

◆張傑(前)帶康復程度較好的孩子像專業選手一樣在冰上飛馳。香港文匯報記者吳千攝



掃碼睇片

「教練媽媽！」訓練場邊，張傑的身影甫一出現，孩子們就爭先恐後撲進她懷中，圍着她說個不停。這些肢體協調、表達清晰的孩子們，是黑龍江省七台河「特奧短道速滑隊」的隊員。

張傑是黑龍江省七台河市第一位世界冠軍。曾是短道速滑女子運動員的她，從上世紀九十年代開始，於世錦賽等大賽中斬獲過多枚金牌，最終因腰傷退役。2014年，她以運動康復為目標，從七台河市特殊教育學校選拔了26名殘障兒童組建了「特奧短道速滑隊」，並擔任公益教練。七年多來，張傑帶着孩子們從在冰上打滾爬行開始，到站上了世界特殊奧林匹克運動會的冠軍領獎台。

「很可惜(今年)冬殘奧會沒有短道速滑項目。如果有，我們的孩子就能參加選拔。人們了解他們以前的狀態，一定會感到震撼！」

◆香港文匯報

記者 吳千 黑龍江省七台河報道

「希望我的『小蝸牛』們能夠不斷超越自己，更加快樂地成長。」

—張傑

手繪圖畫教案 孩子愛看易學

2017年，高萌、聶雙月、唐春雷三名特奧隊員先後登上奧地利格拉茨第11屆世界冬季特奧會冠軍領獎台，並斬獲4金2銀的驕人成績。

七年來，張傑畫了2,000多幅圖畫教案，累積製作了十幾本訓練日記。「小到冰鞋構造、動作要領，大到冰場的結構都通過圖畫來讓孩子們感知，這也是為他們定製的專屬訓練方式。」

張傑翻着教案說，孩子們看了教案感覺非常親切，就更容易弄清楚並且記住知識點。

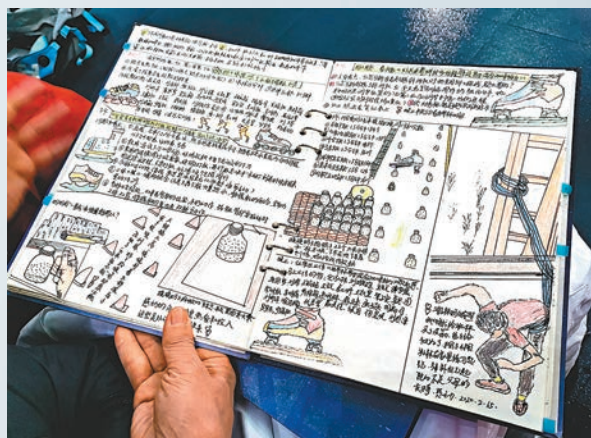
智力情商都提高

「看到孩子們通過運動發生了天翻地覆的變化，(包括)智力智商的提高、情商的提高，特別有成就感！」張傑說：「大唐(唐春雷)在賽前集訓時特別緊張，發令槍一響就腿抖掉跟頭，他不想摔，但他控制不了自己的身體。」張傑表示，為了幫助他克服「恐滑」，「教練媽媽」張傑不斷地安慰和鼓勵他，又專門借來發令槍，讓他習慣鳴槍起跑，還安排他和健全孩子一起測驗、比賽，幫助他適應比賽氛圍。

正式比賽中，他沒有摔跤，面對比自己高一頭身體強壯的歐美選手，從起跑時的最後一名成功「逆襲」，斬獲男子500米和333米兩塊金牌。

而從前不會關注外界事物的高萌，在賽前出現頭痛、食慾下降、愛哭鼻子等常人常見的壓力過大的表徵，這是智力殘疾二級(重度智力殘疾，IQ值25-40)的孩子通常沒有的反應。高萌在看了唐春雷的比賽後，竟轉頭問張傑「教練媽媽，大唐怎麼沒摔跤呀？」

張傑感慨，兩年多的訓練不僅使高萌獲得了111米金牌和222米銀牌，更令她變得會觀察、能發現問題和思考了。



◆張傑手繪的訓練教案。香港文匯報記者吳千攝

若無康復訓練 症狀會更嚴重

作為特奧短道速滑隊隊員，聶雙月贏得了世界特奧冠軍。如今，她在黑龍江省雞西市當幼兒園小輪滑班的教練，基本已與社會完全接軌。

張傑說：「這樣的孩子(如果)不進行康復訓練，症狀會越來越嚴重，家長們看不到希望。」經過冰上訓練，孩子的肢體變協調了，也樂觀、愛笑、話多了。

「起初家長還擔心會不會把孩子『練壞了』，現在看到孩子們的進步，就特別熱衷讓孩子們滑冰，總覺得上冰時間不夠用，申請加量。」「很多孩子即使畢業了，只要特奧隊有冰上課，他們還是會回來一起滑。」

代安民是已經畢業的特奧隊成員，通過訓練康復，三級智力障礙的他，現從事快遞工作。「我很喜歡工作，老闆也支持我每周二、四來隊裏滑冰，在這滑冰我很快樂，捨不得這些小伙伴。」

