

## 体育

今年7月,2023年CBA选秀大会在成都举行。北控男篮在首轮第一顺位选择了陈国豪,这名来自揭阳的小伙子,终于圆了自己CBA之梦。

从成都向东南行驶1700公里就是东莞中堂镇,东莞市第四高级中学(下称“东莞四中”)就在这里。北控男篮第一顺位选择陈国豪的消息,令陈国豪的师弟师妹们欢欣鼓舞,学校篮球历史的荣誉墙上,又写下了浓重的一笔。

日前,新快报记者来到了东莞四中,与负责篮球事务的副校长吴强面对面交流,共同探寻这所学校的篮球基因。

# 下一个“陈国豪” 怎样练成

## 走进陈国豪高中母校,探寻东莞四中篮球基因

### 队伍一路过关斩将 从名不见经传到冲进决赛

“当时在特色办学的选择上,我们考虑过龙舟、篮球和粤剧三个内容。其实篮球并不是第一选择,但大家反复考量,最终还是选择了篮球。因为在东莞,篮球具有极好的群众基础,中堂镇更是有大大小小各种篮球比赛。逢年过节时,比赛场地被球迷们围得满满当当。”2002年就来到了学校的吴强回忆道。

根据学校设想,打造篮球特色学校的第一阶段是通过高水平的篮球训练,使得学校成为中堂镇的篮球人才培养基地。为此,学校在招聘体育老师时做了很多考量。

刚开始总是磕磕绊绊,前三年学校的篮球队还无法挤进东莞市前八名。从2006年开始,队伍突飞猛进,连续三年摘得东莞市校园篮球比赛冠军。到了2008年,学校第一次代表东莞市参加广东省中学生运动会篮球项目比赛。当时名不见经传的队伍,一路过关斩将,冲进决赛。在决赛中输给了拥有史鸿飞、李原宇的深圳队,最终拿到亚军,可谓轰动一时。“我们都是摸着石头过河,取得的成绩都是摸索出来的。”吴强说。

### 既有文化学习的一贯制 又有专业训练的一贯制

2009年1月,学校转为东莞市教育局直属公办中学,特色篮球学校建设的第二阶段正式开启——经过多方努力,原本只能在中堂镇招生的篮球队,后来可以面向东莞全市进行招生。丰富的生源使得队伍的成绩逐渐攀升,从省内赛事到全国比赛,球队的视野也在逐步开阔。

“在这个阶段,我常常思考一个问题,高中只是短暂的三年,校园是铁打的营盘流水的兵。但一名球员的成长,可能需要十年甚至更长的时间,让一名优秀的篮球苗子在校园享受到一贯制的培养模式,这个非常重要。”吴强说。

为此,东莞四中采用了一种创新的模式:学校向下连接东城实验中学,向上对接广东工业大学。经过多年的探索实践,三所学校形成了从初中到高中到大学的人才培养体系,包括球队建设的选材、管理、训练、参赛、输送等环节,形成球队技战术体系和训练方法的统一,球队风格、作风要求等方面的一致。

三所学校的教练员们定期在一起进行交流探讨球队建设的方向。每年的寒暑假,三所学校的队员也定期放在一起集训。在新快报记者探访东莞四中之时,就有多名初中篮球队员和即将进入初中的篮球苗子在场地内接受训练。

如果拿欧洲足球来对比,三所学校的校园联盟就更好理解了。顶级俱乐部在培养人才时,会把优秀选手送到自己的卫星俱乐部去锻炼,不同年龄打不同阶段的比赛,俱



■吴强在比赛现场对学生进行指导。

乐部会根据数据时刻关注选手的成长情况。到了合适的时候,自然会开花结果。

“十年一贯制,这样的话就不存在培养目标不一致的问题。初中、高中、大学三个学段分工合作,遵循孩子的成长规律,对孩子的培养周期更长。另外,孩子在校园里长大,既有文化学习的一贯制,又有专业训练的一贯制,更有利于队员们健康成长。”吴强说,“我们一路坚守,在球队的建设方面,不断探索总结,积累经验。接下来我们会根据全国中学生篮球发展的方向,不断去优化一贯制培养体系,进一步展现广东篮球小、快、灵的特点。”

### 高中篮球队选聘外教 这在全国范围内都不常见

从2016年开始,东莞四中进入了特色篮球学校建设的第三阶段。一贯制培养模式开花结果,不断涌现一批批的篮球后备人才。如今,东莞四中还聘请了塞尔维亚人戈兰作为球队主帅,高中篮球队选聘外教,这在全国范围内都不常见。

在吴强看来,欧洲篮球教练员更讲究整体的体系,在场上把5个人的合作分工做得很好,这种意识是在队员很小的时候就形成了,学校要向这样先进的理念去学习。

虽然整个过程较为复杂,但东莞四中最终还是下定决心把戈兰请来了。在塞尔维亚人带队的近半年时间内,球队发生了不小的变化。吴强认为,队伍的路子是走对了。

### 学生担任校园篮球比赛 的记录台人员和裁判员

除了学校的篮球队之外,拥有10多年历史的东莞四中校内篮球联赛也是如火如荼进行着。据了解,参赛队伍涵盖高一年级、高二年级、教职工三大组别。每年春季学期赛事正式开打,一直持续到学期结束。

据悉,为了让学生更好了解篮球、学会篮球,校园篮球比赛的记录台人员和裁判员,大多数都是由学生担任。

“没有谁可以永远打球,关键是如何面对生活的考验与挑战,有了这种心理积淀,他们才能走得更更高更远。”吴强说,通过篮球联赛,孩子们懂得团队协作,学会互助,这些都是未来走向社会的宝贵品质。



■陈国豪(23号)在比赛中带球突破对方的防守。新华社发



■东莞四中球员在比赛中。

镜头

## “每一次闪耀的背后, 都是辛勤的汗水”

刚进入东莞四中篮球馆的大门,众多校友的英姿填满了一面白墙。他们当中,有2018年代表中国三人男篮勇夺雅加达亚运会冠军的黄文威、曾冰强,有摘得CUBAL冠军的陈国豪、周泽源、曾煜成、崔俊超、刘康能、韩强,也有获得两次CBA全明星扣篮王的张健豪、代表广东宏远出战过CBA的张明池等等。在这些照片的上面,写着这样一段话:“每一次闪耀的背后,都是辛勤的汗水。”

### 陈国豪拼搏精神无可挑剔

据吴强介绍,陈国豪当年刚来学校时,并没有什么太好的篮球基础,但他最大的一个优点,就是骨子里的顽强拼搏和永不言败的精神。

“在他高一时,因为接触系统训练比较迟,协调性也不是特别好,并不被看好。但他练得非常

刻苦,付出了很多,一步步踏踏实实去提升自己。校园篮球只是一个方面,可以说,广东篮球、东莞篮球的大环境滋养了陈国豪,这里可以参加很多高质量比赛,有很多锻炼的机会,这些都塑造了他。”吴强说。

### 黄文威曾冰强练得非常苦

与陈国豪一样,在雅加达亚运会摘得三人男篮金牌的黄文威、曾冰强,也是刻苦拼搏的典型。

当时的训练条件比较艰苦,是在室外球场训练的,他们顶着烈日和风雨保质保量完成,有时训练结束后还独自加练。即便是在周末球队不训练,他们自己也会在烈日下坚持完成教练布置的训练任务,甚至有时候一个人拿球投篮,命中一天的目标次数才终止。

正是这种对于篮球的执着,塑造了今天的成就。

■文图:新快报记者 高京 实习生 曾智翔