



小学生必读

XIAOXUESHENG BIDU CHENGCAI GUSHI

成才故事

体育明星卷

TIYU MINGXING JUAN

夏冰 / 编著

拼音版



全国百佳图书出版单位



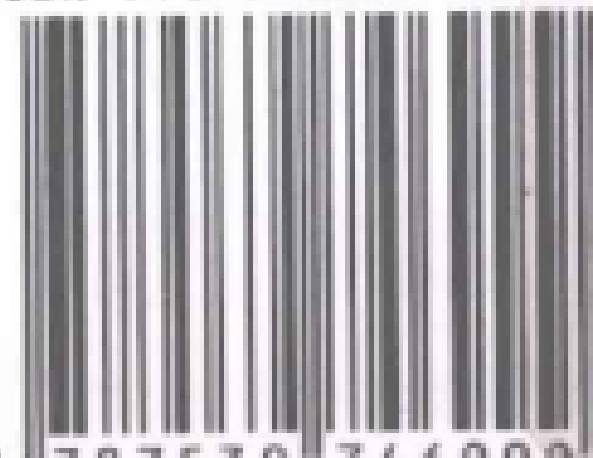
时代出版传媒股份有限公司
安徽少年儿童出版社



读名人成才故事,获成功秘诀

学榜样宝贵品质,得做人之道

ISBN 978-7-5397-4699-9



9 787539 746999 >

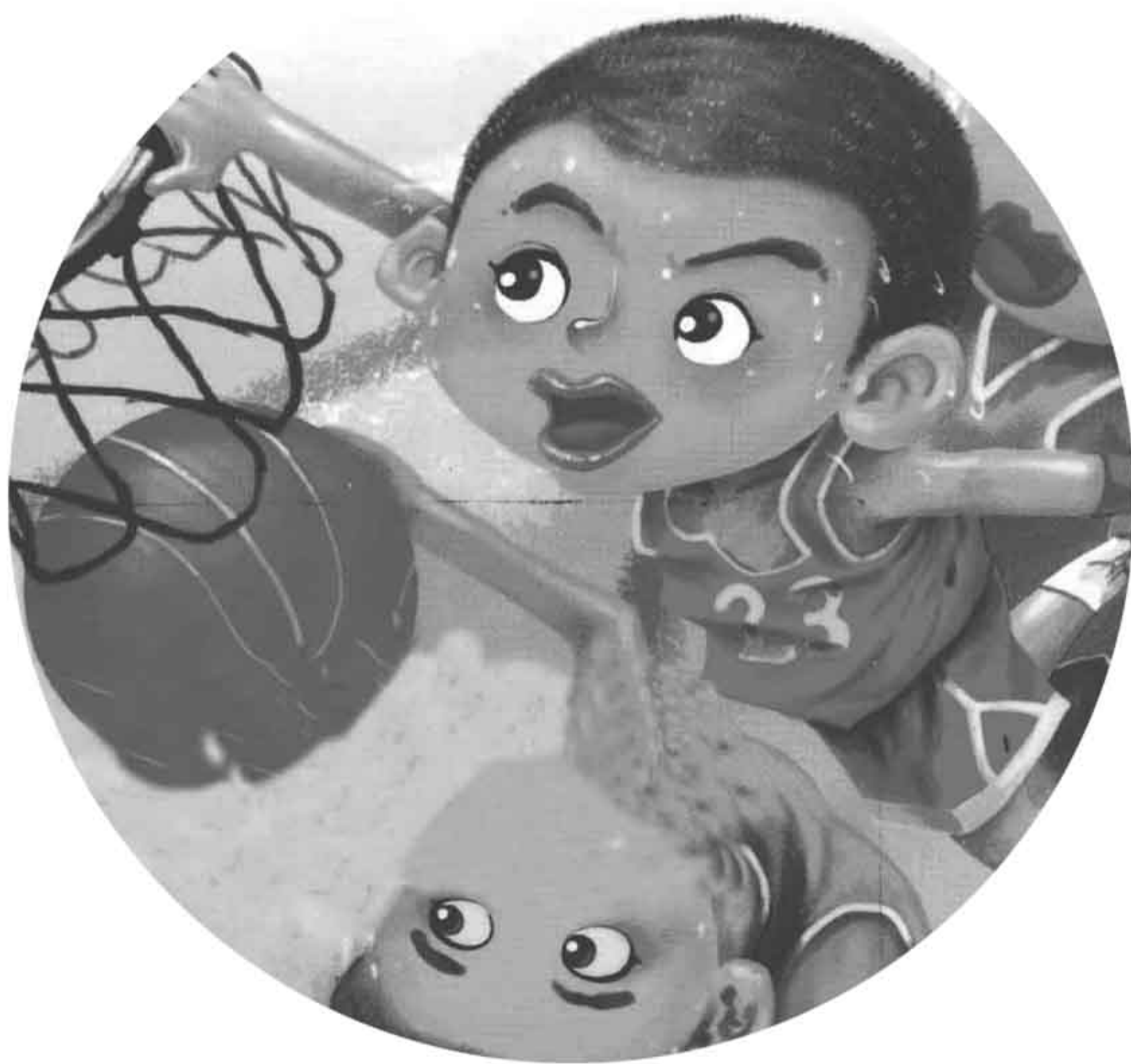
定价: 12.00 元

顶尖

小学生必读 成长故事

体育明星卷

夏冰 / 编著



APOTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽少年儿童出版社



杰西·欧文斯：让出自己的跑道 / 1

贝利：赤脚小球王 / 6

阿里：坚决捍卫尊严和自由 / 11

贝肯鲍尔：球场上的自由人 / 16

聂卫平：为了祖国而战 / 21

纳芙拉蒂洛娃：与对手共同进步 / 26

许海峰：永不放弃我的梦 / 31

乔伊纳：田径场上的“花蝴蝶” / 36

马拉多纳：用左脚踢球的小神童 / 41

郎平：畏难情绪不能有 / 46

卡尔·刘易斯：“小个子”大显身手 / 51

科马内奇：第一个满分 / 56

迈克尔·乔丹：永不放弃的空中飞人 / 60

马燕红：东方的燕子不畏风雨 / 65

李宁：体操王子的神奇右脚 / 70

布勃卡：关键时刻不放弃 / 75

李玲蔚：“拧丫头”成长记 / 80

叶乔波：“弃儿”变冠军 / 86

瓦尔德内尔：走自己的路 / 92

舒马赫：嗨，卡丁车小子 / 97

