

平均 15 岁小将 连夺两个全国冠军

百年老校福州十六中再续排球辉煌，海都记者来到姑娘们的训练场，揭秘她们的拼搏故事

N海都见习记者 李嘉琪 记者 马俊杰

“点不要打太高了，控制一下！”“换个方向，再来两组！”8月12日下午，福州市体育运动学校的排球场上，排球与地面撞击的“砰砰”声如同密集的鼓点，伴随着球员们们的呐喊声此起彼伏——福州十六中女排队员们正紧张地进行防守训练，一道道身影在场地间来回翻滚。谁能想到，这群平均年龄不到15岁的姑娘，在短短三个月内连夺两个全国冠军。

从5月中国中学生排球联赛（初中组）的“黑马突围”，到8月全国排球传统校联赛（初中组）的再度夺冠，这支承载多年排球传统的队伍，一分一分地“咬”下了属于她们的荣誉，用拼搏诠释着“祖国至上、团结协作、顽强拼搏、永不言败”的新时代女排精神。

一分一分地“咬” 两场硬仗拼出全国双冠

时间回溯至5月的中国中学生排球联赛（初中组）总决赛现场。当比分来到2:2的紧张时刻，队员们背弓拉开、奋力一击，凭借“快、灵、变”的战术风格与坚韧的精神力量，以15:13险胜，首次捧起全国冠军的奖杯。

据带训教练孙洋回忆，决赛的对手包头一中是排球传统强队，无论力量还是身高都明显优于福州十六中女排。“我们与包头一中实实在在地打满了五局，其中有四局的分差仅为2分，双方都咬得很紧，这样的鏖战实属罕见。”孙洋认为，这场激烈的角逐充分展现了队员们不屈不挠的韧劲和出色的团队协作能力。这场突破性的胜利也极大地提升了教练和运动员的信心，为下半年的比赛鼓足了心气。

不久后的8月，福州十六中女排又迎来了2025年

全国排球传统校联赛（初中组），参赛队伍均为全国排球传统项目学校，技术细腻、战术成熟，竞争十分激烈。这次决赛遭遇江苏省棠张中学，对方的主攻手高高跃起，重发球如炮弹般砸向十六中的半场，让人难以招架。面对1比2大比分落后的局面，二传林欣怡曾一度感到大势已去。“但大家没有受比分影响，一分一分耐心地与对手抗衡，即使丢了一两个球，依然互相加油打气！”团队这种越挫越勇的状态也让林欣怡备受鼓舞。最终，她们成功逆转，连扳两局锁定胜局。

从2023年首次征战全国赛场便勇夺亚军，到2024年在全国中学生排球联赛和全国传统特色项目（排球）比赛中分别斩获四强和第六名，再到2025年双冠加冕，福州十六中女排用汗水创造了一个又一个荣耀时刻。

福州迎来“碎金花海” 闽江公园北园42株复羽叶栎树盛放

海都讯（见习记者 罗丹凌/文 福州市闽江公园管理处供图）目前正值立秋时节，虽然福州还未入秋，但秋季“信使”已来报信。福州闽江公园北园迎来一场视觉盛宴——42株复羽叶栎树进入盛花期，金黄色的圆锥状花序缀满枝头，在绿叶的映衬下如碎金洒落，成为市民消暑赏花的热门打卡地。

“42株复羽叶栎树，主要分布在公园的金沙园、桥梁园。”据福州闽江公园管理处相关负责人介绍，复羽叶栎树属无患子科落叶乔木，因其花期横跨夏秋，被市民誉为“季节信使”。福州园林专家介绍，复羽叶栎树生长周期独特：春季枝叶

初萌，充满生机；夏季树荫浓密，可为行人遮挡阳光；秋季花期冠顶金黄灿烂，黄绿衬托和谐，甚为美观；深秋初冬，殷红色的果实团团簇簇，缀满枝头，璀璨夺目，季相色彩变化明显。

不仅如此，复羽叶栎树还是集经济价值与观赏价值等多种用途的优良树种。上述工作人员表示，作为庭荫、风景树种及行道树栽植，复羽叶栎树有较强的抗烟尘能力，是城市绿化理想的观赏树种。此外，花既可明目，又能清热止咳，还是一种黄色染料；根是一种能消肿止痛、止咳活血的药材；木材能制家具；种子可榨油以供工业所需。

