

# “背篋精神”让资中校园足球走得更远

本报记者 顾宁

6月的傍晚，太阳还未下山，空气中还带着夏季的热浪。在四川省内江市资中县资中体育场，资中女子足球队的队员们在教练的带领下，正精神饱满地进行训练。这群平均年龄不到15岁的女足小将们，常年训练天数280天以上，平均每天训练时间不少于3个小时。绿茵场上的她们挥汗如雨，勇往直前。

## “背篋精神”激励队员成长

1986年，在各方的大力支持下，四川资中组建了全省第一支女子足球队——资中县女子乙组足球队。资中女足发展之初，基础条件十分艰苦，场地设施、训练物资极其匮乏，甚至需要用背篋背着大包小包的参赛物品前往各地参加比赛。就是在这样的艰苦环境中，资中女足凭借着不服输的精神咬牙坚持，风雨无阻地刻苦训练，在1986年至1990年近4年间，几乎包揽了四川省内所有女子足球项目第一名的优异成绩。2001年，以资中女足为班底的四川女足参加了全国九运会，并取得第三名的佳绩。至此，资中女足特别能吃苦、特别能拼搏的“背篋精神”声名远播。

“背篋精神”依旧激励着现在的资中女足队员不断成长。今年考上河海大学的罗选美说：“‘背篋精神’是老一辈资中女足传承下来的精神财富，引领着我们艰苦奋斗、自强不息、刻苦训练，提醒我们无论是在生活中、学习中还是比赛中都要顽强拼搏、争取胜利。拿我自己来说，去年比赛中我受伤了，还做了一个比较大的手术，是‘背篋精神’鼓励我坚定信念、相信自己，最终成功重回赛场。”

资中女足队员、资中一中学生凌瑶也说：“我们是廖教练带的第三届队员，‘背篋精神’也是从师姐一直传承到我们这一代的。在训练的时候，教练经常会提起‘背篋精神’，讲一些前辈们在训练比赛中的故事，告诉我们在面对比自己强的对手时不

要畏惧，不要觉得自己比别人弱，要相信自己，将敢打敢拼、敢抢敢斗的资中女足精神展现出来。”

特别是当队员们走出四川，参与全国大赛，面对挑战和困难时，“背篋精神”始终是鼓励她们前进的动力。“陕西全运会我们以小组赛第一的成绩晋级，但最终只收获了第八名。这样的成绩让我们感受到了心理落差，看到了自己和其他队伍的差距，也激励我们要在平时更加努力训练，争取在赛场上有更好发挥。”凌瑶说。

传帮带也是“背篋精神”的一种体现，从教练到队员，大家都希望资中女足发展得越来越好。罗选美说：“今年我在参加体育单招考试后，还考取了教练员证，有空的时候会帮教练带师妹们训练，希望能将自己多年参赛的经验分享给她们，比如在赛场出现情况时该如何解决，在训练中如何选择适合自己的加强练习等，希望自己可以真正为资中女足的梯队建设贡献力量。”

## “全员足球”让选材更广

在资中，“全员足球”不只是一个比喻，在女足已经变成资中名片的今天，“全员足球”在资中校园已成为现实。

在资中县水南镇第二幼儿园，园内随处可见足球元素，带有足球图案的游戏道具、足球装饰彩灯、足球文化长廊……让小朋友可以更好地认识足球、亲近足球。不仅如此，在资中县水南镇第二幼儿园，园里百分之八十的老师都拥有E级教练员证。“这是我们的特色。”幼儿园园长夏琳很是自豪。夏琳告诉记者，幼儿园根据不同年龄段孩子的特点和身体情况，研发了不同难度的足球游戏。“比如适合小班孩子的《比比谁踢得远》《给球宝宝找家》，适合中班孩子的《争夺营地》《勇敢的小战士》，适合大班孩子的《红灯停绿灯行》《勇者闯关》。我们还会组织班级联赛，每年六月还会组织大班的孩子来一场蹴鞠赛，庆祝他们顺利毕业。”