格拉芙：挑战自我，重回赛场 / 102

高敏：从“虾米”到“筷子” / 107

谢军：严师出高徒 / 113

阿姆斯特朗：环法之王创造历史 / 118

波波夫：找到正确的方向 / 123

王军霞：体育生涯中的四位“伯乐” / 128

孙雯：战胜伤病，重返球场 / 134

邓亚萍：差点夭折的“乒乓梦” / 139

熊倪：赢了全世界 / 144

贝克汉姆：进球不是巧合 / 149

杨扬：白雪公主的冰上传奇 / 154

泰格·伍兹：老虎闯高坛 / 159

罗纳尔多：小胖子变身足球新星 / 164

姚明：在 NBA 的调侃声中成长 / 169

刘翔：要做就做最好 / 174

丁俊晖：艰难的选择与付出 / 179

杰西·欧文斯：让出自己的跑道



小档案

杰西·欧文斯是现代奥运史上最辉煌的田径明星之一。1913年，他出生于美国南方一个贫穷的黑人佃农之家，从小就很有运动天赋。1936年的柏林奥运会，他一举夺得了100米、200米、跳远、4×100米接力的四项金牌，堪称“20世纪最伟大的田径运动员”。

nián yuè rì jié xī ōu wén sī chū shēng zài měi
1913年9月12日，杰西·欧文斯出生在美

guó nán bù ā lā bā mǎ zhōu yī gè pín kǔ de hēi rén jiā tíng lǐ
国南部阿拉巴马州一个贫苦的黑人家庭里。

yóu yú jiā tíng pín hán nián yòu de ōu wén sī jīng cháng gēn suí fù mǔ
由于家庭贫寒，年幼的欧文斯经常跟随父母

dào tián jiān láo dòng tā bù pà kǔ bù hǎn lèi fēi cháng dǒng shì
到田间劳动，他不怕苦不喊累，非常懂事。

