宁波日报 NINGBO DAILY

“烂泥地”里跑出省运会强队

一只手球 在村小的操场上 飞了十年



省运会上，宁波队对阵嘉兴队。（通讯员供图）



2016年，费市小学学生在练习手球。（通讯员供图）



训练用手球。



手球队取得的部分奖牌和奖杯。



教练团队，右二是孙雷，右一是张创。（通讯员供图）



孩子们在练习手球。

夕阳斜照，金光铺满操场。一群10岁上下的孩子，追着一只球在操场上跑，跑得肆意，跑得忘我。

这里是宁波市江北区费市小学——一所校园面积不到15亩的乡村小学。这群孩子练的是手球，一个对多数人来说仍显陌生的奥运会项目。

10月30日晚，浙江省第十八届运动会闭幕，手球是本届省运会新增的正式竞赛项目。组建不足1年的宁波手球队，最终取得男子组亚军、女子组亚军，按竞赛规程，为宁波代表团计入2枚金牌（注：本届省运会团体项目冠军计2金，亚军计1金）。值得一提的是，宁波手球队男队约七成队员来自费市小学。

“虽与冠军失之交臂，但孩子们一路走到省运会的领奖台上，我深感欣慰！”说这话的是孙雷，他是宁波手球队男队主教练，也是费市小学的手球队教练。

2016年金秋十月，费市小学把手球项目引入校园。“那时没人想到，孩子们能一次次把不可能变成可能，在这条路上能走这么远。”孙雷说。

记 者 王佳辉
通讯员 宣佳含 沈励立
本版图片除特别标注外均由王佳辉拍摄



手球队日常训练场景。

A 烂泥地上，筑就赛道

费市小学的七成学生是外来务工人员子女。

2016年，江北区推行“一校一品”校园体育文化建设行动。时任校长陈邦银心里清楚：乡村小学资金、资源有限，若把眼光盯在篮球、足球、排球、乒乓球等热门项目上，恐怕很难出彩。他最终选择了手球——一个融合篮球、足球、橄榄球等球类运动特点的项目，能全面锻炼学生身体素质，对场地的要求却没那么高。

说干就干。没有标准塑胶场地，师生把烂泥地整平、划线、加固；没有专业球网，老师自己找材料焊接……

“一开始，孩子们就在烂泥地上练手球，常常练得灰头土脸。遇到下雨天，大家就躲到停车库里面练。”陈邦银说。

2017年暑假，江北区投入数百万元整体翻新费市小学，学校手球训练场地铺上了塑胶，可孩子们还缺一个能长期带他们进行系统训练的教练。那年10月，曾是江苏省常州市手球队队员的孙雷，经朋友介绍来到费市小学担任教练。

场地有了，教练到了。这所乡村小学的手球故事，真正开始了。

B 五人起步，聚势成长

孙雷接手时，费市小学手球队的12个孩子已经练了大半年。一开始，他照着体校那套方法带他们——严格、高强度、做不好就加练。结果，半个月不到，坚持下来的只有5个人。

后来，其他老师给他支招：“得让孩子喜欢上你，也喜欢上这个项目。多沟通，带点感情。”

他听进去了。过节时包饺子、搞活动；谁过生日，就在多媒体教室拼几张桌子，买点饮料、零食，大家聚在一起庆祝。

气氛一轻松，许多孩子吐出了心里话。“教练你那次太严厉了。”“你教的那个动作我到现在都没搞懂。”他这才意识到，自己以前的想法是“我教了，学不会是你的事”，现在得换成“一个方法教不会所有人，那就换方法”。

慢慢地，孙雷从“那个严格的教练”，变成孩子们心目中的朋友、大哥哥。

2018年，孙雷生日那天，照常推开体育办公室的门，令他感动的一幕出现了：六七个学生迎上前来，端着蛋糕祝他生日快乐！那一刻，他感觉孩子们已经把他视为家人了。

更让他确信变化已经发生的，是球场上的一场对抗赛——孙雷带女队，另一名教练汪允可带男队，两队均按正规比赛规则派7人上场。开场不久，女队被罚下3人，场上只剩4人。

孙雷站在场边，看着4个瘦小的女生被男生轮番冲撞，却仍死死地将比分咬住。终场哨响，女队赢了3分，队员们欢呼雀跃，喜极而泣。

这支曾经只剩下5名球员的队伍，又开始发展壮大了。

C 成绩背后，汗水滚烫

2018年8月，费市小学手球队第一次进入全国锦标赛，赴江苏淮安金湖县参加比赛。

小组赛一路走得跌跌撞撞，决赛常规时间打平，加时赛又打平，进入生死球阶段。最后，靠门将连续扑救，费市小学拿下校史上第一个全国冠军。

夺冠后，校队“元老”张创的父母，对儿子练手球这件事的态度发生了180度大转弯。“原先总说练手球耽误读书，后来逢人就讲‘我儿子是全国第一’。”如今已是费市小学手球队助教的张创告诉记者。

这些年来，费市小学手球队在全国小学生手球锦标赛、宁波市体育传统项目学校（训练点）手球比赛等多项赛事中成绩斐然。

可成绩越往上走，新问题越扎眼——

长期以来，大多数初中和高中没有手球队，不少学生小学毕业后，对手球的热爱被迫中断。张创最懂那种骤然失落的滋味，“小学刚毕业那段时间，总绕路回学校，靠在球场边看师弟师妹训练”。

