



在湖南省怀化市鹤城区的大山里，藏着一所全国校园篮球特色学校。学校篮球队名叫“凉亭坳女子篮球队”，体育老师张琼琼是这支篮球队的教练，他用篮球擎起了大山深处留守儿童的梦想，多次带领她们打进全国比赛，并先后有50多名山里娃通过篮球特长考入优质学校学习，甚至成为职业运动员。

# 走出大山 拥抱世界

## ——“中国好人”张琼琼和乡村小学女子篮球队的故事

本报记者 郭帅

### “篮球带给我很多快乐”

上午10点，是湖南省怀化市鹤城区凉亭坳小学的课间操时间。篮球拍打声让它和其他课间操有所区分，随着欢快的音乐，孩子们整齐地运球、带球。“篮球操”是这个学校的特色，也是很多孩子最爱的一项课间活动。

带领学生们做操的老师名叫张琼琼，是这套“篮球操”的设计者，“我想把篮球团队协作、奋发向上的精神融入这套操中，传递给孩子们。”张琼琼说。

凉亭坳小学是怀化市鹤城区最偏远的山区小学，70%以上的学生为留守儿童。今年是张琼琼到大山里的第9年，也是凉亭坳小学女子篮球队成立的第9年。

“看人，要让人防守，上来阻挡一下！”篮球场上，队员们早已习惯张教练的严厉。阳光打在女孩们挂满汗珠的发梢上，散发出属于青春的别样魅力。这是一支由酷爱篮球的乡村女孩们组成的队伍，它承载着女孩们成为篮球明星的梦想，点燃了她们走出大山、拥抱世界的希望。

9年间，张琼琼将一所山村小学的篮球队带进了全国赛场，在全国“苗苗杯”小篮球赛中杀入全国三强。优异成绩的背后是张琼琼和队员们流下无数的汗水和泪水。

“每次备战前的强化训练，琼琼是既当爹又当妈。”其他老师笑着说。一大早，张琼琼会去附近的市场上买最新鲜的菜，亲手给孩子们做营养餐，孩子们还在长身体，营养要跟上。

张琼琼的微信名叫“大山教练”，也是家长们对他的称呼。他的头像是一个穿着篮球服奔跑的孩子，简单而形象地诠释了她的作品与生活。

“因为打篮球，我才有机会去长沙、去上海。”回想起几次全国比赛的经历，凉亭坳学校女子篮球队第三届队员谭文雪至今仍心潮澎湃，球场上呐喊加油的声音让她从未如此自信，“篮球带给了我很多的快乐。”

一年见不到几次父母的她，曾经一度性格孤僻不愿意主动与人交往，“篮球有种魔力，一摸到球，烦恼全忘了。”越来越开朗的谭文雪笑着说。

说起对孩子们的期望，张琼琼并不执着于让她们走专业道路，“篮球只是让她们多了一种人生选择，我希望篮球能开阔她们的眼界，让她们身上有种不服输的体育精神。以前她们可能只想毕业后像父母那样出去打工，现在她们懂得通过努力追求自己的梦想。”

为了让孩子们能有更广阔的人生道路，除了每天雷打不动的训练之外，张琼琼还利用晚自习给她们补习文化课。

### 回家，回大山

很少有人知道，如今这个阳光向上的大山教练，曾经是个“网瘾”少年。“经常旷课，有时候甚至通宵去打游戏。”父母平日总是忙着在外务工，在张琼琼的记忆里，童年是孤独的。

直到高中体育老师王高的出现，“当时校篮球队选队员，一开始没有选中我，但王老师看我喜欢打球也不怕吃苦，就坚持把我叫了下来，还时常鼓励我。”很少受到表扬的张琼琼突然间觉得，自己昏昏沉沉的生活里照进了一束光。

得到认可的张琼琼，在训练场上和学习上的表现仿佛变了一个人。“那时候最享受的，就是打比赛的时候同学们在旁边为我们加油，自信心一下就有了。”最终，曾经的“网瘾”



张琼琼和孩子们在一起。受访者供图

少年凭借篮球特长考入大学，主修体育教育专业。

毕业后，张琼琼来到北京，在中国男篮前主帅王非的训练营做助教。北漂的两年里，张琼琼的专业技能提升飞快，但他觉得，这始终不是他的归属。

“心里一直有个声音：回家，回大山。”做助教两年，张琼琼看到很多城里孩子通过篮球有了更广阔的发展空间，“当时就想到大山里的孩子们，体育也可以给他们多一种人生选择。”

