

新华社北京3月16日电（记者 王镜宇、李嘉）“停！你们到这边来……二打二的目的是什么？传球之后你应该怎么跑？”

3月5日上午，在北京市密云区篮球协会的篮球馆里，密云三中男篮校队正在训练，指导他们的是原中国女篮国手高连环。

密云三中校长王立敏坐在场边，露出了欣慰的笑容。

“有高指导这样专业的教练来教他们，真的很幸运。”她说，“我们并不奢望球队能拿冠军，但是希望每个孩子都能充分挖掘自己的潜力，成就最精彩的自己。”

王立敏出生在密云，小时候家里穷，没啥娱乐，父亲常带着她和弟弟到密云唯一的露天篮球场去看篮球比赛。她只记得那些人满头大汗，拼命地跑、拼命地抢，她和弟弟也跟着拼命地喊。

大学时王立敏学的是中文专业，还选修了篮、排球裁判，拿到了国家三级裁判证书。工作之后，她又喜欢上了羽毛球、网球……王立敏说：“儿时父亲埋下的那颗种子，在我的心里生根发芽，让我的血液里有了对运动的热爱和思考。”

1990年，王立敏大学毕业，回到母校密云二中任教。跟王立敏同期到学校任教的张洪斌老师从无到有地将密云二中男篮打造成享誉北京的校园篮球劲旅，他几十年如一日的坚持给王立敏留下了极其深刻的印象。

2013年，王立敏调任密云三中担任校长。在思考“一校一品”的办学特色时，她马上想到了篮球。

不过，那时的密云三中篮球基础很薄弱，这所容纳1490名学生的初中校园只有一个200米跑道的操场，没有标准的篮球场，也没有常年训练的篮球队。最大的挑战还在于理念，作为一所远郊区的中学，密云三中以教学质量过硬闻名。不少老师和家长都认为，除了学习，别的都是“瞎事儿”。校队想要周末训练，有的队员来不了，有的在训练中途中被家长接走补习文化课。看着稀稀拉拉的队伍，教练着急，王立敏也着急。在她看来，这不仅是篮球比赛成绩的问题，更是全面育人教育理念能不能落地的问题。

在阻力面前，王立敏迎难而上。没有合适的训练场地，她走遍了密云五中、六中、二中等密云城区拥有篮球馆的学校，在人家不用的时候借场地训练。没有专业的教练员，她去找老同事张洪斌，请他施以援手。在经费缺乏的情况下，她经常自己开车随队做后勤，能省则省。有时候她们全家上阵，爱人当司机，女儿负责给队员买饭。为了帮校队挑选有潜质的苗子，她还去看小学的比赛，当“球探”。在她的

坚持下，校队的发展大有起色。

王立敏深知，要想让篮球成为学校的特色，只有校队的十几个孩子参与是远远不够的。她在学校大力开展篮球比赛，初一年级比的是包括运球上篮、接力、投篮等在内的趣味项目，在初二年级则开展班级联赛，并且要求前两节五上五下，鼓励更多孩子参与其中。

班级篮球联赛最早在每年10月开打，在每天的第七节课进行。随着比赛的深入，天黑得越来越早，比赛打不完。体育老师跟王立敏商量，想把比赛时间往前调，文化课往后错，这样就能趁

天亮打完比赛。一开始其他学科的老师不同意，大家都不想上最后一节课。王立敏给老师们做工作，她自己和其他校领导带头坚守到校园熄灯才离校，赢得了老师们的支持。再后来，王立敏把班级联赛的开赛时间改到了每年4月，随着比赛的深入天黑得越来越晚，解决了跟其他学科时间冲突的问题。

在发展校园篮球的道路上，王立敏越走越笃定。2018年，学校创编了篮球操，将运球、传球、胯下绕环等动作融入其中，加强孩子们的篮球基本功。2019年，学校首次举行篮球嘉年华活动，请校外机构设计篮球游戏、组织亲子篮球赛、校队和毕业生对抗赛、啦啦操表演等。如今，除校队外，密云三中在课后服务时段还有四个篮球兴趣小组、100多人参加训练。

王立敏认为，兴趣是最好的老师，她反对为了应付篮球中考就只教

“运球绕杆”那些考试科目。她曾请来几名外籍教练到校园里给孩子们上篮球课，外教们风趣

周六、周日的上午，高连环从市区驱车前往密云，单程约100公里，风雨无阻。

在高连环的帮助下，球队实力明显提升。在北京市的一次比赛中，密云三中爆冷战胜了校园篮球传统劲旅北京四中和北京市二十二中，取得了第六名的成绩。

高连环说：“我被校长的个人魅力打动了，她真的为这支球队付出了很多。打动我的还有孩子们期待的眼神，开始的时候他们在训练之后总是围着我问‘您下次什么时候再来？’”

为了密云三中的篮球，王立敏付出了很多时间和精力，但她并不觉得累，因为这是她喜欢的事。在她看来，能够遇到高连环这样的高水平教练，是坚守换来的福报。

“我希望自己能做个‘拢火人’，让每个人都愿意往火里添柴。”她说。

王立敏到密云三中工作已经10年了。让她高兴的是，学校的教学质量和孩子们的升学并没有因为她重视篮球和体育工作而受到影响。

“我并不只是重视体育，对劳动、阅读等也同样重视。我们常说五育并举，这五育应该是互相融合的，这样就能形成雁阵效应，让前进的速度更快。”王立敏说。

王立敏认为，学校教育一个很大的误区是只用学习成绩这一把尺子来衡量所有的孩子，其实篮球、体育还有其他很多东西都能激发孩子们的成长动力。

“我们不是不重视学习，而是要激发孩子们更多内在的动力，让孩子们更加阳光、灿烂。我们希望通过理念引领、思想渗透和广阔的平台让孩子们从骨子里更加自信。”

王立敏曾经写过一首小诗，里面有这样的词句：“我们相信，若干年后，当你我再次捧起篮球，也许会热泪盈眶。因为你将发现，这不仅仅是运动的一个选项，这里有生命的激情，有真挚的爱，有我们青春的荣光，有我与祖国的伟大梦想！”

追梦！

以篮球之名



幽默的教学方式大受欢迎，课程结束后孩子们继续打球玩得不亦乐乎，到了放学的时间都“轰不走”。

中国女篮名宿宋晓波参加了2019年的那场篮球嘉年华。她回忆说：“我很迟疑地受邀参加了这样一所郊区学校的篮球活动，到了现场后迟疑瞬间被这些追求梦想的阳光少年打消了。更令我感动的是，这位校长将体育列为实现她教育理念的最重要途径，已经把体育精神无声无息地渗透到了孩子们的心中。”

2022年年初，一个偶然的的机会，王立敏结识了高连环。本来，刚刚退休的高连环只是去“看一看”，最终她被王校长的诚意打动，成为密云三中男篮的特聘教练。从那时开始，每个