

“教练妈妈”李红卫： 以体操馆为家，把队员当自己孩子

□本报记者 丁进阳/文 李英平/图

2019年河南省体操锦标赛于上月10日至14日在郑州举行。我市体操队在本次比赛中斩获7金9银8铜，金牌总数全省第一。

“想说的话太多啦！教练的努力当然重要，但孩子们才是最辛苦的。另外，还要特别感谢家长们的密切配合。”李红卫教练提到这次比赛，感慨万千。刘天赐、梁高乐、王荷茵、李文俞，当她说出这些冠军选手的名字时，内心的喜悦赫然呈现在脸上。

►2019年12月30日，在市中心体校体操馆里，李红卫正在为李文俞纠正平衡木动作。



►永不褪色的体操梦

从郑州参赛回来，李红卫病了一场，头疼、发烧，咳嗽不止。记者和她约了多次，直到上月27日，采访才终于定下来。

当天下午，在市中心体校体操馆，李红卫正带着10多个孩子训练，她戴着口罩，看样子感冒还没好彻底。这群孩子有六七岁，一会儿练平衡木、一会儿练单杠，动作敏捷，身轻如燕。

“你先坐，我把任务布置一下。”李红卫对记者说。体操房的一角摆放着一张小木桌，上边放着茶杯、梳子、皮筋等物件，周围是几把凳子，这便是教练休息的地方。

原以为锦标赛结束，体操队会放假几天。李红卫说她只休息了一天，“运动员的训练不能停，我平时没有节假日，不敢请假，生病也得坚持训练。感冒了怕传染给孩子，这几天我都戴着口罩”。

李红卫今年50岁，是市中心体校体操教研组组长，体态微胖的她已然看不出曾是一名出色的体操运动员。然而，她对体操的热爱一直没变，对体操的追求没有变。她说能在自己的教练生涯中，看到队员登上世界赛场，便是她的体操梦。

提及体操，李红卫立马来了精神。“我与体操结缘离不开王善明、余国夫两位教练。”王善明、余国夫夫妻上世纪70年代从沈阳支援平顶山而来。他们是我市体操运动的开创者，曾培养出范斌、刘斌、崔成玉等全国冠军，市体操队一时享誉全国。

李红卫和王善明、余国夫是邻居。从小就颇具运动天赋的李红卫姐妹俩早早被王善明、余国夫看上。1972年，平顶山体操队成立，李红卫的姐姐成了第一批队员，李红卫1975年开始练体操，那年她5岁。

李红卫想在体操道路上创造辉煌，可惜因为伤病没能走得更远，最好的成绩拿过全省冠军。后来，李红卫选择上大学，毕业后做了教练。

时过境迁，李红卫1990年回到平顶山担任体操教练时，我市体操的昔日辉煌已不在。李红卫备感痛心，也暗暗下定决心，一定要接过老师手中的接力棒，让我市体操再放光芒。

►做好教练不容易

“说实话，刚开始做教练虽有雄心壮志，但也感到能力不足。”李红卫说，她一边带学员一边学习，经过努力又考入河南大学拿到了本科学历。

李红卫刚开始当教练时，全部照搬以前自己训练的套路，一段时间走了弯路。后来才意识到，时代不同了，训练方式也得更新。她说：她们那时候的训练模式是三从一大，即从难、从严、从实战出发，大运动量训练，不讲条件，必须接受。后来随着人们观念的改变，这些训练方式已经不能满足时代的需求。“有段时间，因为训练要求严格，有些孩子、家长受不了，不辞而别。眼看着队员一个个走掉，我开始反思自己，作为一个教练，仅靠严格训练是远远不够的。”后来，李红卫开始试着和孩子交朋友，排解孩子内心的忧虑，并和家长保持沟通，让家长放心。

“孩子交到咱手上，说大了就是把命运交给了我，不管家长是否这么考虑，我是这么认为的。”李红卫说，她要对得起孩子们。记得有一年在育才幼儿园挑的一个学生叫韦俊。当时小姑娘才四岁多，长得很漂亮，身材修长。她的父母听说练体操很苦，不同意。李红卫觉得这孩子是个好苗子，舍不得有点可惜，就一直去韦俊家做工作。为了感动家长，李红卫亲自去幼儿园接孩子训练。有一次，韦俊爬杠时不小心弄伤了脸。“当时我很紧张，害怕家长不让孩子接着练，每天都去家里看她。”李红卫的热心和执着最终打动了韦俊的父母。李红卫还向他们保证，一定让孩子练出成绩来。果然，三年后韦俊在一次全省比赛中拿到了四块金牌，被省队调走，毕业退役后在西安工作，现在从事健美操、啦啦操和健身排舞等工作，已成为陕西省知名教练。