ōu wén sī cóng xiǎo jiù hěn yǒu yùn dòng tiān fù zài jiào liàn lài
欧文斯从小就很有运动天赋，在教练赖

lì de zhǐ dǎo xià tā hěn kuài zǒu shàng le tián jìng zhī lù yóu yú ōu
利的指导下，他很快走上了田径之路。由于欧

wén sī shǐ zhōng jiān chí bù jiàn duàn de xùn liàn gōng fu bù fù yǒu xīn
文斯始终坚持不懈地训练，功夫不负有心

rén cóng gāo sān kāi shǐ tā zhú jiàn zài tián jìng sài chǎng shàng zhǎn lù
人，从高三开始，他逐渐在田径赛场上崭露

tóu jiǎo le
头角了。

nián ōu wén sī chū dēng měi guó tián tán tā cān jiā de
1932年，欧文斯初登美国田坛，他参加的
shì ào yùn huì xuǎn bá sài àn zhào měi guó tián tán de guī dìng zài zhè
是奥运会选拔赛，按照美国田坛的规定，在这
cì bǐ sài zhōng měi gè xiàng mù de qián sān míng kě yǐ dài biǎo měi guó
次比赛中，每个项目的前三名可以代表美国
duì cān jiā ào yùn huì dāng shí hái shì xīn rén de ōu wén sī shí lì
队参加奥运会。当时还是新人的欧文斯实力
bìng bù qiáng mǐ pǎo wán jī běn shàng yǐ jīng méi yǒu chū xiàn de
并不强，100米跑完，基本上已经没有出线的
jī huì le kě xìng yùn de shì mǐ jué sài zhōng ōu wén sī
机会了。可幸运的是，200米决赛中，欧文斯
chōu dào le xīn lǐ hé zhàn shù shàng dōu zhàn pián yì de dì yī pǎo dào
抽到了心理和战术上都占便宜的第一跑道。

zhè shí ōu wén sī kàn dào le hé tā tóng yàng míng cì de hēi
这时，欧文斯看到了和他同样名次的黑
rén xuǎn shǒu tǔ lún tǔ lún shì ōu wén sī yī zhí jǐng yǎng de yùn dòng
人选手土伦。土伦是欧文斯一直景仰的运动
yuán dàn zài zhè yī cì bǐ sài zhōng tā shòu le shāng qián miàn de
员，但在这一次比赛中他受了伤，前面的
xiàng mù dōu shī lì le mǐ shì tā zuì hòu de xī wàng bù qiǎo
项目都失利了，200米是他最后的希望，不巧
yòu chōu dào le zuì dǎo méi de wài quān
又抽到了最倒霉的外圈。

ōu wén sī kàn zài yǎn lǐ jí zài xīn tóu tū rán tā líng jī
欧文斯看在眼里，急在心头，突然他灵机
yī dòng zǒu shàng qián qù qīng pāi tǔ lún de jiān bǎng shuō dào
一动，走上前去，轻拍土伦的肩膀，说道：

wǒ zhī dào zhè yàng shuō nǐ kě néng huì bù lǐ jiě dàn qǐng nǐ tīng
“我知道这样说你可能会不理解，但请你听

wǒ shuō wán nǐ shòu shāng le bù rán kěn dìng néng fā huī de hěn
我说完。你受伤了，不然肯定能发挥得很

hǎo xiàn zài qǐng nǐ lái pǎo wǒ zhè yī dào ba ào yùn huì shàng xī
好，现在请你来跑我这一道吧，奥运会上希

wàng néng kàn dào nǐ chū sè de fā huī
望能看到你出色的发挥！”

tǔ lún kàn zhe ōu wén sī nà chéng kěn de yǎn shén jī hū bù
土伦看着欧文斯那诚恳的眼神，几乎不

néng xiāng xìn zì jǐ de ěr duo zhè zhēn de shì zì jǐ de duì shǒu shuō
能相信自己的耳朵，这真的是自己的对手说

de huà ma tǔ lún hěn bù hǎo yì si dàn shì zài ōu wén sī zài sān
的话吗？土伦很不好意思，但是在欧文斯再三



quàn shuō xià tā zuì hòu hái shì tóng yì huàn dào le
劝说下，他最后还是同意换道了。

tǔ lún méi yǒu ràng ōu wén sī shī wàng tā shùn lì de chuǎng
土伦没有让欧文斯失望，他顺利地闯

jìn le ào yùn dài biǎo tuán bìng zài nà jiè ào yùn huì shàng huò dé liǎng
进了奥运代表团，并在那届奥运会上获得两

méi jīn pái hòu lái tǔ lún měi cì tí qǐ ràng pǎo dào zhè jiàn shì
枚金牌。后来，土伦每次提起让跑道这件事，

dōu huì shù qǐ dà mǔ zhǐ jī dòng de shuō zhè jiù shì zhēn zhèng de
都会竖起大拇指激动地说：“这就是真正的

