

# 從娃娃抓起

## 精選嚴訓 “獨門”功夫確有一套

特派記者 陳麗卿／特稿

●從體育「苗子」成為「尖子」這條路不好走。

一向神秘感十足的大陸體育訓練基石——北京的什剎海體育運動學校昨天大曝光，看著6、7歲小娃娃大劈腿、壓腿筋、舞劍、對拳，11、12歲小伙子滿頭大汗舉槓鈴練舉重……，大陸體育就靠這套獨門的「從娃娃抓起」，走向了世界。

在大陸體育培植後備力量的過程中，最古老的體育學校——什剎海體校，擁有光榮的成績單。

坐落在風景秀麗的什剎海西岸的什剎海體校，是北京市培養青少年體育運動人才的重要基地，原稱什剎海人民游泳堂，1958年正式建立

什剎海青少年業餘體校，1985年改為什剎海體育運動學校。

它是屬於大陸「國家」體委和教委雙重領導的單位，既是學校，又是培養體育後備人才的訓練專業基地，全校只可容納450名學生，專業教師17人，體育教練63人，從比例上，就可看出體校注重專項體育競技的心理。

什剎海體校在北京的4級訓練級數上，是屬於第2級的單位，僅次於各單項的北京運動隊，它的入學資格，校長牟達維表示，是由北京區縣運動學校作精選，入選率不過5%，若開放各校初選，恐怕千分之1都達不到，可見入學之難。

學校學童從4、5歲的體操小娃娃到13、14歲的舉重，

男、女排新秀，什剎海體校的訓練模式，可以看做是大陸體育紮根輸送的棋子，由此從小看大。

什剎海體校是以排、桌、體操、武術、舉重、角力、柔道、羽球和兒童足球共9個專項為主，按專項分8班（舉重和角力合1班）依課業學習程度分6年級，其中，排、桌、體操和武術是什剎海的拿手專項。

小學員都是全年吃住在校，1年1名學生消耗培養費4千5百人民幣，全是公費，全校1年經費約須2百萬元。

從「娃娃抓起」是鄧小平提出的指示，由大陸近年在世界體壇頻出佳績，見證了「苗子」根基紮得穩，才能有「尖子」。

