



漳州市阳光学校篮球队集体合影

# 这里的“激战”静悄悄

## ——走近漳州市阳光学校聋人篮球队

本报记者 刘铭明 文 沈昊鹏 图

队员们从不大声呼唤,比赛从不听哨,也不与裁判争辩……聋人的篮球世界,奇妙而动人。

漳州市阳光学校(原漳州市聋哑学校)的篮球队员们早已习惯这种无声的篮球世界。虽然听不到篮球入网的声音,听不到球员的呐喊声和裁判哨声,甚至听不到教练的战术安排,他们依然克服重重困难,在篮球场上挥洒汗水、书写青春,用自己的努力,诠释对篮球、对生命的热爱。11月下旬,他们代表漳州出征福建省聋人篮球锦标赛,取得第四名的好成绩。

近日,本报记者实地走访这支特殊的篮球队,探寻他们背后动人的故事。

### 1 载誉

#### 校队出征省赛勇夺第四

三分远投、进攻突破、挡拆分球……

11月25日下午放学后,在漳州市阳光学校篮球场,10人组成的篮球队又开始了例行对抗训练。队员们在场上来回奔跑,时不时抬头观察场下教练的战术手势,及时转换进攻节奏。

“真没想到,这次我们能够拿到全省第四名的好成绩,我为队员们的付出感到欣慰。”带队出征此次福建省聋人篮球锦标赛的漳州阳光学校党支部书记黄博,回想起球队的省赛征程,依然满是自豪。

今年11月21日至22日,福建省聋人篮球锦标赛在省残疾人体育运动管理中心举行,漳州市阳光学校聋人篮球队作为地市级代表队参赛。

“虽然各参赛队情况不同,但基

本上都是集合全市的聋人篮球高手,而我们是以学生为主代表漳州出战,能在高手云集的比赛中拿到第四名实属不易。”作为这支聋人篮球队的教练,陈景辉同样很兴奋。

赛况有多激烈,参赛队员们感触最深。

“福州、泉州等队伍实力强大,从身高到进攻搭配都显示出老牌强队的底蕴,而我们在进攻效率、反击速度和防守配合上确实与冠军队还有距离。”篮球队队长张煜煌毫不吝啬地称赞此次比赛遇到的各路对手。“不过,现在的差距就是我们提升的空间,我相信,通过这次比赛的历练,能让新一批队员更快成长,能让球队在以后的各种比赛走得更远。”对于球队未来前景,张煜煌信心十足。



队员们使用手语沟通战术

### 2 攻“坚”

#### 克服“选人训练沟通”三大难题

聋人篮球队要想练出高水平,困难好比“背负千钧、爬坡过坎”。

在陈景辉教练看来,聋人篮球队的每一次成长都十分不易,得克服“选人、训练、沟通”三大难题。

陈景辉的话并非夸大其词。从人数上看,漳州市阳光学校目前在校就读学生167人,分布在小学一年级到高三各个年级,能够喜好篮球、又符合篮球队要求的人员少之又少。

为了解决人员不足问题,篮球队从低年级培育“幼苗”。“课间和放学期间,许多同学都来一起打篮球,我们从中多少都会发现一些新苗子加以培养。”张煜煌还表示,每次有新生报到或者转学,都想着从中“挖宝”。

入选篮球队的队员,训练时还得面临沟

通这道难关。

为了更好地让队员明白篮球规则,陈景辉反复向孩子们示范篮球动作,用手语普及篮球规则与知识。“篮球队员们得‘眼、手’并用,配合着训练。”陈景辉解释道,“眼”就是让队员在训练中熟悉‘形象教学’,看得懂战术变换,一个眼神相互间就能心领神会、默契配合。”

“手”指的是在训练中要把教练的意图完整地让队员们理解。”陈景辉说,这一大沟通障碍经过多年来的磨合已经克服。

训练场上,聋人篮球队还得面临一道坎:听不到裁判的哨声,如何知道裁判指令?“比赛中会有专门的裁判通过挥舞手中的红旗,向运动员发出‘旗语’传达指令。”陈景辉对记者解释道。



队员们用碰撞手臂的方式为团队加油

### 3 用心

#### 每周高强度训练12小时以上

“台上一分钟,台下十年功”。身处无声的世界,聋人篮球队员的训练更加刻苦。

“我从14岁看网上视频,开始喜欢上篮球,到现在已经坚持5年多,每个周末、每天课余时间,我都在球场上练球。”篮球队主力之一黄文深“说”,他十分珍惜在球队的时光,可以肆无忌惮地享受挥汗如雨的快乐。天道酬勤,如今他担起球队控球后卫的角色,上篮、助攻、三分球都有上乘表现。

球队年纪最小的主力陈少杰,在球队中担任“大前锋”,每次比赛他都能与队友配合密切,防守反击快人一步,抢篮板同样不在话下。“虽说听不到是最大的障碍,我们可以用心来打篮球。”陈少杰“说”。

为了让队员训练更有针对性,陈景辉将篮球队训练分为准备阶段、初级基础阶段、全面基础阶段、早期高水平阶段。“七年以上队员就要求基本技术要领,对攻守移动和运、传、投技术动作进行规范化训练,学习组合技术和基本战术配合知识等。”

“18岁以上队员以高强度训练为主,每周训练7次、12小时以上,理论学习每周2小时左右,每年全场对抗30至40场次。”队长张煜煌对于训练强度和频率了然于胸。他表示,学校篮球队要想出成绩,就得更加勤奋练习,提高技术难度,形成个人特长,强化配合意识和对抗能力,提高战术应变能力和实战水平。



漳州市阳光学校篮球队正在校内训练

### 4 享受

#### 篮球既是兴趣更是成长伙伴

篮球对于队员们来说,不只是一种兴趣,更是陪伴成长的伙伴。

球队主力中锋后卫的姚伟祥,他贡献的篮板、盖帽是球队在此次省赛取得好成绩的一大助力。“在球场上,我们享受着篮球带来的快乐,通过比赛,我们更加自信、更加学会与人沟通,更加懂得团队合作。”姚伟祥一连用上三个“更加”来表达他对篮球的感激。

陈景辉表示,带着队员们训练最大的动力就是看到了队员们的那股吃苦耐劳,他更欣慰的是,见证了一批

批篮球队员从相对封闭到开朗,再到乐观自信的心理变化。“篮球作为一个纽带,给大家更多交流、沟通的机会,在篮球训练过程中的每一个进步都会让队员更加自信。”陈景辉说。

队长张煜煌,既是其他队员的“大哥”,也是“兼职教练”。1991年出生的他,在阳光学校苦读多年考上本科院校,毕业后回校工作,不仅在学生中很有威信,更是篮球队的核心所在。

“训练中队员心态更加乐观,学习中也更加有干劲,遇到问题也不会像刚来学校那会儿茫然无措、畏难不前,敢

于直面困难、懂得寻求帮助。”张煜煌告诉记者,工作之余最开心的事情就是学校里陪着孩子们打球,希望能够通过篮球让更多人变得阳光向上。

漳州市阳光学校校长陈海霞表示,近年来,在市委市政府和社会各界的大力支持下,阳光学校不仅在素质教育、感恩教育、基础文化教育、职业教育等方面进行多样化探索,还注重提升学生心理素质,特别是通过支持学生开展篮球运动,举办趣味运动会等方式,让学生沐浴阳光,成长为对社会有用之才。



漳州阳光学校篮球队队长张煜煌在比赛中晃过对手进行底线穿裆 (漳州市阳光学校供图)