



关注

## 点燃黄土地上的篮球梦

记者 彭琛 姜顺

延安，一座坐落在黄土高原上人口数量超200万的绿色城市，因其鲜艳且璀璨的红色历史被世界人民所铭记。黑山共和国，一个国土面积仅有1万多平方公里，人口60多万的东欧小国，因其强大的篮球实力被誉为“篮球王国”。当一座城市与一个国家因为篮球而被联系在一起，又会摩擦出怎样的火花？

### 缘起 篮球运动在圣地

在延安，篮球的发展可以追溯到上世纪30年代，在朱德、贺龙、聂荣臻等老一辈热爱篮球的无产阶级革命家的带动下，这项运动逐渐普及开来。贺龙将军组织的120师“战斗篮球队”更是打遍全军无敌手，号称“战斗打球两不误”。

随着战争局势扭转，红军队伍在延安吹响了解放全国的胜利号角，但却将篮球的火种留在了这片充满生机的土地上。时光流转，岁月更迭。一代又一代的延安人接续传承弘扬老一辈无产阶级革命家的爱国奋斗精神，也让篮球运动在黄土高原上生生不息，代代相传。各类官方、民间篮球赛事持续举办、篮球场地不断建成、篮球爱好者也随之大幅增长。

省第十七届运动会后，全市将篮球列为市级重点发展项目，市体育局计划通过一系列政策支持和资源投入，提升篮球运动的整体水平。在学校和社区推广篮球运动，建立青少年篮球培训体系，选拔和培养有潜力的年轻运动员；建立或加强市级篮球队，提高训练质量和竞技水平，参加省级或国家级的比赛；鼓励和支持群众性篮球活动，如业余篮球赛、三人篮球、社区篮球赛等，扩大篮球运动的社会基础，将篮球运动作为推广全民健身的重要手段，鼓励市民积极参与篮球运动提高全民健康水平。

篮球运动作为一项极具趣味性和魅力的运动项目，因其比赛场地灵活，使得它的适应性非常广泛，人们可以在各种不同的场地上进行比赛，享受运动带来的快乐。此外，篮球运动所需的基本技能并不复杂，只需要一颗球、一个篮筐和一块运动场地，就可以进行比赛，这也吸引了不同年

龄阶段的体育爱好者。“我青年时跟同学打，中年时跟同事打，现在是跟各个年龄段的人都打。我觉得，咱延安人对于篮球的热爱是印在骨子里的。”年近60岁的篮球爱好者罗斌说道。

目前，全市成立了多家篮球俱乐部，如延安大树星火俱乐部、延安竞技篮球俱乐部、延安市艾晨曦篮球俱乐部等，各家俱乐部在不断举办赛事的同时，还积极投入到青少年篮球培训当中。今年年初，陕西新动力文化体育公司、延安黑山全明星篮球俱乐部总经理高琪又通过引进欧洲知名篮球学校——黑山全明星国际篮球学校，进一步加快全市青少年篮球培训与国际接轨，让延安的青少年在本土就可以学习到与欧美青少年一样的篮球培训体系和教学理念。

“我们俱乐部由持有国际篮联一级教练员证书的外教亲自传授，这在延安历史上是第一次，国际知名篮球培训机构引入延安也是第一次。”延安黑山全明星篮球俱乐部负责人闫春荣介绍道。俱乐部成立的第一时间，中国驻黑山大使馆官方推特也第一时间送上了祝福，黑山共和国篮协也向黑山全明星国际篮球学校落地延安表示祝贺。

### 交融 篮球俱乐部成立

2024年大年初一，当中国千家万户沉浸在新年的喜悦时，外籍篮球教练阿德南·纳达雷维奇和米洛斯·米利西维奇已乘着飞机从黑山飞向革命圣地——延安。在这里，他们将开启一段新的篮球旅程。

“这里的人、这里的食物，与黑山有很大不同。对我来讲，教这里的孩子们打篮球是一种挑战，适应生活也是一种挑战，不过我非常喜欢这里热情友好的市民。”延安黑山全明星篮球俱乐部外籍教练阿德南描述着自己连日来的感触。

青年时的阿德南入选过波黑U18国家队；退役后又当过波黑U18国家队助理教练。2023年，阿德南是省科技厅认定的26名外国高端人才(A类)中，唯一一名体育类人才。

对于篮球教学，阿德南总是毫无保留、不遗余力地教孩子们在场上该如何跑位、传球、投篮、配合等技巧。

“延安的孩子和欧洲的孩子虽然用的是同样的教材、同样的教学模式，但有时训练的结果并不会如你所想。”面对延安的篮球学员，阿德南也会有自己的苦恼，“这里的孩子们打球害怕对抗，注意力不集中，经常因为各种校外培训课程减少运动时间，这样很难提高球技，在欧洲很少有这样的问题。”

