

以篮球为笔，勾勒假日成长画卷

记者 杜思亮

深秋时节，走进昭通市元宝山城市体育公园，寒意虽悄然而至，这里却处处跃动着充满活力的身影。秋千上欢笑不断的孩童、广场上热情舞动的人群、足球场上利落的抽射、篮球场上你追我赶的争夺。这一幅幅生动的画面，驱散了秋日的清冷。回想起夏日的公园，则是另一番景象。烈日灼灼，空气仿佛被点燃，翻涌着层层热浪。街道上行人匆匆，路面泛着白光，每走一步都能感受到蒸腾的热气。路边的花草蔫蔫垂首，花瓣边缘微微卷曲，透出几分疲惫。然而，篮球场上却依然跃动着一个执着的身影，篮球与地面碰撞发出清脆而响亮的“砰砰”声，宛如奏响了一曲夏日的激情乐章。

自暑假开始，每天午饭后，我都会带着儿子杜睿哲来到公园的篮球场。在这里，汗水与欢笑交织，我也一次次见证着篮球给他带来的成长与蜕变。

绿影斑驳间，奏响运动人文新乐章

步入焕然一新的昭通市元宝山城市体育公园，仿佛走进一座被绿意环抱的城堡。园标在垂柳枝条间若隐若现，如同这座运动城堡的守护徽章，在阳光下泛着淡淡的金属光泽。那光芒仿佛承载着奥林匹克精神的传承，向每一位来访者传递着运动的力量。

阳光穿过繁茂的枝叶，洒下斑驳的光影。细碎的光点在地面轻盈跃动，如同无数活泼的精灵，时而聚拢，时而散开，为这个公园注入了生机。这座占地152亩的体育主题公园，犹如一个精心设计的魔法城堡，将城市记忆与现代运动生活巧妙融合。

沿600米空中绿道漫步，脚下是平整的塑胶路面，踩上去柔软而富有弹性，仿佛每一步都得到了地面的温柔回应。两旁绿植葱郁，叶片在微风中轻轻颤动，发出细碎的沙沙声，宛如树木在低语。叶片的脉络在阳光的照射下清晰可见，甚至能看见表面那层细腻的绒毛闪着微光。远处，4个标准篮球场闪着琥珀色的光泽，宛如镶嵌在绿茵中的宝石。

那个风雨球场，更是人们心目中的“魔法训练营”。无论是烈日当空，阳光如瀑倾泻，烤得地面发烫，还是大雨突至，雨点噼里啪啦地砸在地面溅起阵阵水花，球场上的身影始终跃动不息。球鞋与地面摩擦发出清脆的“吱吱”声，如同奋进的节拍；篮球撞击地面的声响，伴着呼喊与欢笑，在球场上回荡，奏响一曲永不落幕的青春交响曲。

记得一次暴雨骤临，豆大的雨点瞬间打湿球场，溅起层层水花。场上的人们只是稍作停顿，便继续在雨中奔跑、传球、跳跃。雨水混着汗水从脸颊滑落，他们的目光却更加明亮，每一次运球都更加坚定，

仿佛要将所有的热情在这场夏雨中尽情释放。

童趣绿道连天桥，汇聚三代运动温情

专设的儿童游乐区，是孩子们的欢乐天地。沙坑里，小朋友们手拿小铲子，专注地堆砌着心中的城堡，脸上沾了沙子也毫不在意，眼里满是纯真的笑意。滑梯上，他们如小鸟般雀跃，一个接一个滑下，欢笑声如银铃般清脆。不远处，一条长达2公里的康养绿道如绿色绸带，将门球场、羽毛球场串联起来，构成一个覆盖老、中、青三代的运动空间。

门球场上，老人们挥杆从容、眼神专注，动作沉稳有力，每一次击球都精准到位。一位老人微微俯身，凝神瞄准，门球便稳稳滚向目标。而羽毛球场上，年轻人奔跑腾跃，挥拍扣杀，洁白的羽毛球在空中划出流畅的弧线，尽显青春活力。一位青年跃身而起，奋力一击，羽毛球如流星般疾速过网。

