

民间 亚运“汇”



杭州第19届亚运会
The 19th Asian Games

耿绍明： 以球会友 “乒”出精彩

H记者 陈虹 通讯员 陈菲

“乒乓、乒乓……”近日，在长兴县雉城街道张家村花园小区老年活动中心，一场老年乒乓球友谊赛火热举行，清脆的球落声时而急促，时而舒缓，一声声喝彩此起彼

伏，30多名选手挥汗如雨“乒”出精彩。

你争我夺，你攻我守，比赛现场，选手们热情高涨，争夺异常激烈，“好球”声不断，不仅表现出了非常高的竞技水平，也体现了乒乓球运动在广大市民中的受欢迎程度。

“耿师傅，今天这场球打得精彩，好久没有和你好好切磋了……”选手汪卫华高兴地说。汪卫华口中的耿师傅就是耿绍明，在赛场上，今年77岁的他将削球、扣杀、旋球等技巧表现得淋漓尽致，展现了顽强拼搏的体育运动精神。

15岁开始打球 已有62年球龄

耿绍明从15岁开始就热衷于乒乓球运动，与乒乓球结缘已62年。个人曾获得首届浙江省乒乓球俱乐部赛单打第6名、2004年省乒协年会单打第5名的好成绩。

“我喜欢打乒乓球，因为它是国球，是国人精神力量的象征。当然，我是怎么开始打乒乓球的，这里面还有个故事。”耿绍明说。

小时候，耿绍明的家和父亲的单位很近，他经常在父亲那里玩。父亲工作的地方旁边有一块空地，空地上有一张简陋的桌子，平时很多小孩在那里玩耍、打乒乓球。看着其他孩子

打乒乓球，他蹲在一旁满眼的羡慕。

以后只要一有时间，他就到父亲那边看别人打乒乓球。一天，一位正在打乒乓球的爷爷走到他面前，摸了摸他的头说：“小同学，愿意一起来打球吗？”耿绍明抬起头，看着那位爷爷，摇了摇头说：“爷爷，我不会打。”爷爷说，“没关系，我来教你，可以试一试。”

于是，耿绍明便和那位爷爷打起球来。“这位爷爷球技非常好，而我却笨手笨脚的，但他很耐心地教我，讲解拿球拍的姿势，打球的要领等。”耿绍明回忆说。

打乒乓球成了耿绍明每天必不可少的运动。他逐渐学会了更多要领，球技也是突飞猛进。

之后，耿绍明便活跃在各种乒乓球比赛场上，反手抽打、推挡回拉、正手扣杀，每一个动作都干脆利落。他说，打乒乓也要有“搭档”，就是要有旗鼓相当、知己知彼的球友。有了好的“搭档”，打球才有感觉；因为彼此了解，对方发什么球，如何接球心中有数，发球时对方不容易“吃球”，一个球来回好几下，有攻有守，配合默契。“要赢得对方，要靠当时的体力、情绪、心态等因素。”耿绍明说。

创办乒乓球协会 结交更多“球友”

1986年5月，作为乒乓球爱好者的耿绍明积极参与创办了长兴县乒乓球协会，并担任秘书长一职长达21年。2007年后任长兴县乒乓球协会副主席。截至目前，该乒乓球协会已先后主办、承办、协办乒乓球比赛及活动350多场，会员从12名发展到近200名，培养了17名国家二级运动员和34名国家三级运动员，两次被评为省级群众体育先进单位。

在赛场上，选手们身姿矫健、动作敏捷，尽显英姿飒爽。直推、横挡、侧削、平扣……在一招一式、一来一往之间形成多个回合的相持，一个个

精彩场面层出不穷。

乒乓球在球拍的挥击下于空中划出一道道弧线，赛场不时爆发出喝彩与掌声……“乒乓球三大要素，力量、速度、旋转。肩膀放下来球才有旋转。”比赛空闲时间，耿绍明进行现场点拨。

乒乓球协会会员肖勇高在这些年多次参加各项乒乓球比赛。“我很喜欢乒乓球运动，退休后天天都在打球，一天不打，浑身就不自在，而且在这项运动中，我还交到了很多志同道合的‘球友’。”

为丰富长兴老年人生活，2004年

长兴老年康乐艺苑协会成立，耿绍明又兼职担任秘书长。“耿师傅”的名气不仅在仓前街社区，甚至整个长兴都家喻户晓，培养了一批又一批乒乓球爱好者。

他利用自己的特长，建起了“耿师傅工作室”，由红邻长们轮流值守在“红色睦邻点”，主动捐赠了价值4万余元的健身器材，丰富居民日常健身活动，将自己的满腔热情投入到国球运动的推广之中。

2003年，耿绍明被评为“全国优秀社区体育指导员”，仓前街社区也在今年被评为湖州市先进体育社区。

带领居民一起打球 享受乒乓的乐趣

耿绍明是社区居民们公认的乒乓球狂热爱好者，他平时不仅拉着协会会员一起打球，还向居民们“安利”乒乓球这项运动，社区内男女老少都是他的门下学徒。

在耿绍明眼中，乒乓球是一项有百利而无一害的运动，老年人打乒乓球可以锻炼身体，青少年打乒乓球可以预防近视，增强体质。

去年，耿绍明依托仓前街社区老年活动中心，组织创立了青少年乒乓球培训基地，为20余名社区的孩子开展

乒乓球公益课堂，进行专业训练指导，在提升技术水平的同时，“以球会友”丰富孩子们的课外活动。“我的口号一直是，我运动，我健康。”耿绍明说。

退休后，耿绍明把生活重心转移到运动上来，上至60岁老人，下至6岁孩童，他用饱满的工作热情帮助辖区内每一位居民科学健身。“我不仅锻炼了身体，还结识了一群朋友。开始接触社会体育指导工作后，我也慢慢参与到指导大众科学健身的服务中，这个过程让我觉得很充实，很有

意义。”耿绍明这样描述他的社体指导员工作。

谈起目前的生活，耿绍明感觉非常充实和满足。集技能、体能、智能于一身的乒乓球运动，在他看来，是一项适合全民锻炼的运动。“乒乓球不限年龄、不限性别，又没有太激烈的身体对抗，还能增强反应能力、协调能力及视力，希望能有更多人参与进来，享受乒乓带来的乐趣。”

亚运小知识

亚运会乒乓球比赛是亚洲地区最高水平的乒乓球比赛之一，1958年第3届东京亚运会上，乒乓球被列为亚运会正式比赛项目。

乒乓球比赛台面应为水平放置的长方形，长2.74米，宽1.525米，离地面高76厘米。球网的顶端距离比赛台面15.25厘米。球应为圆球体，直径为40毫米、重量2.7克，呈白色或橙色，且无光泽。

亚运会乒乓球赛设男女团体、男女单打、男女双打和混合双打共7个项目。采取每局11分制，即每局先得11分的一方为胜方，10平后领先2分的一方为胜方。乒乓球单打和双打比赛采用七局四胜；团体赛采用五场三胜制，每场五局三胜。



扫一扫
看达人展“绝技”

