



## 名将辈出的北京女子排球队

（消息来源：《北京体育五十年》 文号： ） 2006/12/15 15:41

【大】 【中】 【小】 【打印】 【关闭窗口】

1956年10月，根据国家体委主任贺老总的指示，我国排坛第一代女国手来到北京组成了北京女子排球队。教练员由朱慈担任，队员有王子淑、曲培兰、韩翠清、董天姝等，这些队员都是我国五十年代优秀的女子排球选手。

女排的创业者们所面临的条件是十分艰苦的。当时，女排和男排没有自己的训练场地，但她们为了搞好训练用了茅屋胡同的红五星大院消防队的业务训练场地进行训练。雨天在室外无法训练，就赶到什刹海体校去借室内场地训练。冬天还要千里跋涉到南方去进行冬训。生活条件和训练设施与今天无法相比。在艰苦的条件下女排队员情绪高涨，训练刻苦自觉，倘若因故缺席了一堂训练课，总要想办法补上。雨天不能进行室外训练，队员们就利用室内走廊进行身体训练。这期间，曲培兰、韩翠清等人，先后被调入新组建的国家队，使北京女排的阵容和实力受到一定影响。在1957年的全国排球甲级联赛中名列第三，在全国排球锦标赛上获得第四名。从1957年开始，北京女排在原有的基础上招收新队员。

1958年，根据贺老总的指示，北京女排又和男排一起赴山东帮助建立排球省。在山东，队员人人充当教练员，克服很多困难，帮助兄弟省选拔训练当地的新队员。在一年的时间里，北京女排帮助山东建立了五支女子排球队，返京时，还留下了四名骨干队员担任了教练。从而为山东排球运动的发展做出了自己的努力，对山东省排球运动技术水平的提高，起到了重要的促进作用。

1959年5月，北京女排回到北京，将山东带回的一批新队员和朱慈教练在北京挑选的一批青年队员共同组成了一队、二队和三队。这样三级梯队紧密衔接，贯彻“三年打基础，五年出成绩”的战略方针，注重打基础，狠抓基本功训练，使北京女排初步形成了动作规范、基本功扎实的特点。女排的教练员班子团结协作，互相配合，学术气氛浓厚，充分发挥了每一个教练员的长处。在训练中，要求队员根据教练制定的训练大纲，结合本人实际制定个人训练计划，每天训练结束后要求队员写训练日记，促使队员动脑筋，教练员常常工作到深夜，为队员批注训练日记。虽然，当时队员们的身高、力量等专项素质并不是很好，但靠着刻苦自觉的训练，弥补了这些不足，使技术水平有了很快的提高。1962年，北京女排参加全国比赛，一、二、三队都打进了甲级行列。当时全国只有几支女排甲级队，而北京女排就占了三个位置，成绩十分突出，在1965年举行的第二届全国运动会上，北京女排名列第五。

1964年，日本著名排球教练大松博文应邀来华训练我国运动员。从此开始北京女排贯彻全国排球会议提出的“三从一大”的训练方针，队员们在极端的极限训练的严格训练下，克服了种种困难，忍受着一堂训练课长达八小时的训练量，他们从不叫苦，更没有人退缩。严格的大运动量训练，使全队的技术水平有了大幅度的提高，进入了国内先进水平的行列。然而正当女排日趋成熟的时刻，1966年开始的“文化大革命”冲断了她们通向排坛高峰的进程。队伍虽然没有解散，但比赛取消了，训练停止了，有的教练也被遣散了。北京女排从此进入了长达五年之久的停顿时期，五年的停顿对于运动队和运动员来说意味着多么大的浪费和无法挽回的损失啊！

1970年，全国的体育运动开始恢复，排球也恢复了竞赛。1971年北京女排在天津举行的全国排球重点队比赛中，凭借过去训练基础，一举夺得冠军。在转年举行的“全国五项球类运动会”上，北京女排获得亚军。1973年至1975年，北京女排打出了恢复赛以来的小高潮，两次荣获全国比赛冠军和一次亚军。在1975年举行的第三届全运会排球比赛中位居第三。在此之后的几年时间里，由于教练员更换频繁，队员的新老交替，也由于一些其他原因，北京女排的实际水平和比赛成绩都有大幅度下降。1977年从甲级队降为乙级队，1978年的比赛中，虽然重归甲级队的行列，但也只处在全国七、八名的位置。北京女排在打出了一个小小高峰之后，又进入了一段低潮时期。

1979年6月，在距离第四届全国运动会排球决赛仅有三个月的关键时期，北京女排进行了改组。以年轻队员为主组队参加了第四届全运会，杨晓君、徐力等人都是第一次参加全国性比赛，这一大胆的举动在全国各个排球队中是很少见的。全队齐心协力，打出了水平，曾以3：2打败了拥有多名国家队员的八一女排，在参赛的十二支球队中名列第六。全运会结束后，北京女排制定了四年规划，继续贯彻“三从一大”的训练方针，重点进行基本功的训练。为了进一步提高技术水平，全队赴漳州和国内强队一道进行高强度的系统训练，使年轻队员的进步很快。