转机出现在去年。在宁波市体育局指导下，宁波手球队成立了。其中，男队日常训练由费市小学负责。“约七成队员来自我们这里。”孙雷对此颇为自豪。

程真，一个性格有些腼腆的男孩，四年级时成为费市小学手球队队长。今年备战省运会时，他还在庄桥中学读初三。“这份怀揣了6年的热爱，又能多延续3年。”他感慨道。

今年省运会前，市队封闭集训27天。“教练和孩子们同吃同住。大家把教室桌子搬空，地上铺两层仰卧起坐垫当床。”孙雷回忆。

决赛打完，宁波队与冠军失之交臂。但孙雷心里盘算着：“成绩已经很不错了！东道主衢州队练习时间比我们长，并且是在全国范围内选材；手球比赛要求10人至16人报名，我们这边只凑到10人。”

成绩背后，是外人不太能看得到的日常。

费市小学每个年级人数少，选材面窄。学生普遍身形瘦小，打法只能走“小、灵、快”的路子——狠抓快速逼抢、交叉穿插，用跑动和默契配合补足身高短板。

2018年暑假，室外是39℃的高温。为备战全国锦标赛，孩子们在保证学习的前提下，每天练6小时：早上7点半到10点半，下午3点半到6点半。

“孩子们晒得跟煤炭似的，队里备着藿香正气水防中暑。高强度训练下，不少孩子吐了。”孙雷说。

就这样，孩子们带回了校园小木屋里那一排排金光闪闪的奖杯和奖牌。

记者来到这个小木屋时，孙雷刚刚把这次得到的省运会奖状摆了进去。一张张手球队合影里，孩子们笑容满面。

D 同心聚力，托举梦想

十年间，手球在费市小学扎下了根，这条逐梦赛道也一步步被拓宽。

去年，该校的《小手球 大视界》课程获得市精品课程二等奖，成为江北区首门体育类市级精品课程。

该校打造了一套覆盖全体学生的育人体系——

常态化开设手球课，从基础的传接、射门教起；定期举办校园联赛和手球文化节，让每个学生都有上场机会；建起“普及课—社团—校队”三级梯队，为有天赋、肯吃苦的孩子提供专业化训练通道，持续储备优质人才。

去年，高丹接任费市小学校长。每次队伍备赛训练时，她几乎全程跟着大家；孙雷要买训练用具，发一大段文字解释为什么买、价格合不合适，她通常只回三个字：“好的，买。”

“训练时，近120个手球需要同时使用。在室外场地，手球容易磨损，每个球不到1年就用坏了；用来减少磨损的手胶一桶四五百元，比球还贵……”高丹粗略算过，手球队每年的运营成本要几十万元，还不包括场地维修等费用。

她虽然不是教体育出身，但知道这项运动对学校意味着什么：“如今，越来越多的孩子向往加入校手球队，这正是学校自强不息精神的传承。”

孙雷也始终关注着孩子们的成长。2024年，他注意到一个叫杨逸凡的孩子，大夏天一个人在操场上满头大汗练手球。孙雷教了他几个基础动作，发现他协调性差，不太适合走这条路。“但孩子就是喜欢，骂他也不走。”孙雷最后收下了他。

练急停、急跑，需要抓地力好的鞋，杨逸凡那双普通的球鞋容易崴脚。孙雷跟高丹汇报后，学校出资买了一双橡胶底专业鞋送给他：“你好好训练，这是奖励。”杨逸凡拿到鞋后，好长时间没舍得穿，比赛时才拿出来。

众人拾柴，队伍里的少年得以快速成长：

班永畅从下意识躲球的男孩，成长为两度斩获全国冠军的队伍得分核心；卓苏锐起初拉伸韧带常常练到落泪，如今坐稳首发门将之位；个子不高的孔杞曾因紧张频频失误，如今练就“灵活变向”，常撕破强队防线……

“宁波手球队目前有9个人拿到了二级运动员证书，其中一大半是从费市小学毕业的。”孙雷一脸骄傲。

更让他高兴的，是越来越多的孩子愿意一直练下去。迄今为止，超200名学生曾在孙雷麾下练手球，目前校队仍有55名队员参与常态化训练。

夕阳下，一批批孩子来了又走、走了又来。

那只手球，还在乡村小学的操场上飞，孩子们追着它跑。孙雷的目光追着球，也追着人。

本报社址：宁波市鄞州区宁东路901号 问询电话：87688768、87682114 职业道德监督投诉电话：87654321 邮编：315042 电子信箱：nbdaily@163.com 法律顾问：素豪律师事务所罗杰律师、胡力明律师 宁波市高新区扬帆路999弄研发园B区1幢8楼 电话：87298700
广告部：87682193 发行投递服务电话：87688768（请根据语音提示拨分机键） 地址：宁波市鄞州区宁东路901号 定价：每月35元 零售每份1.50元 宁波日报印务有限公司 宁波市江北区通宁路520弄209号 电话：87685581 昨日本报开印1时36分 印毕4时30分