ōu wén sī
欧文斯！”

shàng tiān méi yǒu kū dài zhè gè pǐn dé gāo shàng de nián qīng rén
上天没有亏待这个品德高尚的年轻人，

ōu wén sī zài hòu lái de quán měi dà xué shēng yùn dòng huì shàng shū xiě
欧文斯在后来的全美大学生运动会上书写

le tián jìng shǐ shàng zuì huī huáng de yī tiān ōu wén sī xiān zhàn zài le
了田径史上最辉煌的一天。欧文斯先站在了

mǐ jué sài de qǐ pǎo xiàn shàng zài méi yǒu qǐ pǎo qì zhù tuī de
100米决赛的起跑线上，在没有起跑器助推的

qíng kuàng xià tā de chéng jì jū rán píng le dāng shí de shì jiè jì
情况下，他的成绩居然平了当时的世界纪

lù chǎng shàng de guān zhòng dōu jīng dāi le jiù zài dà jiā hái méi yǒu
录，场上的观众都惊呆了。就在大家还没有

huí guò shén lái de shí hou ōu wén sī yòu zài tiào yuǎn chǎng dì shàng
回过神来时，欧文斯又在跳远场地上

chuàng zào le lìng yí gè shì jiè jì lù mǐ zhè ge jì
创造了另一个世界纪录，8.13米——这个纪

lù zài shì jiè tián jìng shǐ shàng bǎo chí le nián zhī jiǔ
录在世界田径史上保持了25年之久！



小启示

成功固然重要，友谊也来之不易。年轻的欧文斯主动把自己的跑道让给他所尊敬对手，不光为自己赢得了尊重，也再次证明了自己真正的实力。小读者们，成长的过程中离不开品德的培养，高尚的品德也一定能帮助你实现更远的理想。

贝利：赤脚小球王



小档案

贝利，1940 年出生在巴西的一个贫寒家庭，15 岁成为职业球员，在足球生涯中共攻进 1281 个球，四次代表国家队出战世界杯，三次捧得世界杯，是 20 世纪最伟大的足球明星之一，被喜爱他的人尊为“球王”。

bèi lì yuán míng āi dé sēn ā lán dì sī duō nà xī méng
贝利原名埃德森·阿兰蒂斯·多·纳西蒙

tuō jiā lǐ rén dōu qīn nì de jiào tā dí kē
托，家里人都亲昵地叫他迪科。

dí kē de fù qīn yīng jùn kuí wú shì yī gè qiú jì gāo chāo
迪科的父亲英俊魁梧，是一个球技高超

de qiú yuán kě xī shí yùn bù jì shǐ zhōng méi yǒu tī chū shén me
的球员，可惜时运不济，始终没有踢出什么

míng táng dí kē liǎng suì nà nián fù qīn zài yī chǎng zú qiú bǐ sài
名堂。迪科两岁那年，父亲在一场足球比赛

zhōng shòu shāng yǐ hòu jiù zài yě méi yǒu shàng guo chǎng dí kē yī
中受伤，以后就再也没有上过场。迪科一

jiā de shēng huó yě biàn de yuè lái yuè kùn nán
家的生活也变得越来越困难。

kě néng shì shòu fù qīn de yǐng xiǎng dí kē cóng xiǎo jiù xǐ huān
可能是受父亲的影响，迪科从小就喜欢

tī zú qiú
踢足球。

dāng shí de bā xī zú qiú yùn dòng kāi zhǎn de shí fēn pǔ jí
当时的巴西，足球运动开展得十分普及。

kě duì dí kē zhè yàng yī gè lái zì pín kùn jiā tíng de hái zǐ lái
可对迪科这样一个来自贫困家庭的孩子来

shuō xiǎng yào dé dào yī gè áng guì de zú qiú hái shì xiāng dāng kùn nán
说，想要得到一个昂贵的足球还是相当困难

de dàn zhè yě nán bù dǎo rè ài zú qiú de rén men fù qīn xiǎng le
的。但这也难不倒热爱足球的人们。父亲想了

