



刘正慧手把手教小孩羽毛球持拍动作。受访者供图



龙思翔、刘正慧、张倩(从左至右)三代教练员合影。梁琰摄

星光背后的点灯人

——中国体育基层教练的故事

运动员升国旗、奏国歌的荣耀时刻构成了中国体育的点点星光,在这些璀璨星光的起点,有一群身影默默耕耘——他们就是体育基层教练,是支撑中国体育金字塔最坚实的基石。他们怀揣着对体育的热爱和责任,日复一日地重复示范、讲解、纠正动作,推广普及项目,点燃运动的火种,传授着超越胜负的体育精神——坚韧、协作、尊重、永不言弃。

刘正慧数十载甘当“育苗人”

梁 琰

湖北荆州的刘正慧留着干净利落的黑色短发,烫成了时髦的小卷,只有头顶有几抹白头发。有人问她:“你的头发没染过吗?”她总会笑盈盈地回答:“没染过,绝对没染过。”刘正慧今年77岁了,仍然坚守在羽毛球教学一线。如果是第一次见到她,绝对想象不到她即将步入耄耋之年。从羽毛球运动员到羽毛球功勋教练,刘正慧扎根基层数十载,时间流逝,从未带走她对羽毛球事业的热爱。

新中国成立后第一批羽毛球运动员

刘正慧的腿脚有些不便,脚伤是当运动员时留下的老毛病,脚踝得了骨质增生,这让她走起路来慢吞吞的。1948年出生的刘正慧曾是一名篮球中锋,参加湖北省篮球赛时,省羽毛球队教练看中了她的身体条件,把她选入了省队,而她的姐姐也在同期被选入了湖北省划船队。1965年,刘正慧跟着主力队员一起为湖北队夺得全运会羽毛球女子团体冠军,她和队友们在人民大会堂接受了这一荣誉,“我们在人民大会堂拍了一张照片,我抱着冠军奖杯,因为我最高,站在中间。”一年后,刘正慧又在全国青年比赛中取得了女子单打季军的好成绩。刘正慧当时是出了名的热心肠,她算是新中国成立后第一批羽毛球运动员,和当时的羽毛球名将陈玉娘等人都是队友。一次陈玉娘得了伤寒,其他队友害怕被传染,避之不及,而和陈玉娘同住一个寝室的刘正慧却不害怕,她在保证训练的同时不分昼夜地照顾自己的室友,陈玉娘冷得发抖时,刘正慧就把她抱在怀里。这份善良和热心感动了陈玉娘,多年后回忆起这段经历,还感动得掉下了泪水。

受伤病困扰,刘正慧在25岁就退役了,转型成为了羽毛球教

练员,回到了家乡湖北荆州,被问到为什么要退役后回到家乡,刘正慧道出了其中的一个原因:“当时我在谈恋爱”,就回来了。”看完刘正慧爱人年轻时的照片,就可以理解她不得不回家乡的理由——有一个年轻帅气的小伙子在家乡等她!当然,最重要的还是她要为家乡羽毛球事业作出一份贡献。

是刘教练也是刘妈妈

谈到刚回到家乡执教那段经历,刘正慧总是会感慨:“好苦!”“当时我刚回来沙市(现湖北荆州),场地、球、球拍,什么都没有,我怀孕时挺着大肚子,拿着麻袋去省队捡他们用过的旧球,捡他们不穿的球鞋,我的爱人把鞋缝缝补补后,拿给我的学生穿。球拍是木头球拍,自己穿线,球网要用排球网。”在这样艰苦的训练条件下,刘正慧的学生在全英公开赛拿到了冠军。此后,吉新鹏等羽毛球国手都在刘正慧的启蒙下走进国家队,为中国队争得荣誉。吉新鹏在2000年悉尼奥运会夺得中国羽毛球队历史上第一枚男单奥运金牌时,刘正慧和吉新鹏的妈妈一同见证了这一刻,“当时她妈妈抱着我直哭,说‘感谢你,刘教练’。”回忆起那个场景,刘正慧难掩激动。学生们都亲切地称刘正慧为“刘妈妈”,因为她不止在训练场上教授羽毛球技巧,还关心学生的生活,而对自己和家人却是有很多亏欠。怀孕时刘正慧依然坚持在场上教学,直到生产前的两小时。“六点了下课,八点时我在医院生下了我的大女儿,二女儿也是这样。”1974年生下大女儿张倩后,刘正慧还没有得到足够的休息就回到了训练场,襁褓中的婴儿需要按时喂奶,刘正慧就把孩子放在婴儿床上,婴儿床放在羽毛球场边,张倩每天听着羽毛球的声音入睡,在球馆慢慢长大。刘正慧一家人把她的爱人封为“后勤部部长”,负责保障家里的一切事务,为刘正慧扫清后顾之忧。“从事羽毛球教学工作,家里必须要有一人支持,我爸爸就特别支持我妈妈。”张倩说。而刘正慧自己在教学之外也很少有业余生活,“我在荆州待了几十年,连这里有几条街都不知