李红卫将每个队员当自己的孩子看待。有的孩子来自县区，常住学校，李红卫就承担起了妈妈的角色，给孩子们梳头、洗澡、做饭等，周末还把队员们带到家里一起吃饭睡觉。今年初，因学校食堂装修，孩子们无法就餐，李红卫就在宿舍亲手为孩子们做饭，坚持了一个多月。

“教练妈妈”是队员对李红卫的另一个称呼。李红卫说：“每当听到孩子这么叫我，内心就一阵酸楚，又倍感压力。看着这群孩子，我告诉自己，一定要把他们培养成才，决不辜负孩子及家人的期望。”

按照学校的教学计划，每天下午5点上班，7点半下班，趁着孩子们放学时间训练。李红卫心里清楚，要想出成绩，这样的训练时间远远不够，于是她找到正在上幼儿园和小学一年级队员的家长做通工作，每天下午2点半开始训练。周末，李红卫更是全天不休息，带孩子们训练。“拿了成绩我要感谢家长，因为有了家长的理解和配合，才能有一切。”李红卫说。

►家长的支持很重要

练体操是个艰辛的过程，要从四五岁开始。“在当前的教育环境下，有家长忍心把四五岁的孩子送来学体操？”记者对此表示疑惑。

李红卫指了指正在自觉训练的孩子们说：“这里面大部分都是家长主动找到我送来的。这次锦标赛夺得平衡木和自由操冠军的李文俞就是其中一个。”李文俞今年6岁，大大的眼睛一眨一眨，甚是可爱。记者问：“你为什么要练体操呀？”“可以交好朋友，还可以拿金牌为国争光。”孩子回答。“爸爸妈妈不在身边，能照顾自己吗？”她肯定地说：“可以的。”“练体操累不累？哭过吗？”“不累，练控倒立的时候哭过一次。”“那你想爸爸妈妈吗？”“没事，他们三天看我一次，家里还有个2岁的弟弟需要他们照顾。”李文俞回去训练时，记者也跟了过去，观察了一下她们的小手，一双手稚嫩的手掌都不同程度地带着茧，还有孩子的手被磨破过，周围起了一层皮。

李文俞的母亲郝伟佳说：“我们能遇到李老师这样的好教练真是荣幸。说实话一开始我们把孩子送过去心里很忐忑，孩子毕竟还小，天天担心。后来经过一段时间和李老师的接触，我们放心了。李老师不仅带孩子训练，还对她的生活给予无微不至的关怀。”

“李文俞的父母和我一个学生的父母认识，侧面对我进行了了解，去年她父母放弃让孩子上幼儿园大班直接送了过来。”李红

卫接着说，薛语晨是4岁来训练的，这孩子从小爱动，家人打听后把她送进了体操队。来这之后，薛语晨如鱼得水，特别喜欢，训练不知道累，别人休息的时候她仍在练，在家也一样，没事就练。为此，父母还在家里为她装了简易单杠。

“干教练马上30年了，有学生拿全省冠军，也有学生夺全国冠军，不过至今还没有哪个学生在世界大赛上有所建树。这也是我一直未了的体操梦。”李红卫说，她相信在她的执教生涯中，一定能实现这个愿望。

►不是一个人在战斗

“成绩的取得不是我一个人的功劳，与领导的支持、家人的理解、孩子的努力以及整个体操团队的共同协作分不开。”李红卫说，她只是体操队的教练之一，同事们做得都很出色。

李红卫说，体操队员和别的队员不一样，年龄太小，被输送到省队后，她几乎每个月都要去省队协助省队教练工作。以前都是自费，校领导了解情况后想办法解决了来往费用。“去省队帮助孩子训练很有必要。在省队，队员水平高、竞争激烈，可能有时候教练忙不过来，会有队员产生思想波动。一旦思想松懈，就会掉队，可能一个好苗子就这样流失，太可惜了。”李红卫去省队，除了给孩子们做思想工作外，还带孩子们看电影、吃饭。

李红卫说，她经常因为工作顾不上家，一开始婆婆、丈夫意见挺大，“了解我的工作后，他们也成了好帮手。有时候我把孩子们带回家，婆婆会给他们做好吃的，我帮女孩洗澡，丈夫帮男孩洗澡。有了他们的理解和支持，我工作更有劲头。”

“孩子们的点滴进步，离不开家长的辛劳。”李红卫说，练体操太苦，首先家长要能承受，舍得让孩子吃苦；另外，风雨无阻按时接送，有时候备战比赛还要调整训练时间和文化课学习时间，这些都需要家长在背后默默支持和付出。

李红卫说：“最让我感动的是孩子们，他们刻苦用心，当看到孩子们流着泪坚持完成训练时，我也不忍心，但我深知这一刻不能放松，我想孩子们长大了会理解的。”