在此期间，北京女排十分重视排坛信息的收集和分析，及时掌握排球运动发展的动向，及时学习和掌握新技术、新战术，有针对性地进行训练。他们还根据排球运动的发展规律调整人员位置，确定了以近体前后快球相结合两边拉开为主的战术，讲究实效，稳定性强，威力大。北京女排很注重队员的心理训练，经常训练队员打逆风球，从而使队员在关键球的处理上比较稳定，常常在落后的情况下稳扎稳打，反败为胜。

1981年，中国女排为我国夺得了第一个排球世界冠军，使体育界受到了极大的鼓舞，在全国排坛引起了很大震动。借此东风，各省市的排球运动水平都有了长足的进步，使我国女子排球运动的发展达到了一个高峰。1983年在上海举行的第五届全国运动会女排决赛中，北京女排经过顽强奋战获得亚军，这是北京女排在全运会历史上的最好成绩。在此之前的1982年全国排球甲级联赛中北京女排曾荣获冠军称号。

北京女排在培养和启用年轻选手方面也十分突出。从建队初期，北京女排就十分重视后备力量的培养，二队和三队的教练员们担负着打基础的重要工作，他们为一线队源源不断地输送了大批基本功扎实、有前途的优秀青年选手。北京青年女排于1974年首次夺得冠军，在1978年至1983年蝉联冠军；1985年又夺得了第一届全国青少年运动会女排比赛冠军。

北京女排的一个特点是尖子队员多。三十年来名将强手不断涌现，为国家女排输送了一大批优秀的选手。可以看出历届国家女排的主力阵容中至少有两名北京女排队员。上世纪五十年代的王子淑、金东熙；八十年代的郎平、杨晓君；如今的冯坤都是被人们赞扬的一代球星。尤其是曾经威震世界排坛、素有“铁榔头”之称的超级球星郎平，更是为北京女排增添了光彩。她森严的拦网、凶猛的扣杀都威震国际排坛，是中国女排夺得世界大赛“五连冠”的绝对功臣。

近年来，由于全国各个省市对女子排球的重视，加大了投入力度，水平迅速提高，而北京女排随着郎平、杨晓君等尖子队员的退役，水平不升反降，一直位居全国中下游水平。

随着国家改革开放的不断深入，企业与运动队联姻，特别是职业俱乐部的成立，给整个排球界注入了活力。资金投入的加大，运动员收入的提高，主客场赛制的形成都无形中增加了人们对比赛的关注程度。2000年开始，北京女排与仙灵骨葆公司联手打造出一支充满朝气和潜力的新的排球队。企业的介入，也无形中鼓舞了教练员和运动员的训练、比赛热情。北京女排在主教练胡广礼的训练指挥下，按照“三从一大”的训练方针刻苦训练，逐渐形成了高快结合的战术特点，成绩逐年上升，2002年获得“步步高杯全国女子排球联赛”第六名。冯坤、陈洋、左娜、董颖等队员在职业联赛的赛场上逐渐成熟，挑起了北京女排的大梁。

特别是二传手冯坤的迅速成长增强了北京女排的实力，也增加了比赛的看点。1978年出生的冯坤基本功扎实，心理素质好，是不可多得优秀运动员。她在场上调度有方、思路清楚，盘活了全队的技战术打法。同时，作为国家队的队长、主力二传手，她在国家队的表现同样非常优秀。2003年，冯坤与队友夺得了世界女排大奖赛的冠军。特别令国人振奋的是在2003年世界杯女子排球比赛上，冯坤与国家女排一道夺回了阔别十七年之久的世界冠军，冯坤也因为场上杰出的表现获得“世界最佳二传手”称号。为此，她被授予北京市“三八”红旗奖章。

四十多年来，北京女排的运动员们以刻苦的训练和顽强的拼搏精神谱写了光荣的队史。仅七十到八十年代北京女排就两次夺得全国排球甲级联赛的冠军，六次荣获全国青年联赛的冠军。先后有近30名队员被

选进国家队，北京女排的郎平、杨晓君、冯坤等人代表中国女排参加了世界杯、世界锦标赛、奥运会以及亚运会重大比赛，是中国女排夺取世界冠军的重要功臣，徐力、杨荣欣、左娜也代表国家队参加了世界大学生运动会。北京女排还曾出访意大利、叙利亚、罗马尼亚、黎巴嫩、日本、朝鲜、联邦德国和秘鲁等国。曾先后有15名教练员到11个国家担任教练和专家。北京女排自建队以来还有30多名队员荣获运动健将称号，郎平、杨晓君、冯坤被国家体委授予国际级健将称号。

[联系我们](#) | [网站地图](#)

北京市体育局版权所有 京ICP备05014028号

Email: [bmbs@bj.sports.gov.cn](mailto:bmbs@bj.sports.gov.cn)