不同于擅长带队和篮球辅助技能提高的阿德南，米洛斯更擅长互动教学和基本功训练，从内心去引导小朋友对篮球产生兴趣，提高打球专注度。

“我从小就喜欢中国，所以我会主动去了解中国的一切，这让我能更快融入中国的文化。”延安黑山全明星篮球俱乐部外籍教练米洛斯用中文说道。

米洛斯曾是塞尔维亚和黑山国家队的篮球运动员，精通多国语言，并在中国有超过500个小时的儿童慈善工作经历，这让他实际教学中如鱼得水。“我们不是单一的只教孩子打球，会在教学过程中教他们英语，让体育课变成英语课，这也是我们的特色之一。”米洛斯说。

课堂上，严谨、认真的阿德南和幽默、风趣的米洛斯配合非常默契，他们通过兴趣培养、动作示范、课后英语教学等科目，让球场上的孩子们学到的不仅是欧洲篮球的动作，更是欧洲篮球的理念和文化。

欧洲篮球界传奇球星、黑山全明星国际篮球学校创始人弗拉多·斯帕诺维奇告诉记者，中国有着深厚的篮球根基，希望该学校引进到延安后，让延安的青少年可以认识到中国篮球与西方篮球的优势和不足，通过学习西方篮球先进的篮球培训体系和理念帮助更多篮球爱好者感受到篮球的快乐。



● 俱乐部训练瞬间



● 阿德南为学员讲解上篮的技术要领



● 米洛斯给学员们分享投篮技巧

### 未来 培养篮球人才的摇篮

在延安，篮球有着广泛的群众基础。不论是早晨、中午、傍晚，还是校园内或公共篮球场，都会看到不同年龄人群活跃的身影。而如何将青少年打篮球从业余向系统专业方向发展是高琪所重点关注的。

为了让延安的青少年能够零距离认知感受欧洲篮球，延安黑山全明星篮球俱乐部在宝塔区举行了多场进校园的活动，先后走进宝塔区创新实验小学、宝塔区北关小学、新区培文学校等地。阿德南与米洛斯用中英双语逐一向学生们介绍动作要领与注意事项，针对基本姿势、如何运球、如何传球、如何投篮等进行详细讲解。

这也唤起了孩子们对篮球的巨大热情。不少学生在训练结束后都分享了自己的感受，“原来NBA的球星们都是这样从基础练起来的。”“外教一边训练一边教英语，更加激发了我打篮球的兴趣。”孩子们七嘴八舌地讨论着。

近日，在延安黑山全明星篮球俱乐部里室内一块场地上，许多学生在围坐在外教身边，听他讲解篮球知识。而球场的另一侧，在专业设备、器材的帮助下，学生们尝试着定点投篮、带球过人等篮球动作，阿德南甚至将一位小女生举过头顶，然后让小女生将手中的篮球灌入篮筐，整个训练在一种轻松快乐的过程中进行。

10岁的李林轩与7岁的李林璟是最早加入俱乐部的学生，在来之前哥哥性格沉稳内敛，妹妹性格外向活泼。二人都是在妈妈的建议下报名了俱乐部，从最初的排斥不情愿，到现在已经变成了期待与不舍。

“起初很排斥这项运动，可经过一段时间的训练，我爱上了俱乐部，了解了篮球理念和篮球精神，最重要的是我长高了，说英语更自信了，并且越来越喜欢打篮球了。”李林轩高兴地说。

“现在哥哥性格很开朗，妹妹把注意力不集中的毛病也改掉了，很高兴看到他们的成长。”李林轩家长薛春珍说道。

目前，延安黑山全明星篮球俱乐部招收的学员多为低年级学生，主要以培养兴趣为主，同时在周末开设中高年级学员培训班。按照高琪与闫春荣的设想，俱乐部计划在今年暑期招够一定学员数量后将组建俱乐部的各年龄段代表队，参加中省市各类型比赛，以此达到以赛代练、以练促赛，发现人才、培养梯队的目的，并力争三年内改变全市篮球人才缺乏的现状。

延安是中国革命的摇篮，努力将俱乐部发展成为陕西青少年篮球人才培养的摇篮，挖掘好苗子，培养好球员，让篮球走进校园，走出黄土地是每个篮球人最朴实的心愿。