



长春市第一〇八学校 女子篮球队载誉凯旋

教练揭秘球队夺冠四大法宝:知己知彼、团结自信、心态放平、永不言弃



校长贺同君接受采访 长春市二道区委宣传部供图

在8月12日结束的2022—2023中国初中篮球联赛全国总决赛中,平均年龄14岁的长春市第一〇八学校女篮一路披荆斩棘、过关斩将,成功问鼎全国总冠军,勇夺吉林省在该项赛事史上的第一个全国冠军,取得了历史性突破。昨日,城市晚报全媒体记者来到长春市第一〇八学校,了解到这支年轻的球队背后成功的原因、模式、经验,也感受到姑娘们团结自信、敢打敢拼的精神。

动态

姑娘们带着奖杯载誉而归 目前已开始恢复训练

8月13日17时50分,刚刚夺冠的长春市第一〇八学校女篮所乘飞机在长春龙嘉国际机场着陆,创造了吉林篮球历史的姑娘们带着冠军奖杯载誉而归,受到热烈欢迎!

接机现场,省教育厅副厅长刘学军,省体育局副局长高继峰,长春市副市长

球员

夺冠后感觉很兴奋 感谢教练和队友的鼓励

昨日,记者现场采访了几名球员代表,身高1.9米的李懿瑾在球队中司职中锋,在此次比赛中展现了很高的竞技水准。“此次拿到全国总冠军,感觉真的非常兴奋,毕竟自己是在初中最后一年里参加这个中学生篮球联赛拿到了冠军,我从小学二年级就开始打篮球,感觉自己实现了一个小梦想。”李懿瑾说。

在整个比赛过程中,李懿瑾除了成绩,在其他方面也有很多收获。她说,篮球是一个多人竞技的运动,注重的是团队精神、拼搏精神,赛场上她非常感谢教练和队友的鼓励,让自己学会了不要有压力,不要去看比分,打好自己的球就可以,去很好地享受比赛。

赵超,长春市教育局局长崔国涛,长春市二道区委书记陈铁志、区长刘江等领导为女篮姑娘们举行了热烈的欢迎仪式。

昨日,姑娘们已回到学校开始恢复训练,同时做好了开学准备,一部分初三毕业的女孩则依依不舍地离队,正式进入高中的学习生活。

“总之这次比赛对我来说是一个激励,上高中我会继续加强篮球训练,同时也抓好学习成绩,至于以后是否从事职业篮球运动,自己还没想好。”李懿瑾说。

谈及夺冠后的心情,担任前锋的姚子萱也很激动。“其实我感觉总决赛发挥得不是特别好,队友们都在积极地调动我,让我去组织进攻,也一直在想办法让我节省体力,在进攻端发挥最大的作用。大家团结一致赢得了比赛,我真的很开心,大家的努力没有白费。”姚子萱说。

姚子萱表示,进入高中后她将会继续打篮球,努力走上更高的舞台,乃至职业联赛。

教练

一路战胜强敌 最终夺取冠军

此次长春市第一〇八学校女篮在全国总决赛中,一路走来可谓比较艰难,因为遇到的都是强敌。“因为我们是北区第二名的身份进入到总决赛的,所以一路对阵的都是各大区的第一名,但我们的态度很好,稳扎稳打,认认真真、全力以赴地打好每一场比赛。我们放下了思想包袱和压力,最终一路过关斩将,扛着外界的质疑闯进了总决赛。”长春市第一〇八学校女篮教练员周立国说。

周立国说,球队在决赛的大部分时间里也是落后的,对方有个核心6号球员三分球很准,对球队的威胁很

大。而他们及时调整,咬紧牙关、竭尽全力、敢打敢拼,拼的不仅仅是成绩,更是一口气,最终不辱使命、无悔热爱。

总结此次成功夺冠的具体原因,周立国表示,一是每场赛前的准备工作做得很好,准确掌握了对手信息,此外,赛前动员也比较成功,增加了球员们的团结自信,保证心态放平,永不言弃。

谈及球队日常管理模式,周立国说,他们是一周五训,每天训练两到两个半小时,平衡好孩子学习和训练时间。从基本功抓起、从吃苦耐劳抓起、从扛住压力抓起、从持之以恒抓起,同时注意体育精神的培养,

作为老师和教练,他们更多地是教会孩子如何做人、如何学习、如何坚持。

“如果真的想了解这些学生运动员,还要真正地走入这些学生运动员的生活中,你就会发现,她们的每一天都是一页精彩的故事。”周立国说。

冠军只能说明过去,长春市第一〇八学校下一步还是脚踏实地,会继续按部就班做好本职工作,力争为家乡培养更多体育人才。“目前,下一个目标就是备战9月份的全国学生运动会,争取能够进入前四名。”周立国充满自信地说。

学校

让每个孩子都能掌握 至少一种体育项目技能

球队取得这样的成绩,离不开学校的大力支持,那么多年来,长春市第一〇八学校如何在体教融合方面做工作呢?校长贺同君表示,长春市第一〇八学校以立德树人为根本育人方向,教育教学中,实施五育并举,推动五育融合。学校积极推进课堂教学改革,提高教学质量,积极履行国家“双减”政策要求,追求“高质量、低负担”教学效果,让学生有更多的精力和时间进行体能锻炼及发展兴趣特长。重视体育在教育中发挥的重要作用,推动文化学习与体育锻炼协调发展。加强体育教学的实践性,推动单个项目方面的联赛,让学生所学习到的体育技能能够应用在实践中。建立完善家庭、学校、社会共同关心支持学生全面健康成长的激励机制,促进学生文化学习和体育锻炼协调发展。

贺同君说,长春市第一〇八学校是国家级体育传统特色校,多年来,学校按照国

家要求持续推进“五育并举”,在男篮建设已有一定基础的前提下,组建发展了女子篮球队。学校科学谋划篮球队培养计划,多渠道选拔优秀队员,加强师资培养,注重球队梯队建设,保障资金使用,加强硬件建设,打造训练环境,拓宽球员发展出口。

对于学校未来的体育发展,贺同君说,未来学校将继续按照国家要求,注重发展体育工作,维护学生身心两健。加强体育健康课程建设,优化课堂教学方式,提高体能训练效果及体育竞技基本技能;继续挖掘校内资源,借力校外资源,丰富社团课程,促进学生特长发展;加强师资队伍建设,提升育人本领,以专业素养激活学生兴趣特长,使孩子在学校也能进行击剑、攀岩、花式跳绳、独轮车等小众化运动,大力发展校园冰雪运动及冰雪竞技能力。让每个孩子都掌握至少一种体育项目技能为目标。

长春市第一〇八 学校女篮简介

长春市第一〇八学校女篮是一支年轻而优秀的队伍,球队自2020年组建以来,刻苦训练,精诚团结,秉承拼搏传统,发扬体育运动精神,几年来屡次拔得吉林省初中女子篮球大赛头筹,稳坐吉林省冠军宝座。2021年荣获吉林省青少年篮球锦标赛(女子丙组)冠军;2021年荣获吉林省中学生篮球锦标赛(初中女子组)冠军;2021年荣获2021—2022中国初中篮球联赛(吉林赛区)女子组冠军;2022年荣获吉林省中学生篮球锦标赛(初中女子组)冠军;2022年荣获2022—2023中国初中篮球联赛(吉林赛区)女子组冠军。

城市晚报全媒体记者 吕闯



篮球馆挂满荣誉
城市晚报全媒体记者 吕闯 摄