gè bàn fǎ jué dìng zì jǐ dòng shǒu zuò yī gè qiú tā zhǎo lái yī
个办法，决定自己动手做一个球。他找来一

zhī dà hào de jiù wà zi wǎng lǐ miàn sāi mǎn pò mián bù hé jiù bào
只大号的旧袜子，往里面塞满破棉布和旧报

zhǐ rán hòu bǎ tā róu niē chéng qiú xíng zuì hòu zài wài miàn yòng shéng
纸，然后把它揉捏成球形，最后在外面用绳

zi zā jǐn yī gè bù qiú jiù zuò chéng le dí kē zhěng rì dōu hé
子扎紧，一个布球就做成了。迪科整日都和

zhè ge bù qiú xíng yǐng bù lí wà zi méi le wú suǒ wèi zhòng yào de
这个布球形影不离，袜子没了无所谓，重要的

shì kě yǐ qiè yì de tī qiú le zhǐ yào qiú tī de hǎo jí shǐ zuò
是可以惬意地踢球了，只要球踢得好，即使做

gè chì jiǎo qiú wáng yòu hé fāng ne dí kē de zú qiú shēng yá biàn
个“赤脚球王”又何妨呢？迪科的足球生涯便

cóng cǐ kāi shǐ le
从此开始了！

qióng rén de hái zǐ zǎo dāng jiā dí kē suì nà nián wèi le
穷人的孩子早当家。迪科7岁那年，为了

tiē bǔ jiā yòng xiǎo xiǎo nián jì de tā jiù shēn bēi pí xié xiāng zhī
贴补家用，小小年纪的他就身背皮鞋箱，只

shēn lái dào huǒ chē zhàn dāng qǐ le cā xié tóng cā pí xié shì gè
身来到火车站，当起了擦鞋童。擦皮鞋是个

yòu kǔ yòu lèi de chāi shì yī tiān xià lái dí kē zhēn de lèi huài
又苦又累的差事，一天下来，迪科真的累坏

le dàn tā hái shì fàng bù xià xīn ài de zú qiú zài měi tiān xià wǔ
了。但他还是放不下心爱的足球。在每天下午

zuì hòu yī bān chē kāi zǒu zhī hòu dí kē biàn gǎn kuài huí jiā bǎ gōng
最后一班车开走之后，迪科便赶快回家，把工

jù hé zhuàn lái de qián liú zài jiā zhōng rán hòu jiā zhe bù qiú zhí bèn
具和赚来的钱留在家中，然后夹着布球直奔

qiú chǎng tā hé xiǎo huǒ bàn men zài zhè lǐ zhuī zhú pīn qiǎng zuǒ chōng
球场。他和小伙伴们在这里追逐拼抢，左冲

yòu shā cháng cháng tī dào yè mù jiàng lín cái jìn xìng ér guī
右杀，常常踢到夜幕降临才尽兴而归。



màn màn de dí kē de jiā jìng shāo shāo yǒu xiē hǎo zhuǎn dí
慢慢地，迪科的家境稍稍有些好转，迪
kē biàn kāi shǐ shàng xué le zài xué xiào lǐ dí kē kāi shǐ le bǐ jiào
科便开始上学了。在学校里，迪科开始了比较
zhèng guī de zú qiú xùn liàn tā de qiú jì jìn bù hěn kuài tā jīng
正规的足球训练。他的球技进步很快，他经
cháng zài kǎn kě bù píng de dào lù shàng guāng zhe jiǎo dài qiú xíng zǒu
常在坎坷不平的道路上光着脚带球行走，
liàn jiù le hǎo jiǎo fǎ tā de qiú xìng shí fēn chū sè duì qiú de gǎn
练就了好脚法；他的球性十分出色，对球的感
jué hěn mǐn ruì kòng zhì qiú de néng lì dá dào le xiāng dāng shú liàn de
觉很敏锐，控制球的能力达到了相当熟练的
chéng dù
程度。