2013年，张琼琼辞掉报酬丰厚的工作，通过湖南省特岗教师考试，来到凉亭坳小学担任体育老师。张琼琼至今记得初到凉亭坳小学时的情景：“篮球场上晒的全是谷子，当时心就凉了半截，觉得自己的特长没有发挥空间了。”

身处山区，吃住在学校，在大山中常年回荡的鸡鸣犬吠中，张琼琼借着篮球消磨时光。“孩子们就在边上看，有时候满操场追篮球。”看着身边这些可爱的孩子们，再想想自己的童年，张琼琼觉得该做点什么。

### “小老虎”下山了

一个偶然机会，张琼琼在操场上看到一个拿着排球当篮球打的小女孩。张琼琼试探性地问她愿不愿意学篮球，开朗的女孩马上点头，而且马上拉来了其他6个小伙伴。

“当时我都不知道篮球是什么。”女孩名叫张丽君，因为性格开朗，她成了凉亭坳小学第一届女子篮球队队长。

说干就干，清理了球场，张琼琼就带着小队员从零开始，一周训练4天，早上上课一个半小时，放学后一个半小时，寒暑假也从未间断过。

“当年的水泥地球场，没少让孩子们吃大苦头。夏天，一个个晒成小红人；冬天，很多队员的手会因练球而红肿破裂。”张琼琼看在眼里，疼在心里，但他知道，想取得成绩就要付出更多的努力。

孩子们冬天穿棉鞋训练，有时候一堂课还没上完，鞋面就开口了。没有经费，张琼琼就自掏腰包为孩子们购置了专业的球衣、球鞋、篮球。刚组队那年，正赶上张琼琼的妻子怀了孕，球队的额外支出让夫妻俩银行卡上总是空空如也。

篮球队训练不足一年时间，就迎来了第一次挑战：2014年，怀化市鹤城区举办中小学篮球比赛。在参赛的篮球队中，凉亭坳女子篮球队是

唯一的农村女子篮球队。

赛场上，张丽君和队员们像小老虎下了山，全场紧逼，势不可挡。第一场终场哨响，“76比0”的成绩瞬间就在怀化市中小学里“炸开了锅”。张琼琼在赛后得知，比赛前遭受的冷嘲热讽激发了队员们的斗志，“可能是觉得我们从农村来的，不会打篮球。”

“自那以后，她们的自信心一下就上去了。”此后，凉亭坳女子篮球队迅速成长，在全国比赛中接连取得好成绩。乘坐高铁出行，孩子们从最初异常兴奋到习以为常，她们看着身后的大山在列车飞速前进中慢慢变小，直至消失……

### 有梦想谁都了不起

今年元旦后，就读于武汉体育学院的张丽君签约武汉盛帆职业篮球俱乐部。她第一时间给张琼琼打了电话，抑制不住地兴奋。张琼琼比她更激动，在朋友圈里写道：“恭喜大魔王，继学校队史第一位大学球员后，再次刷新纪录走向职业，未来可期，有梦想谁都了不起……”

在没有拿起篮球前，张丽君一直学习成绩比较落后。“她家里兄弟姐妹多，爷爷奶奶也没有时间照顾她。”张琼琼说，在篮球队摔打的这几年，让丽君有了质的飞跃。对于琼琼教练，张丽君内心充满感激，“不止篮球训练。生活、学习上也处处照顾我，那种温暖像爸爸。”每次假期回家，丽君总是第一时间冲到学校找教练说心里话。

如今，这支“神奇”的篮球队，也引起湖南省内外教育界、体育界人士的关注。中国篮协主席姚明邀请他们参加活动；NBA球星林书豪等与他们面对面交流。鹤城区教育局为其划拨了用于篮球事业的专项经费，一些机构和网友主动向学校捐款……更重要的是，篮球点亮了这些山村孩子的梦想。包括丽君在内，这些年，50多名山里娃通过篮球特长升入优质学校学习。

逐梦路上，张琼琼收获满满。他曾先后获得“中国好人”“全国模范教师”等荣誉称号。伴随着荣誉，不少学校和培训机构向张琼琼递来了橄榄枝，更高的收入、更广阔的平台没有让张琼琼动摇自己的初心，原本3年的特岗教师生涯，如今她已经坚守了9年。

