

朱晟阳:球场与课堂,都是我的热爱主场

本报记者 谢嘉伟

9月16日晚,2026年浙BA省级争霸赛A组第二轮,卫冕冠军杭州队客场挑战桐乡队。最终杭州队以100比70大胜,收获本届省级争霸赛的首场胜利。

比赛中,杭州队球员朱晟阳发挥出色,独得21分,这位来自杭州市闻涛中学的体育教师,在球场与课堂之间,书写着属于自己的热爱故事。

朱晟阳在小学时期接触到篮球,高中开始系统训练,大学期间,他作为浙江师范大学男篮主力后卫,在球场上练就了扎实的功底与顽强的作风。2021年,这份对篮球的热爱让他从大学生球员转型为体育教师。除了要给学生上体育课,他还负责篮球拓展课和篮球训练课,每天基本都在操场和篮球场间穿梭。用他自己的话来说,就是“离开球场,浑身难受”。

“对我来说,篮球早已是生活中不可或缺的一部分。”在朱晟阳看来,无论是学生时代还是进入工作岗位,篮球都没有离开过自己,特别是如今能在浙BA赛场上为热爱拼搏,让更多人看到这份热爱,是一件十分幸福的事情。

“虽然拿到了全场最高分,但我觉得自己在一些球的处理上仍显毛躁,赢下比赛更多依靠队友的上一心。”谈及浙BA赛场的表现,朱晟阳总是将团队放在第一位。他还用了三个关键词总结杭州队:“首先是团结,其次是强大的执行力,最后就是竭尽

全力,这三个关键词是杭州队一路走来的底色。”

在这位体育教师眼中,浙BA是一座丰富的“教学资源库”。朱晟阳说:“实际上我是以两种身份参与浙BA的。以杭州队主教练于双凯为例,他也是一位非常出色的体育教师,平时他的一些执教理念与方法,我不仅以球员身份学习,也以体育教师身份学习。”

“浙BA草根运动员的拼搏故事,也是体育精神的良好范本。”除了篮球技术,朱晟阳最想要教给学生的品质便是百折不回的意志品质。“学打球前应该先学会做人,每场比赛只有一方是赢家,所以要学会如何克服困难,在险境中求突破,在失败时还能站起来。”

首胜只是新的起点,省级争霸赛的征程仍在继续。作为卫冕冠军,杭州队后续每一轮赛事都充满挑战、全队不容松懈。展望后续赛程,朱晟阳表示,自己将沉下心来打好每一个回合、打磨每一处细节,脚踏实地提升赛场能力,全力以赴迎接每一场比拼。

相较于个人的赛场突破,朱晟阳更心怀一份育人期许。他期待浙BA火热的竞技氛围、球员们热血拼搏姿态,能够感染更多青少年,让更多孩子主动走近篮球、爱上运动,在心中种下热爱体育、坚持运动的种子,最终养成终身锻炼的健康生活习惯,在体育锻炼中收获成长、淬炼品格。



谢祺君:短跑练出的“篮球财富”

本报记者 毛佳琦

9月16日,余姚队在本届浙BA省级争霸赛的第一个主场比赛日中,经过四节较量,球队以86比59战胜普陀队,收获了省赛首胜。全场比赛,谢祺君9投7中拿下14分,当选全场最佳球员。“非常感谢教练团队的信任与付出,也感谢每一位队友的支持与配合。”谢祺君赛后说道。

看谢祺君如今在球场上的表现,很容易以为他从小接受的就是篮球训练。事实上,他最早练的是田径。“我从小学开始一直都是田径队的。”谢祺君说。来自余姚西门的他,从小接触田径,主练100米和200米。直到高中,因校篮球队从田径队抽调人手参赛,他才真正开始踏上篮球赛场。考入浙江树人大学后,他继续加入学院篮球队,在一场场比赛慢慢积累经验。

多年短跑训练,给谢祺君留下了独特的“篮球财富”。“短跑比较看重腿部力量和爆发力,我现在跳得会高一点。”谢祺君说。尤其在篮板球争抢中,连续起跳和爆发能力往往能够派上用场。

和不少对手相比,余姚队在身高上并不占优势。谢祺君说,球队始终把自己摆在挑战者的位置。“我们个子不高,但是能跑、能跳、能抢。多跳几次、多抢几下,篮板也许就抢下来了。”

两届浙BA的经历,也让谢祺君对比赛有了新的理解。今年宁波市预选赛决赛首场对阵宁海队,余姚队一度领先20多分,却最终被对手逆转。这是谢祺君至今印象最深的一场比赛。“打篮球到现在,这是第一次领先20多分最后被追上来。”他说,从领先时的兴奋,到被反超后的失落,那场比赛让他真正明白,“不到最后一刻,永远不能放弃”。

这样的经验,也被带进了省级争霸赛。首轮客场负于江山队后,谢祺君说“一下子有点被打蒙了”。赛后,全队复盘总结、调整心态,也通过训练恢复竞技状态。

谢祺君的另一大感受,是身边关注篮球的人越来越多。“观众更多了,关注度更高了,比赛强度也越来越大了。”越来越多优秀球员出现在赛场上,也让每一场比赛变得更具挑战。

赛场上,谢祺君或许不是最耀眼的那一个,却总能在球队需要得分、拼抢和提速时站出来。在他看来,浙BA不仅带来了更大的舞台,也实实在在改变着自己。他说:“我们基本隔一天就会训练,体能提高了,技战术也一直在钻研。大家朝夕相处、并肩作战,场上配合也越来越默契。”

对于主场作战,谢祺君有一种特别的信念。去年参加省赛事时,余姚队就在主场打出了不错的表现。谢祺君不会忘记那种感觉——走进主场,看台上坐着熟悉的余姚球迷,大家心里总会攒着一股劲,希望能拿出最好的状态。“我们就想着,这是自己的家。”谢祺君说,“主场要捍卫,客场也要争取拿下来。”也正因此,9月16日这场胜利,对余姚队而言不仅仅意味着积分榜上多了一场胜场,也是经历客场失利后的一次有力回应。

在谈到对今年浙BA省级争霸赛的期待,谢祺君首先想到的不是成绩,而是最朴素的心愿:“第一还是希望大家平安完赛,不要受伤。”他越来越明白,能够健康地站在赛场上本身就是一件珍贵的事。随后,他才补充道:“希望余姚队可以走得越来越好。”