不仅是幼



园，在资中，中小学也将足球作为一项日常工作来开展。在资中县实验小学，学校树立“健和体育，人人参与”的理念，以球健体，以球炼志，通过玩足球、画足球、舞足球、校园足球联赛等活动从六个方面来宣传足球知识，普及足球运动，形成多元化的校园足球文化。校长李焱介绍，学校一至六年级每周都安排有1节足球课，体育课上融入了足球教学，延时服务中增加了足球兴趣班，还开发了符合学校实际的足球校本教材《竞技绿茵 闪亮童年》。同时，学校还积极聘请校外足球教练到校指导，并选派优秀教师外出培训。在课堂教学外，学校鼓励组建了年级足球队和班级足球队，每周每个年级有一天下午利用课后延时服务时间进行足球训练，保证全员参与足球训练。在此基础上，学校还成立了校级男、女足球队，并按年龄和训练水平分为大队和小队，采取学校、体校、比赛“3训合1”的方式进行训练。

据了解，资中县一方面畅通渠道，着力足球人才培养，坚持足球进校园、进课堂、进活动，落实学校每周开设一节足球课，将足球纳入大课间和课后延时活动，努力构建校园足球课程和科研体系，形成幼、小、初、高一一体化衔接的足球运动梯队。另一方面，建立多元竞赛体系，以“雏鹰杯”校园足球联赛为轴心，构建班级、级队、校队等金字塔形的足球后备人才库，常态化举行“雏鹰杯”校园足球三级联赛，开展镇级友谊赛，遴选优秀队员参加内江市、四川省、全国足球比赛，同时还在幼儿园开展了足球（蹴鞠）比赛、迷你足球联赛和亲子赛，形成“人人都参与、班班有球队”的氛围，使校园足球既成为学生强健身心的手段，又成为培育高水平足球人才的“蓄水池”，为校（园）队的发展营造了良好氛围。随着资中校园足球体系日益完善，也为

资中女足梯队建设再添前进动力。资中体校女足教练廖峻峰说：“以前没有完善的梯队建设和发展普及校园足球时，我们教练会到最基层的学校去选拔队员。那时候选上来的很多都是没有接触过足球的‘白纸’队员，试训一段时间后再将潜力比较好的、有继续练习意愿的队员留下来，也正是那个时候体校教练与各个学校的体育老师建立了紧密联系，现在他们会主动推荐适合的学生来体校训练，也会在学校组织校内班级联赛的时候邀请体校教练前去观摩，希望可以从中发现一些比较有潜力的足球苗子。”

作为内江市女足甲组承办单位，资中一中在“特色发展、立德树人”办学理念指引下，通过艰苦的训练和科学的管理，不断优化选材，科学训练。资中一中校长陈林介绍，在资中“全员足球”的大环境下，如今选材的途径已经越来越丰富。“资中每年开展的校园足球比赛是补充梯队建设的方式之一，通过比赛发现优秀足球队员，根据年龄段到有训练队的学校进行选拔，这些孩子是有基本功的。其次是在全县各个中心校撒网式选拔，即到一个学校就请学校组织符合年龄、有意向的学生到操场统一进行选拔，主要从身高、协调性、速度、力量、爆发力等方面进行考核，这些孩子是零基础的。”

## 体教融合畅通上升通道

河海大学、太原理工大学、四川师范大学、昆明理工大学、南京体育学院、武汉体育学院……知识改变命运，体育也可以改变命运，越来越多的资中女足队员通过足球特长，走出小城，考上了理想的大学。