“理由很简单，希望大山里的孩子可以通过篮球接触外面的世界，都有多一种人生选择的机会。”张琼琼说。



### “全国最美志愿者”杜诚诚：

## “我想成为黑暗中的那束光”

本报记者 郭帅

“影片开头是一张结婚照，男女主人公憔悴的脸上没有一丝笑容，因为他们认识还不到一天。”杜诚诚是湖北武汉市青山区蒋家墩社区盲人电影院的义务讲解员。最近，她正在练习电影《隐入尘烟》的讲解。很多听过她电影讲解的盲人朋友并不知道，杜诚诚是一位重度残疾人。

20岁那年，杜诚诚因为一场病变导致左腿高位截肢。“当时完全不敢想象自己将来的生活。”但她没有自暴自弃，虽然不得已休学在家，还是坚持学习。得知武汉市统一招聘残疾人社区工作者的消息后，她鼓起勇气报名参加，并顺利通过招考，成为青山区蒋家墩社区残疾人协理员（社区干事）。

“那时我每个月工资只有几百元，但每天都很开心，因为我可以自食其力了，哪怕是一些细微琐碎的小事，对我来说就意味着生命的尊严和价值。”杜诚诚说。

和盲人朋友的结缘，源于杜诚诚的志愿服务梦。2010年，在杜诚诚做完截肢手术一年后，她听说武汉市残联要在每个社区建立盲人电影院，“不假思索就报名了，我一直想做一名志愿者，帮助有需要的人，也想证明自己可行。”此后，杜诚诚开始义务为盲人讲解电影，十余年如一日。

一部电影最多2个多小时，但为盲人朋友讲电影，杜诚诚需要一次次反复观看……“每部电影看个几十遍是常事。首先要选片，然后闭上眼睛自己先听一遍电影，把听不懂的地方记录下来，再反复观看影片，最后才开始写解说词。”提起电影讲解，杜诚诚打开了话匣子，“最后，我会再闭上眼睛把电影听一遍，检查一下我是否遗漏了哪些细节。”

“最难的就是选片。”同为残疾人的杜诚诚情感细腻，偏爱选择一些温馨又有些励志的影片。“为了让视障朋友能更好地理解电影，其中每一个画面要表达的内容、人物表情、人物动作都需要形成文字。”杜诚诚说。

“有些比较难理解的片段，即使两三分钟，可能也要花一两两个小时的时间写解说词。”由于不能久坐，杜诚诚常常躺在床上写稿子，累了就换一个姿势继续写。一部电影讲解稿，按复杂程度通常需要紧锣密鼓地准备一到三个月。遇上最新上映、无法从网上下载的视频，杜诚诚就自掏腰包到电影院反复观看，然后凭借记忆写下解说词。

“我经常带着吃的‘泡’在电影院里，一坐几乎就是一整天。”因为截肢的缘故

杜诚诚要时不时地拍打、按摩自己的腰和大腿，才能缓解久坐带来的下肢酸痛。

杜诚诚至今记得，电影《山楂树之恋》是她为盲人朋友们讲的第一部影片。“当时我坐在一张小桌子前面，特别安静，大家的呼吸声都能听得清楚。那次大多是有视力障碍的老人和孩子。”杜诚诚回忆说：“第一次讲电影，特别紧张，我能感觉到声音都有些发抖。”

直到电影结束，杜诚诚都还没有从紧张中平复下来。让她意外的是，几个“观众”找过来，握着她的手说：“我活了半辈子，还是第一次‘看’电影。”

“声音能穿透黑暗，帮盲人朋友看懂电影，我觉得是一件特别有意义的事。”杜诚诚说，那时候她就在心里暗暗发誓，一定要坚持做下去。

十余年时间，杜诚诚真正成了盲人朋友看电影的“眼睛”。她为1万多人次的视障朋友们讲了300多场电影，写下了100多万字的讲解稿。

除了为盲人电影院讲电影，她还开辟了网上直播通道。通过网络直播平台，全国有30多万人次在线收听过她的电影讲解。

除了为视障残疾人讲解电影，作为残疾人工作者，杜诚诚在平时还经常倾听残疾人朋友的委屈和烦恼，帮助他们解决就业、就学等问题。在社区残疾人心里，杜诚诚早已成了他们的知心人……为此，她也获得了全国最美志愿者、湖北省道德模范等荣誉。

杜诚诚说，无论是给盲人讲电影还是社区工作，点点滴滴都是她努力生活的注脚，也是她追光的足迹。“我就想成为他们黑暗中的那束光。能为同是残疾人的朋友们多做点事，成为他们的光，特别高兴。”



