不久前，首届中国篮球名人堂在天津举行入堂仪式。一粒粒鲜为人知的趣事、一个个难忘的经典瞬间，通过篮球名宿的倾情讲述，在网络上引发广大篮球爱好者的共鸣。仪式的举办地正是筹建中的中国篮球博物馆所在地，可以预见，随着中国篮球博物馆的落成，我国篮球文化将得到更好弘扬和传播。

建设和发展体育博物馆，需要多方形成合力。在各地体育博物馆建设中，有各地体育相关部门，也有不少高校和体育收藏爱好者踊跃参与。在政策层面，体育博物馆的建设也得到大力支持。2021年5月，中宣部、国家文物局等9部门发布《关于推进博物馆改革发展的指导意见》，提出实施“类博物馆”培育计划，鼓励将具有部分博物馆功能，但尚未达到登记备案条件的社会机构纳入行业指导范畴，做好孵化培育。

建设和发展体育博物馆，是对体育文物的保护，更是对体育文化的弘扬。一件体育收藏，可以成为传播、弘扬中华体育精神的生动载体。随着我国经济社会发展，体育将更好地融入人们的生活，体育博物馆也必将迎来更广阔的天地。

## 北京冬奥会官方电影开启全国公映

本报北京5月22日电（记者潘俊强）19日，北京冬奥会官方电影《北京2022》开启全国公映。

据介绍，《北京2022》由张艺谋监制，陆川执导，张和平担任总顾问。北京冬奥会官方电影团队从2020年开始筹备，历时3年，影片制作完成。影片以“北京——铸造赛场”和“运动员——回归赛场”为主线，展现“冬奥人”在赛场内外为梦想拼搏、为友谊喝彩的闪耀瞬间和感人故事。影片生动记录了“冬奥人”的故事，片中不仅有奋力拼搏的运动员，还有众多志愿者、幕后工作者，他们团结协作、攻坚克难，共同向世界奉献了一届简约、安全、精彩的冬奥盛会。

《北京2022》由北京冬奥组委、国际奥委会、文投控股股份有限公司共同出品。

## 环萨卡利亚自行车赛 中国华兴洲际自行车队夺得团体总冠军

本报北京5月22日电（记者王亮）当地时间5月20日，中国华兴洲际自行车队在土耳其环萨卡利亚自行车赛中夺得团体总冠军。华兴队车手吕先景表现突出，在4个赛段比赛中，3次站上领奖台，获得第四赛段冠军、个人总成绩亚军。

环萨卡利亚自行车赛赛道总里程513公里，是UCI(国际自行车联盟)2.2级别赛事。

## 世界田联洲际巡回赛横滨站 王嘉男获男子跳远亚军

本报北京5月22日电（记者刘硕阳）当地时间21日，2023赛季世界田联洲际巡回赛日本横滨站展开角逐。在男子跳远比赛中，2022俄勒冈田径世锦赛冠军、中国选手王嘉男以8.22米的成绩获得亚军，日本选手吉田弘道凭借最后一跳的8.26米获得冠军。

本场比赛是王嘉男2023年室外赛季的首场比赛。一开始他便展现了不错的状态，在第一跳就跳出了8.00米，并在第三跳跳出8.07米。半程过后，他是全部选手中唯一突破8米的运动员。吉田弘道在第五跳跳出8.11米，跃居榜首，最后一跳跳出了8.26米的好成绩。王嘉男第六跳跳出8.22米，获得亚军，这一成绩目前排在本赛季世界第七。

## 国际篮联三人篮球女子系列赛阿斯塔拉站 中国队夺得冠军

本报北京5月22日电（记者王亮）在北京时间21日晚结束的2023年国际篮联三人篮球女子系列赛阿斯塔拉站上，中国队以21:15战胜埃及队获得冠军。中国队就此包揽今年该项赛事前两站冠军。

国际篮联三人篮球女子系列赛是三人篮球女子项目最高级别的职业赛事，本赛季赛事计划举办21站比赛。

据悉，到2023年11月1日，国际篮联积分前三的球队将直接获得巴黎奥运会参赛资格。中国队将于5月底参加维也纳三人篮球世界杯，争取更多积分。

本版责编：塔怀咏 高 信 王 博



## 江岸美 健身乐

5月20日，重庆市渝中区菜园坝街黄沙溪江畔，市民在球场打篮球。近年来，渝中区黄沙溪片区通过“两江四岸”治理提升，江畔建起球场和健身步道，吸引了众多市民前来休闲健身，享受运动乐趣。龙 帆摄（影像中国）

## 男子三级跳远运动员朱亚明—— 把握备赛节奏 寻求更大突破

本报记者 刘硕阳

仍未突破17米大关。对此，朱亚明表示目前的成绩基本属于正常水平。“从室内赛场到室外赛场，为了寻求更大的突破，我正在努力作出改变。”刚刚度过29岁生日的朱亚明说，“改变也包括一些技术环节在内，所以在这个过程中我的技术稳定性不是很高。”成都武侯街头巡回赛，朱亚明在几次试跳中都没能将技术动作完整展现出来，有两跳没有成绩。此次街头巡回赛是朱亚明本赛季在国内参加的第二届室外比赛。除了在技术动作方面作出改变外，朱亚明在参赛选择上也与之前有所不同。2022赛季，包括俄勒冈世锦赛在内，朱亚明参加的室外6场比赛都是在海外。而今年，他则以参加国内赛事为主。

不过，无论是在哪里比赛，都不会影响到朱亚明的备赛节奏。朱亚明表示，在教练团队支持下，自己的训练思路更加清晰，“我知道自己应该做些什么，应该做到什么程度，现在也在做一些积极的改变，寻找更合适的技术来匹配我当前的能力。”近两年，朱亚明已经逐渐成长为男子三级跳远项目的世界顶尖选手之一，先后在东京奥运会和俄勒冈世锦赛中夺得亚军和季军。

朱亚明本赛季面临着3场大赛考验，分别是在沈阳进行的世锦赛选拔赛、布达佩斯世锦赛以及杭州亚运会。“这3场比赛有一定的时间间隔，我们的团队已经做好了针对性的规划。”朱亚明说。

从多哈到成都，8天内参加两场比赛，朱亚明感到有些疲惫。实际上，对朱亚明来说，无论是在钻石联赛多哈站中以16.95米的成绩位列第五，还是在成都举行的街头巡回赛上以16.86米夺冠，目前都已是不错的成绩。不过，这名东京奥运会男子三级跳远银牌得主显然对自己有着更高的要求。

5月13日晚，2023中国田径街头巡回赛成都武侯站在成都城市音乐厅外进行，这也是当地连续两年迎来国内顶级水准的田径赛事。当地时间5月5日在卡塔尔多哈结束了本赛季钻石联赛揭幕战之后，朱亚明再度上阵，在6次试跳中两次跳出16.80米左右的成绩，最终凭借第二跳的16.86米夺得冠军。

今年3月，朱亚明在天津静海进行的全国田径室内锦标赛中以17.36米的优异成绩夺冠。不过自此之后，他在3场室外比赛中