包括大唐和高萌在內的幾名殘障孩子，都就讀於七台河職業大學冰上運動學院。

張傑說：「他們和正常孩子一樣學習，畢業後的就業方向就是教練員，同時擁有技能和學歷，可以更好地幫助他們實現夢想。」



◆張傑指導學員。香港文匯報記者吳千攝



◀張傑(左二)和唐春雷(右一)、高萌(右二)、聶雙月合影。新華社

張傑說，自己曾因腰傷康復，也為了更好服務體育事業，出國學習了相關課程。一次課上，教授拿出了智力障礙者的康復案例，那一瞬間，她感覺自己已被點醒了。「當時就決定，回國後一定要發揮自己的特長，通過滑冰來幫助這樣的孩子。」

隊員走路不穩 訓練舉步維艱

張傑與在七台河特殊教育學校當老師的朋友談及了自己的想法，雙方一拍即合，更得到學校校長和當地教育局、體育局的支持。

張傑說，組隊時，26個孩子從8歲到17歲不等，包括唐氏綜合症、多動症、精神障礙、自閉症、聽力語言障礙等問題。「我一直認為運動能夠讓人更聰明、更快樂。我堅信，只要堅持，一定會達到康復效果。」

因為是公益性質，張傑至今未領過一分薪水。「我們想為家鄉貢獻餘熱，開始做特奧隊我們自己擔負額外的費用，我們有積蓄，負擔得起，也不覺吃力。而且人如果為了錢、為了收入才去做事，那可能什麼都做不好。」

作為支持，學校為孩子們購置了滑冰裝備，並將教育局為鼓勵當地學校冬季澆冰場而劃撥的款項交給滑冰館。

「可一訓練我傻眼了。」儘管已有心理準備，但孩子的基礎條件還是令張傑備受打擊，他們的連走路都不穩，有的只會傻笑、自言自語、對外界無動於衷，或突然自己跑開。「他們聽不懂別人說的話，就別指望能自己穿冰刀了。」

「我和助教挨個給孩子穿冰鞋，剛穿到第二個，第一個孩子就跑了，一腳邁到冰面上，撲通就摔趴了，站又站不起來，就一邊喊疼，一邊淌着眼淚在冰上爬。」談及此事，張傑眼中噙滿淚水。

上冰時，張傑只能一對一地扶着孩子滑一段，再回去扶下一個。這期間，其他人就需緊緊抓着圍欄站在原地。「好幾次在訓練中累倒被送進醫院，但看到那些用腳尖走路的孩子都能慢慢在冰上挪動了，我相信一定能讓他們變得更好！」

一年半後，孩子們發生驚人的變化。張傑說：「就像突然開了竅，所有人平衡力、學習力、模仿力都飛越一大步。程度好的孩子甚至能完成整套動作。」「那天我們抱在一起哭，他們又哭又笑的，表情都走了樣，可我覺得世上再沒有什麼比他們更可愛！」

「記得有一個群體需要我們關愛」

張傑說，這些孩子特別需要陪伴與關愛，扶着他們滑一會、照顧他們的小情緒、給他們取一個暱稱、熱情地喊他，都能讓他們開心好久。

「通過訓練康復，孩子的精神面貌也發生變化，常人習以為常的禮貌、懂事，被他們越來越多地表現出來。這也是我越來越愛他們，一定要把他們帶好的動力。希望我的『小蝸牛』們能夠不斷超越自己，更加快樂地成長。」

「這個世界是我們的，也是他們的。在給予優秀掌聲的同時，也要記得有一個群體更需要我們的關愛。」

「教練媽媽」傾愛栽培 智障天使馳騁冰場

退役世界冠軍張傑心繫殘障做公益 育出「特奧短道速滑」世界冠軍

特奧會四年一次

「世界特殊奧林匹克運動會」是由國際特殊奧林匹克組織舉辦的一項針對智能障礙參與者的國際體育活動。與奧運會相似，該運動會由夏季和冬季賽事交替舉行，均為四年舉行一次。運動員可以參加32項奧林匹克比賽。

原定2021年舉辦的瑞典冬季特奧世界賽事

因新冠疫情順延至2022年在俄羅斯喀山舉行，後同樣因疫情，該屆賽事再度推遲到2023年1月舉行，大會設置高山滑雪、單板滑雪、旱地冰球、越野滑雪、花樣滑冰、短道速滑和雪鞋競逐七個比賽項目。

◆來源：國際特殊奧林匹克組織官網、美聯社



◆讓孩子們快樂地成長並逐步康復，是張傑最大的心願。香港文匯報記者吳千攝

「為了帶隊 虧欠家人」

張傑說，每周六天課，從上午9時到下午5時，自己一直穿着冰刀在冰上站着，身體都凍木了。「到家就要一邊烤電(放療)治腰，一邊寫訓練總結、做教案，沒有任何精力和體力操持家務，我的愛人(丈夫)為我付出了太多太多。」

「(他)一直在我身後扶持、體貼、呵護着我，這份力量和溫暖讓我感到無比幸福。」

女兒：從不理解到心懷感恩

對女兒，張傑說自己懷有愧疚，自己開始做特奧隊時，女兒上初中，正值叛逆期。當她看媽媽全身心撲在其他孩子身上，她就覺得媽媽不喜歡她，在敷衍她。

「不是我想忽略她，而是特奧隊的孩子在我心中的分量更重，以致與女兒的關係一度糟糕到令人崩潰的地步。」

「(我)認了，不她她能理解我，如果我陷入到愧疚和自責中會帶不好隊伍，女兒也未必滿意。」

張傑忍住淚水感慨地說，做到你認為是對的事、好的事，就一定不會錯。

「(如今女兒)經常對我說：『當初我小，很需要你們，才怪你們。但也是因為你們這麼做了，我才懂得珍惜我所擁有的，我才得到了成長。』」