杨文燕用心用情育人才

张 斌

日前,中国选手王子杰在2025年亚洲击剑锦标赛男子重剑个人赛折桂,打破了中国队在亚锦赛该项目长达十年的“冠军荒”。拿到冠军后,王子杰向他的启蒙教练、江苏省无锡市体育运动学校重剑教练杨文燕发信息报喜。爱徒喜获冠军,杨文燕很是高兴。“这小子的比赛我看了,比之前好很多,比赛僵持阶段也沉稳了,希望他能再有突破。”杨文燕用“这小子”称呼王子杰,足见师徒二人关系亲密。王子杰出生于徐州,小时候跟随家人去到了无锡。“我们当时去学校挑选队员,就把王子杰选入队里了。”杨文燕介绍道。后来,王子杰的父母回了徐州工作,而王子杰则继续留在无锡学习、训

练。“小时候他特别淘气,没少惹我生气。”说起这个淘气的爱徒,杨文燕有点无奈。可是每逢假期,她又会把王子杰带回家中照顾,“他和我的孩子一般大,放假没人照顾他,就让他来家里,他们俩可以一起玩。”其实,不只是王子杰,从教30余年里,杨文燕像对待亲生孩子一样对待队员们。“基层教练要承担很多,学校、家长把孩子交给我们,我们就需要承担起来,既要保障好训练,也要关注他们的方方面面。”杨文燕说。在成为击剑教练之前,杨文燕曾是陕西击剑队队员,队伍解散后,杨文燕考到了上海体育学院(现上海体育大学),但是因为没能走向更高的竞技舞台,杨文燕心里有些遗憾和不甘。毕业后,想要继续从事击剑事业的她成为了无锡市体育运动学校的一名教练,在随后的日子里,杨文燕兢兢业业,用实际行动为击剑运动员铺路。“江苏省是全国的击剑强省,初来



杨文燕(中)和获奖学生合影。受访者供图

乍到我觉得很有压力。”杨文燕刚到岗时,无锡市体校还没有开展女子重剑项目,本来计划“拓荒”的她还没开始开展工作,就遇到了一大挑战。“校花剑队的老教练意外去世,学校安排我先带花剑。”杨文燕只好临危受命,接下了任务,在不熟悉的项目从头开始。“我刚来的时候还不认识小学的教师们,招生很困难。”后来,在杨文燕一步一个脚印的努力下,她得到了小学教师以及不少家长的认可,队员招募的困难逐步得到解决。虽然解决了招生问题,但是学生出路问题依然困扰着杨文燕。“把孩子们送到哪里?市队还是省队?未来孩子们去哪读书?”发现问题,解决问题,经过杨文燕的努力,学生学成后也有了出路。近年来,杨文燕所负责的无锡市体校击剑项目深度推动了体教融合。据杨文燕介绍,无锡市体校推出了“市队校办”的体教融合新路径,受到了学校及家长的认可。“由体校派教练员在学校训练,大部分时候这些队员都能正常进行文化课学习。”杨文燕介绍道。除了这种方式外,无锡市体校还会在训练结束后把队员们送到定点学校进行文化课学习,“通过这种方式,我们尽全力保障孩子们高水准的文化课学习,这样他们无论打到哪个级别,都不用担心因为文化课成绩不好而没有出路。”杨文燕表示。如今杨文燕的付出迎来了回报,以王子杰、李欣遥、石谨泽等为代表的运动员们进入了国家队,无锡市体校的击剑项目也被更多人了解。虽然已临近退休,但是杨文燕对击剑事业的热情丝毫未有减退。看着带出来的队员从无锡市体校走向全国各地,走到了更高的舞台,她十分欣慰,“他们弥补了我当年的遗憾,就希望他们能再进一步,拿个奥运会冠军回来。”杨文燕笑言。

