

第八十九期

朱婷：周口妞成女排新“榔头”

□晚报记者 徐松 文/图

1 教练： 天赋和刻苦成就了

“刻苦和天赋成就了朱婷，她一直训练很刻苦，身体素质好，弹跳好。经过在国家队的训练和一系列世界大赛的洗礼后，朱婷技术进步很快，尤其是后排防守，原来是公认的弱项，但现在接6轮一传动作都能出来，说明她的各项技术好了很多，更加全面。另外，自信心比原来更强了，像打日本队比分这么紧张的情况下，她敢于打调结合，而且效果很好，说明她在逐渐走向成熟。”河南女排主教练詹海根是朱婷的启蒙教练，他这样评价朱婷。

2008年，14岁的朱婷进入河南省青年队，从那时起，时任河南省青年队主教练的詹海根便一直是朱婷在省队的教练，他也见证了这位农家女孩儿的蜕变。

“世界杯的中段，朱婷的受伤让我心里猛一揪，但幸好伤得不重，这也客观上让她休息了一段时间，为

后面几场硬仗储备了体力。”詹海根说，朱婷的体力也是他担心的因素之一。

近年来，无论是打联赛还是国家队的比赛，朱婷均是场上的主力主攻手，上场时间长，体力消耗大，往往成为限制她发挥的因素。詹海根说，朱婷入队时年龄小，这几年一直处于生长发育阶段，比较瘦，经过这几年在国家队的训练和优秀体能师的指导，她在体能上进步很大。

2010年，朱婷进入国青队，从此在世界赛场上崭露头角。2011年8月，朱婷与队友合作获得世界少年女排锦标赛亚军；2012年亚洲青年女排锦标赛，朱婷全面爆发，帮助国青队豪取八连胜夺得第十冠，朱婷本人荣膺最有价值球员；2013年，朱婷进入女排国家队大名单，受到主教练郎平的赏识，她在当年的世界女排大奖赛澳门站“一战成名”；2014年女排世锦赛，朱婷成为中国队最终夺得亚军的重要功臣，她同时凭借不俗的发挥以最佳主攻身份入围世锦赛最佳阵容并以237分的总得分斩获最佳得分奖。

“刻苦和天赋成就了朱婷，这孩子有很多优秀的品质，还知道感恩。”詹海根说，从进入体校到今年成为世界冠军成员，朱婷用了8年时间，如今已是中国女排的绝对主力，“我们河南省队也在尽最大的努力为她提供保障，希望她明年能在里约为中国女排再铸辉煌。”



女排姑娘们庆祝胜利

3 朱婷： 我很幸运但仍需努力

朱婷在母校周口市体育运动学校的小会议室接受“出彩周口人”采访组采访时，向在她成长过程中给予帮助和鼓励的人表示感谢。谈起未来，朱婷目标非常明确，就是踏实锻炼，争取在明年的奥运会上取得好成绩。

朱婷说，小时候家里很穷，父母虽然很辛苦，但非常支持她打球。上体校时，父亲都是开着机动三轮车风里来雨里去地接送她去县城搭公共汽车。从上体校到现在，有太多的人给予她和她

2 父母： 朱婷是个孝顺的孩子

1994年，朱婷出生在郸城县秋渠乡朱大楼村。朱婷幼时家里特别贫困，父亲便在村里开了一间修车铺养活一家人。说起朱婷这次在世界杯上的表现，朱婷的父亲笑着说：“这孩子打得很棒。她能为国争光，我们很高兴。孩子很孝顺，她心里一直记挂着俺俩的身体，每次回来都劝我别干粗活儿重活儿了。她去年回来给我买了辆桑塔纳轿车，还给俺俩在县城买了套房子，让俺俩住城里享福。”

