



清晨,在田野小道上训练体能是必修课。

# 徐艳和她的 女子篮球队

在峰城区底阁镇中学里,有一位名叫徐艳的女老师。不到1.6米的个头,不足百斤的体重,谁也想不到,眼前这个看起来瘦瘦小小的她,竟是一名篮球教练。可别小瞧徐艳,她带出的女子篮球队,不仅在全市中学生篮球赛连续四年夺冠,还多次代表我市参加省中学生篮球赛,并获得前五名的好成绩。

徐艳说,在中学时代,她就喜欢上了篮球。进入学校篮球队后,因身材上没有优势,她每天都早早来到学校操场上训练,星期六星期天也要从家里带着拖拉机轮胎挂在身上围着操场跑圈练耐力。高中毕业后,徐艳顺利考入了原枣庄师专体育系,毕业后如愿以偿地当上了一名体育教师,并担任了学校的篮球教练。

篮球训练是一项长期性的“工程”,可学生们每天只有一节课的训练机会,篮球训练又不能因为假期而中断,所以,每到假期,她都会给学生讲述自己的经历,鼓励她们坚持训练。假期训练时,学生们得知老师家里孩子很小,每天还要从20多公里外的峰城城区赶来上课,就一致要求到峰城城区附近去训练。选定了峰城职业中专作为训练基地后,徐艳在丈夫的支持下,把队里的十一名学生全部接到了家里,她们吃住在一处,既为孩子们省了钱,又让家长们放了心。

早上5点钟,徐艳带着学生们跑步到职业中专的操场上,准备进行训练。这一趟十多分钟的路程跑下来,学

生们个个大汗淋漓。早晨一般都是身体素质训练和熟悉球性的练习,强度和量都很大,有的学生说太苦了想回家,有的哭着求她少练点。可徐艳却说:“孩子,我也心疼你们!可如果放松训练,就会前功尽弃!”

功夫不负有心人!2013年峰城区篮球赛上,徐艳带领的女子篮球队以8场全胜的战绩获得该区女篮第一名,学生们高兴地欢呼雀跃,徐艳激动地泪流满面。2014年全市中学生篮球赛中,经过7天7个场次的角逐,这支女子篮球队在全市11个代表队中,以7场全胜的战绩夺得了冠军,同时也获得了代表枣庄参加省中学生篮球比赛的资格。初次进入省中学生篮球联赛赛场,徐艳带领队员们一路“拼杀”,最终获得了第七名。后来,她带领女子篮球队每年一个台阶,2015年获得全省第五名,2016年获得第六名,同时还代表我市参加省第十三届中学生运动会篮球三人制比赛,并获第五名。

十六个寒来暑往,徐艳腰部也落下了病根,可她说,每次收到考入大学的学生们给她发来的问候时,她心中就有一股暖流在涌动。作为一名篮球教练,她是幸运的,因为她喜欢篮球,也喜欢篮球场上英勇拼搏的孩子们;能取得今天的成绩,她真诚地感谢支持她工作的学校领导和丈夫以及孩子,是他们给了她鼓励和支持,给了她前行的力量。

(记者 孙慧英 通讯员 孙晋之 文/图)



家庭走访加上个别谈心,每个孩子的心理都摸得一清二楚。



假期里,孩子们全部都接到了家里,和她们吃住在一处。



一个个奖牌、奖杯见证了她和队员们的付出。



每一个动作,都反复强调要领。

篮球训练是项长期性的“系统工程”,每次训练中,一个动作都要一遍一遍地进行讲解示范。