郑丽丽为热爱坚守梦想

张 斌

过去一个月,上海政法学院板球队教练郑丽丽有些忙碌。在中国板球联赛上,郑丽丽带领上海政法学院代表队收获了女子亚军和男子季军的佳绩,她对队员们的表现给予了高度评价:“大家在比赛中自律、自觉、自省的态度让我感到欣慰,通过比赛我们也看到了自身的不足,未来还需努力。”上海政法学院板球队是一支由非体育专业学生组成的队伍,能在全国联赛中取得这样的成绩实属不易。中国板球联赛结束后,郑丽丽又带领学生参加了上海政法学院组织的第三届板球联赛,随着深入普及推广,上海政法学院板球联赛的办赛规模还在扩大。上海政法学院板球运动发展至今,郑丽丽在其中贡献了一份力量。板球对于很多人来说还很陌生,特别是在它成为洛杉矶奥运会正式比赛项目之前,然而郑丽丽与板球却很早结缘。2009年,郑丽丽进入上海政法学院读书,当时板球项目已经在该校发展了两年有余。开学后不久学校板球队招新,在好奇心驱使下,郑丽丽报了名。板球运动很适合这位体育业余爱好者,“板球不需要身体对抗,但是需要动脑筋,要去判断场上对手的位置,并抓住机会完成得分。”随着郑丽丽板球水平的不断提高,她进入了国家队,并在广州亚运会的赛场上亮相。此后数年里,郑丽丽多次代表国家队参赛,直到2014年大学毕业。大学毕业后,郑丽丽离开板球运动,回归到了正常生活中。原本以为自己和板球的缘分就此终结,但2016年出现了转折。当时上海政法学院板球运动发展遭遇低谷,队员青黄不接,学校老师联系了郑丽丽,希望她能回去提供帮助。出于热爱,郑丽丽辞职后以板球教练的身份回到了母校。“为了能继续打球,他们建议我读研究生。”考上研究生之后,郑丽丽具备了双重身份——她既以学生身份继续参赛,还在上海政法学院担任教练推广普及板球运动。两年的阔别让郑丽丽下定决心把自己喜爱的事情做到极致。“每年的大一新生开学后,我们都会花两周左右的时间进行板球推广宣讲,每一届新生大约有2000多人,



郑丽丽在比赛中。受访者供图

我们就一个班一个班地讲。”据郑丽丽介绍,每次开学宣讲结束后,球队能初步招募到大约300人。“这么多人上课、训练,需要我们从最基础的内容讲起,工作量确实不小。”随着课程的推进,上课的学生会因为各种原因不断减少,“让我高兴的是又有两三百人了解了板球,不高兴的是流失的学生还是很多。”经过双向选择,最后大概能留下男女各20名队员进入学校板球队。对于一项小众项目来说,各方面制度尚不健全,也没有专门设置运动员等级,高校学生更多的是出于热爱而加入这项运动。面对这些困境,郑丽丽和小伙伴们一直在努力,“除了学校内部的比赛,我们还计划举办长三角区域赛、建设专业的板球俱乐部,争取让更多人参与进来。”与此同时,她还以裁判员身份出现在了国际赛场,在国际舞台发出中国声音。“对我来说,板球的出现改变了我的人生轨迹。因为遇到了一群优秀的人,我也想变得更好,因为热爱板球,我愿意尽一切努力,为梦想坚守。”郑丽丽说。