yī tiān yǒu rén ǒu ěr hǎn le tā yī shēng bèi lì cóng
一天，有人偶尔喊了他一声“贝利”，从
cǐ yǐ hòu dí kē biàn bèi bèi lì qǔ dài le zhì yú bèi
此以后，“迪科”便被“贝利”取代了。至于“贝
lì shì shén me yì sī dà jiā dōu bù tài qīng chǔ yǒu rén tuī cè
利”是什么意思，大家都不太清楚。有人推测
shuō zài bā xī rén suǒ jiǎng de pú táo yá yǔ zhōng yǒu bèi lā
说，在巴西人所讲的葡萄牙语中，有“贝拉
dá de shuō fǎ yì sī shì chì jiǎo zú qiú zhī wáng rén men yī
达”的说法，意思是“赤脚足球之王”。人们一
jiǎn huà jiù chéng le bèi lì zhè gè tuī duàn huò xǔ yǒu yī dìng de
简化就成了“贝利”。这个推断或许有一定的
dào lǐ yīn wèi dāng shí de xiǎo bèi lì jiù shì chì zhe jiǎo zài zú qiú
道理，因为当时的小贝利就是赤着脚在足球
chǎng shàng dà xiǎn shén wēi de a
场上大显神威的啊！



bèi lì suì shí qiú jì yǐ jīng chū shén rù huà le tā hé
贝利12岁时,球技已经出神入化了。他和

xiǎo huǒ bàn men yī qǐ chéng lì le yī gè zì jǐ de zú qiú jù lè
小伙伴们一起成立了一个自己的足球俱乐

bù yīn wèi yuè rì shì bā xī dú lì jì niàn rì tā men de jù
部,因为9月7日是巴西独立纪念日,他们的俱

lè bù jiù yǒu le gè xiǎng liàng de míng zì jiǔ qī jù lè bù jù
乐部就有了个响亮的名字“九七俱乐部”。俱

lè bù de chéng yuán shěng chī jiǎn yòng měi rén pèi bèi le qiú yī qiú
乐部的成员省吃俭用,每人配备了球衣、球

kù wéi dú quē shǎo zú qiú xié zhè xià kě zhēn de chéng le chì jiǎo
裤,唯独缺少足球鞋,这下可真的成了“赤脚

dà duì le chì jiǎo dà duì chū qí zhì shèng yíng dé le dāng nián
大队”了!“赤脚大队”出奇制胜,赢得了当年

quán shì qū jì shào nián zú qiú jīn biāo sài de guān jūn bèi lì yě chéng
全市区际少年足球锦标赛的冠军,贝利也成

wéi zhè chǎng bǐ sài zhōng jìn qiú zuì duō de qiú yuán tā zhēn zhèng de
为这场比赛中进球最多的球员,他真正的

zhí yè zú qiú shēng yá jiù yào lā kāi wéi mù le
职业足球生涯就要拉开帷幕了!



小启示

贝利从小家庭贫困,可这一点都不影响他对足球运动的热爱。买不起球鞋,就赤脚踢球,反而锻炼了球技,磨炼了意志。当面对困难时,只要有颗乐观的心,并且朝着梦想坚定地前行,就一定能够成功!

「阿里：坚决捍卫尊严和自由」



小档案

穆罕默德·阿里是拳击史上第一位三度夺得世界重量级冠军的人。离开拳坛后，他一直致力于宗教、慈善事业和维护世界和平的工作，受到人们的热烈拥戴，获得“21 世纪最佳运动员”称号，是人们心中最伟大的拳王。

duō nián lái hēi rén yǔ bái rén zhī jiān de bù píng děng dì wèi
多年来，黑人与白人之间的不平等地位
yī zhí shì ā lǐ xīn tóu de tòng zuò wéi yī míng hēi rén yùn dòng
一直是阿里心头的痛。作为一名黑人运动
yuán bù guǎn qǔ dé le duō dà róng yù tā dōu shǐ zhōng míng jì yào
员，不管取得了多大荣誉，他都始终铭记要
jiān jué hàn wèi zì jǐ de zūn yán hé zì yóu
坚决捍卫自己的尊严和自由。

nián ā lǐ yíng dé le ào yùn huì jīn pái zài huí dào
1960年，阿里赢得了奥运会金牌。在回到
měi guó zhī hòu tā shòu dào le lóng zhòng de huān yíng jǐng chá yí
美国之后，他受到了隆重的欢迎：警察、仪
zhàng duì yán lù hù sòng shè yǐng jì zhě bù tíng de pāi zhào hēi rén
仗队沿路护送；摄影记者不停地拍照；黑人
hé bái rén jiā dào gǔ zhǎng shèn zhì lián shì zhǎng yě qīn zì chū mǎ
和白人夹道鼓掌；甚至连市长也亲自出马