回乡时，朱婷身着她最喜欢的蓝色牛仔长裤、黑色紧身裤、脚穿运动鞋。走在回家的路上，她一直面带笑容，人们看到冠军归来，纷纷要求与她合影，她都一一配合。

“闺女知道省，农村孩子嘛，你看她这身衣裳，都不是新买的。”朱婷的母亲用手摸着依偎在身边的朱婷，两眼紧盯着女儿身上的衣服，眉宇间流露出的是一位母亲对女儿的亲昵。

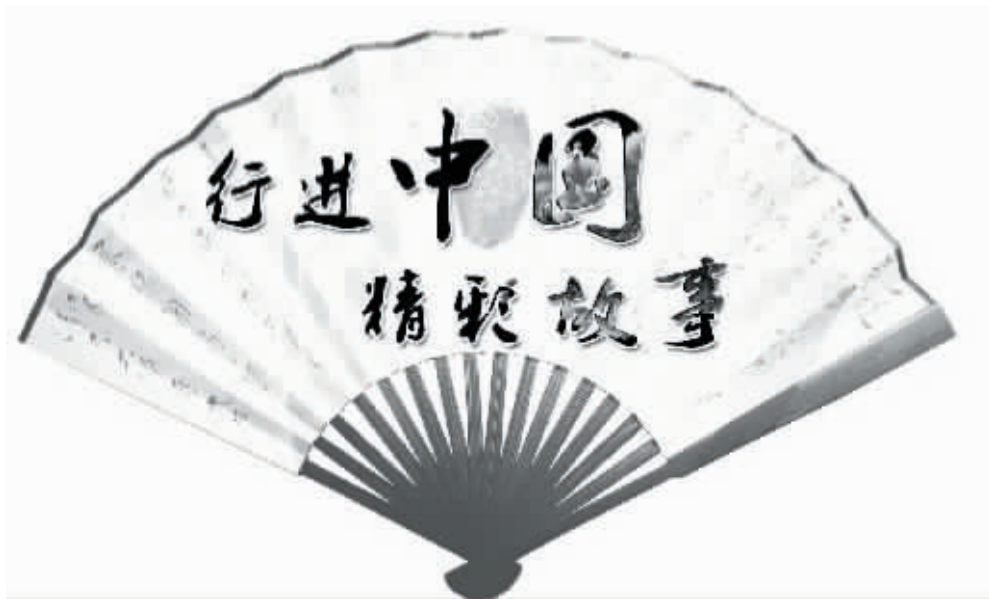
朱婷的每一次比赛，她的父母都会观看，有些比赛，他们在电脑上看了一遍又一遍。对于朱婷在比赛中受伤的情况，也着实让家里人为她捏了一把汗。“当看到婷婷受伤，我心里咯噔一下，她妈妈泪都下来了，结果过了一小会儿婷婷就上场了，我觉得应该不会很严重。”朱婷的父亲说，运动员有个崴脚、伤病很正常，但作为家人，最害怕的就是这个，最期望的就是她不要受伤。

随着年龄的增长，朱婷父母的身体也总是出现这疼那疼，而朱婷的母亲眼睛一直不太好。这次回来，孝顺的朱婷特意带父母检查了身体，家人身体健康，她才能放心锻炼、比赛。

的家人莫大帮助。在国家队，郎平教练在业务上给予指导，使她的球技有了很大提高，而且在生活上，郎平教练对她关怀备至。“我特别高兴郎指导把我招进国家队。不管是在球场上还是在生活中，郎指导都对我都特别好。现实中的郎指导和原来我在电视上看到的是两个样子，我以为她肯定是个很严肃的人，但实际上她给人的感觉特别亲切，像妈妈一样。比如，她经常送给我大袋的蛋白粉和营养品。有时候我训练擦伤了，她都会亲自给我擦药，查看伤口。”

记者注意到，在国家级媒体的采访报道中，郎平为了保护好这个“国宝”，对朱婷也是疼爱有加：“朱婷需要跟其他人区别对待，因为她的体质与别人不同，如果一味加练，可能会把她练伤，甚至可能造成不可挽回的后果。所以我从来不给加练，她的成长需要呵护。”郎平经常从美国给朱婷买蛋白粉，帮她恢复体力、增重增肌。

寄语未来，朱婷说：“我今后的路还很长，需要努力的地方有很多。我也希望球迷和家乡人民一如既往地支持我们，希望家乡的学弟学妹们热爱排球，热爱体育运动。”



朱婷展示 MVP 奖牌



朱婷与家乡学子互动