同是栎树“家族”的成



▲全国排球传统校联赛（初中组）决赛后，福州十六中女排庆祝夺冠

▲全国排球传统校联赛（初中组）决赛现场，福州十六中女排队员正在扣球（福州第十六中学供图）

从“哭鼻子”到“挑大梁” 荣誉背后是成长的弧光

“走下领奖台，一切从零开始。”“尊重对手就是尊重自己。”“自己更应该挑起大梁，承担起自己的一份责任，带领组别冲向省运会。”翻开姑娘们的比赛总结，在荣誉和光环的背后，更多的是逐梦路上的成长弧光。

面对经年累月的训练，林欣怡也曾有过力不从心的时候，但她在心中不断告诫自己：“不要放

弃，都已经走到今天这一步，再坚持一下就会成功。”在这样的坚持下，经过五年的刻苦训练和激烈比赛，林欣怡从怯场新人成长为2025年中国中学生排球联赛（初中组）“最有价值球员”，越发具备与对手较量的实力与底气，也学会了乐观面对困难和挫折。

林楚妍的蜕变同样清晰。采访间隙，记者注

意到林楚妍被排球击中导致流鼻血，她却面不改色地跑出场简单处理，很快便返回继续训练。这个曾经因训练艰苦而三天两头哭鼻子的六年级小女孩，如今已是扣球高度达304cm的主力副攻。5月份首次亮相全国大赛便助力团队夺得冠军，8月的全国排球传统校联赛（初中组）中，她还被评为“最佳副攻”。“排

球教会我，每一分都是集体努力的结果。”林楚妍告诉记者，接下来她也将“挑起大梁”，带领自己的小组冲击省运会。

看着队员们一个个从青涩新人蜕变为沉稳主力，主教练魏学军愈发感受到她们对排球的热爱、对比赛的渴望、对集体的重视，“她们这份成长与担当比奖杯更珍贵”。

深耕“体教融合” 联合培养育英才

“我们始终以为育人为核心，不仅要练出好成绩，更要培养孩子的集体意识和拼搏精神。”魏学军说，福州十六中与福州市体育运动学校签订合作共建协

议，从课程、生源、人才梯队建设等多个方面开展联合人才培养。十六中为排球队员针对性开设“毓英排球”精品课程，体校则开展排球专项训练，不断提

升队员的运动技能与文化成绩。“体教融合+市队校办”的体育培养模式既为球队持续注入活力，也能让孩子们在人生道路上走得更远。

福州植物园 护林防火道路投用

位于湖顶山，全长约9.3公里，蜿蜒的人行栈道串联起7处观景平台

海都讯（见习记者 罗丹凌）8月14日，记者获悉，福州植物园森林体验与养生示范区护林防火道路顺利通过竣工验收，正式投入使用。

据福州植物园相关工作人员介绍，“森林体验与森林养生示范区”项目自2017年启动，其中护林防火道路工程投资规模大、地形植被保护要求严苛，需在最小干扰生态的前提下推进。面对挑战，福州植物园组建项目管理团队深入勘察，反复优化设计方案。建设者科学组

织施工，在确保工程质量和生态保护的前提下全力推进。

记者了解到，森林体验与养生示范区护林防火道路位于湖顶山，全长约9.3公里，坡度控制在9度以下，车道设计巧妙，由入口6.5米双车道渐变至山林深处4.5米单车道。沿途分布的防火监测站、防火管理房及应急停机坪，共同筑起森林防火安全线；蜿蜒的人行栈道如同流动的生态长廊，为游客提供便捷服务的同时，串联起7处风光绝佳的观景平台。



闽江公园北园复羽叶栎树，金黄色的花朵如碎金洒落

员，很多市民分不清复羽叶栎树与台湾栎树，二者到底有什么区别呢？上述工作人员介绍，台湾栎树花瓣5片，而复羽叶栎树花瓣4片，很少5片。

据资料显示，复羽叶栎

树的英文名为“Golden rain tree”，译作“金雨树”，源自其所具有的镶嵌特征花色和独特花形变化，即花瓣黄色，基部红色，开花后花瓣反卷并逐渐脱落，如同金色的雨点随风飘散。