

残疾人篮球队教练何晓峰:

执教半年夺回俩金牌

在刚结束的全省第八届残疾人运动会集体项目比赛中,由何晓峰执教的男女轮椅篮球队,双双摘得各自项目的冠军。半年前,何晓峰担任了全省第八届残疾人运动会男女轮椅篮球临沂队教练,带领一群下肢残疾、仅靠轮椅行动的残疾人运动员训练,最终成为本届赛会最出人意料的黑马。



▲何晓峰在介绍他的训练心得。

投入>> 坐上轮椅才知队员艰难

何晓峰 1995 年从临沂师院体育系毕业后,一直从事体育教师工作。2010 年春节前夕,在河东区有关部门的推荐下,临沂市体育局、市残联邀请他执教一支特殊的运动员队伍——男女轮椅篮球运动队,备战 2010 年 10 月的省第八届残疾人运动会。这对于何晓峰,一个从

没训练过残疾人运动员的中学体育老师来说,无疑是一个挑战。

“刚开始接手训练时,我心里也没有底。”何晓峰说,从三区九县选拔上来的这些残疾人运动员,很多以前从未接触过篮球运动,训练都得从头开始。接手后,他就开始研究网上比赛的视频,收集一些资料。

在平时的教学训练中,何晓峰总是坐在轮椅上,和运动员一起打球。坐在轮椅上时,何晓峰才发现,自己反而不如队员。“坐在轮椅上,我是整个队里动作最慢的。”何晓峰说,轮椅就是他们的双腿,他们可以随心所欲地走、停、转身,自己却做不到。当自己坐上轮椅,才知道

自己移动速度慢,上肢力量不足,比起场上的运动员差得远了。

采访中记者了解到,在训练轮椅篮球运动员时,何晓峰瘦了七八斤,这是他大学毕业十几年来身材最大的变化。何晓峰的同事说,进行了半年的训练,本来就不胖的他现在更瘦了。

心得>> 因材施教更得心理疏导

取得这些成绩,何晓峰说,除了对体育的热爱,周围各界的支持,因材施教也很重要。

残疾人运动员的训练也是如此。与训练普通学生不同的是,因材施教更

在于心灵的沟通。何晓峰说,有个残疾人运动员比较自卑,脾气容易暴躁,心情不好直接表现在训练上。为了全队的配合,何晓峰在训练上格外严格要求他,训练后单独找他谈心,

在最后的比赛中,这名运动员发挥出色,成为不可替代的角色。

历时半年的艰苦训练,终于取得了两场胜利,原来埋怨何晓峰不做家务不顾家的妻子,现在乐

呵呵地专门邀请朋友为他庆祝。明年,这两支新晋冠军队伍,将代表全省参加全国锦标赛。何晓峰说,如果还有机会执教这两支队伍,他仍将义无反顾,全力拼搏。

愿望>> 带领队员体会更多喜悦

“相比残疾人,我们普通人在身体条件上有着天然的优势。但真正打起比赛,他们拼搏的劲头、灿烂的笑容,尤其是对轮椅出神入化地使用,会让每个普通人动容。”何晓峰说。

第一次近距离与残疾人朝夕相处,何晓峰看到残疾人运动员们对胜利的渴

望:不仅是为荣誉而战,还有改善生活水平的愿望。

“我能为他们做的,就是带领他们取得最好的成绩。”何晓峰说。在他随身携带的小本子上,记者看到了密密麻麻的笔迹和示意图,都是他平时随手记的一些训练心得和技术战术,从起初的基本功怎么教,到后来战术的运用,都能

在这个本子上看到。

除了带领队员刻苦训练,他还会力所能及地在生活上帮助队员们。轮椅篮球所用的轮椅都是比赛专用的,一台轮椅要上万元,训练中难免有磕碰损坏,但一些修理的原理和自行车相似。队里有位残疾人以前开过修车铺,何晓峰就给上级部门

推荐,让他负责轮椅的修理,也能增加一些额外收入。

何晓峰还说,如果有机会,他还想要让健全的体育生、运动员看一场轮椅篮球比赛,让他们感受这些残疾人运动员的精神品质和坚定意志带来的震撼。

文/片 本报记者 刘遥 通讯员 邵黎明