为了解决学训矛盾，保障队员文化课学习，各相关部门给予了大力支持。以资中一中为例，陈林介绍，根据县教育局相关招生政策，同时充分考虑学生的运动天赋，资中一中从全县各中小学校选出具有潜能的学生，在征得本人及其家长同意后，编入资中一中女子足球队。2019年学校还开设了专项特色班，让队员的训练和教学有了保障。“因为每个班都有不同安排，下课时间也不尽相同，会在一定程度上影响队员的训练时间和训练节奏，所以当队员都在一个班学习时，就可以很好地解决这个问题。”陈林说。

不仅如此，资中一中还将优秀的师资力量向足球班倾斜，如果队员没有达到达标线，还会暂停训练和比赛，把文化课补上再跟队训练。“不能训练和比赛对足球队的孩子来说是最痛苦的，但同样也是他们努力学习的动力。每次比赛回来，下课的时候经常可以看到队员们围着老师问问题，在外比赛的时候，每天晚上我们也会安排文化课学习时间，并督促他们完成作业。”学校足球教练刘强说，作为老师和教练，他们真心希望自己的队员能做到学训平衡，两条腿走路。

罗选美也说：“训练时我会全身心投入，好好训练，保证训练质量。而训练之外更多的时间我会用来补习文化课内容，因为外出比赛一定会影响自己的学习进度，所以回学校后我会

主动找老师、同学补课，上课的时候也会注意力更加集中。一中的老师也很支持我们，每次比赛回来都会抽时间帮我们补课，比赛期间有不懂的问题也会在网络上及时沟通。”

由于选拔出的队员水平参差不齐，资中一中还在科学训练上进行了诸多尝试。陈林说：“在每天下午两个小时的训练中，我们将队员分开安排训练科目。前两个月，零基础的队员以基本功、球性球感、体能和协调性的训练为主；有基础的队员以基本功、体能、协调性及简单的战术训练为主。后期训练中，我们会将训练中表现优异的队员编入主力队员进行分类训练，对非主力队员加强基本功训练，主力队员开始进行技战术训练，在队伍中营造一种积极向上、力争上游的氛围，鞭策队员认真完成训练科目。”

## 推动资中女足高质量发展

如今资中女足早已是四川的金满贯、金满贯，对于现在的女足姑娘而言，前辈的成绩既是压力也是动力。罗选美说：“我们这支队伍的成绩一直非常好，每次备战或参加比赛的时候确实会有一些压力，但教练会在赛前给我们解压，鼓励我们放开包袱，做好自己。告诉我们不要想那么多，好好去享受比赛，去享受足球带给我们的快乐。”

资中女足的成长离不开校园足球的日益壮大，全员普及让更多足球少年脱颖而出。校校有球队又为选拔优秀足球后备人才提供了沃土，资中体教融合的新模式应运而生。“我觉得体教融合就是将校园足球作为专业足球的基础，作为一个‘蓄水池’。只有发展好校园足球，才能让我们梯队建设有‘水’可用、不断完善，有源源不断的后备人才充实在专业队伍中。”资中县教育局和体育局党组书记、局长张强说。

未来，资中县将积极接轨现代足球发展趋势，推动资中女足从“业余化”青训模式逐步转型为“专业化”球队，擦亮资中女足品牌，推动资中女足运动可持续、高质量发展。

资中县将一方面加强人才队伍建设。选优配强女足教练员，进一步增配主教练、守门员教练员、体能教练员。采取“教师+教练员”模式，在足球特色学校等设置专职教练员岗位，选聘优秀退役运动员入校任教，健全足球教师培训体系，建立教练员和足球教师定期交流探讨机制，逐步实现校校有优秀足球师资。同时，加强科研医协协作，选派医生担任女足营养师、队医，推动饮食、训练科学化、专业化。

另一方面，将在基础设施提质升级上着力。将加快推进全国青少年校园足球特色学校、特色幼儿园标准塑胶足球场建设和12所学校、15块足球场改造升级，添置锥形桶、标志杆等满足足球活动的设施设备。按照“因地制宜、科学规划”的原则，逐步新建一批足球场，全力做大做强省级青少年足球后备人才培养基地。