### “思源工程”向北京千名老人捐赠智能设备

本报讯(记者 舒迪)在中华思源工程扶贫基金会、民建北京市委、中共门头沟区委统战部近日主办的“思源·松柏计划”公益项目捐赠仪式暨民建8+1行动推进会上，“思源工程”向北京门头沟区的1000位老年人捐赠智能设备，解决老年人及其家庭日常健康咨询、慢病用药、孤独焦虑等问题。

“思源·松柏计划”是“思源工程”、思

源健康促进公益基金在去年发起设立的公益项目，主要面向国内失独老人、空巢老人、不会使用智能化产品的老年群体，为其捐赠智能终端系统（含产品），让老年人及其家庭享受智能技术带来的便利。该智能终端系统（含产品）还可配合政策宣导、防诈骗、辟谣等知识服务应用，缓解老龄化带来的相关社会问题。

### “星能冠军助学项目”走进赣州

本报讯(记者 赵莹莹)9月7日，“星能冠军助学项目”在江西省赣州市寻乌县实验小学和城北新区小学进行。北京星能公益基金会发起人、奥运会跳水冠军高敏，世界冠军熊美英，江西省跳水运动员喻书怡，跆拳道运动员王鑫等出席活动。

这是北京星能公益基金会首次将“冠军

精品课”引入学校，由奥运冠军、国家级体能教授引导青少年用正确、科学的健身方法进行训练。据高敏介绍，未来北京星能公益基金会将着重提高加强“星能冠军助学项目”的普适性与长久性，在原有课程和活动之上，进行更多的探索与创新，让体育走进校园，让更多非专业体育的孩子们了解并学习体育知识。

### 北京石景山支援青海玉树防疫工作

本报讯(记者 贾宁)应青海省玉树藏族自治州称多县请求，北京市石景山区提供的5万只外科口罩、3800套医用防护服以及护目镜、面罩等价值50万元的新冠肺炎疫情防控物资已于日前顺利运抵称多县。

称多县是石景山区对口支援帮扶地区。

日前，称多县与石景山区对口支援办联系，为称多县争取物资支援。石景山区收到支援请求后，迅速完成资金调配和物资采购程序，并将物资发往玉树州。此外，北京市两家国有企业还向玉树州人民医院捐款20万元，支援当地疫情防控工作。



## 只为把光明带给更多的人

他深深体会到爱给一个人，尤其是身有残疾的人，带来的希望与力量。2007年7月，他组建了“快乐自强互助志愿者群”，后升级为“自强互助志愿者爱心联盟”。

“平时很难看到他，只有在累的时候会回家睡觉。不是在福利院陪老人，就是在孤儿院给小朋友表演节目。”邓鹰的邻居说。

联盟的志愿者是来自全国各地自强不息的残疾网友，也有为帮助残疾人而奔波的社会工作者，更有愿意无私奉献爱心的青年志愿者。

邓鹰作为会长，每个月都会策划一次公益活动，开办盲人电脑培训班，带盲人参观博物馆、到孤儿院送温暖……丰富多彩的活动，让身处黑暗的人们，也能感受到五彩斑斓的世界。

“做志愿者，已经成了我生活的一部分。”他说：“只要想到父亲倾家荡产，把我从双目失明的黑暗里拉了出来，我就觉得我得再为残疾朋友多做事。”

2020年春节，在武汉新冠肺炎疫情最为严

重的时候，邓鹰报名参加了志愿服务队。此前不久，他刚刚查出颅内血管肿瘤，“坐不住，干点事还舒服点。”

2020年2月，他来到了武汉火神山医院，和其他志愿者一起，每天负责给隔离病人送餐。“每天早上五点半起床。”送完早餐后，他们又争分夺秒赶到护士站，帮忙体温测量、核酸检测、登记、消杀等工作。到了午餐和晚餐时间，再赶回去做餐饮运送工作。

“我们就想尽自己的力量，能多做一点就多

做一点，希望大家都能快点好起来。”邓鹰说。

近两年，邓鹰有些“折腾”不动了。因颅内血管肿瘤压迫神经，身体每况愈下，视力也越来越差。对于恢复健康，重见光明，邓鹰一直在努力着，他帮助过的人，还有那些素不相识的好人，也在一点一点给予他力量。“已经安排了手术，下了手术台，还得做志愿者，只为把光明带给更多的人。”邓鹰乐观地说。

(王志平)

凡人善举 fanrenshanjū