最令人惊喜的是那座连接公园与元宝山的人行天桥。它既保障了行人过街的安全，也为大家增添了一份登高望远的意趣。站在桥上俯瞰，整个公园绿意葱茏，篮球场上的少年们如跃动的音符，在夏日光影中谱写青春乐章。远眺城市楼宇，玻璃幕墙在阳光下熠熠生辉，仿佛也在为这片生机默默喝彩。天桥栏杆被日光晒得发烫，却常有人在此驻足。一位老人凭栏远望，看着园中景象，嘴角含笑，轻声感叹：“这公园，真是越来越好了。”

篮球相伴，父子共品挫折中的成长

“爸爸，快看！那个穿黑衣服哥哥又投进了！”顺着儿子手指的方向，一个专注的身影映入眼帘，那人正是杜若天。

他身材不算高大，甚至有些瘦弱。我不禁暗想：“这样的体格打篮球，跑得不快，跳得不高，似乎没有什么运动天赋……”



正思忖间，比赛进入关键时刻。对方持球突破，杜若天迅速上前防守。他紧贴对手，目光如炬，脚步灵活移动，鞋底与地面摩擦发出急促的“哒哒”声。就在对方起跳投篮的刹那，杜若天纵身跃起，身体在空中完全舒展，一记漂亮的封盖将球拍飞，全场顿时爆发出热烈的掌声。队友们纷纷上前击掌，他脸上绽放出自信的笑容，那笑容里写满了坚持的意义。

他们也学会了正确选择装备，穿着透气速干的运动服，搭配防滑性能好的球鞋，确保运动时的安全。一次，儿子的鞋带松了，他立刻蹲下来系紧，还仔细检查了一遍：“鞋带松了容易摔倒受伤，这双鞋防滑好，能让我跑得更稳。”

“小勇士”的成长之路

时间回到杜睿哲读幼儿园时，我第一

次带他到篮球场。小小的身影如灵动的幼鹿，在场上跃动。他双手紧抱着那个比脸还大的篮球，脚步踉跄却努力运球，眼神里写满坚定与欢喜。

起初，他像只找不着方向的小羊。每次看见篮球滚来，便兴奋地冲过去，却总也碰不到球。有一次，他眼巴巴看着球被抢走，急得小脸通红，哇的一声哭了起来，双脚在地上乱蹬，仿佛要把所有委屈都踩散。哭声回荡在整个球场，引来不少目光。

还有一回，他好不容易抢到球，正要投篮，篮球却像故意逗他似的突然转向，重重砸在他的头上。他大声哭出来，眼泪如断线的珠子往下掉，小手不停揉着被砸疼的地方。我赶紧跑过去把他抱进怀里，轻声安慰：“篮球是个小调皮，咱们不怕它。”可他仍抽泣不止，小小的身子在我怀里一颤一颤。

但杜睿哲骨子里有股不服输的劲儿。一次训练中，他又因抢不到球坐在地上发脾气，小嘴噘得老高，眼泪在眼眶里打转。我蹲下身，轻抚他的头，指向远处那个一次次跌倒又爬起的小朋友，轻声说：“你看，那个小朋友摔倒了也不怕。你也能一样勇敢，对不对？爸爸相信你。”他听了，慢慢止住哭泣，用小手抹抹脸，像只小花猫般认真点头：“爸爸，我不怕，我要继续打！”从那天起，他仿佛变了个人，在球场上更加专注、努力。

随着时间推移，杜睿哲对篮球投入了越来越多的热情。他像一株破土而出的幼苗，在篮球的滋养下茁壮成长。不再怕被球砸到，也不再因抢不到球而闹脾气，而是勇敢跃起，迎向每一个来球。他的运球越来越熟练，投篮也越来越准，每个动作都充满力量与信心。

最令我难忘的是2023年夏天。不到6岁的他向我发出挑战：“爸爸，我想投进100个球！”看着他眼中闪烁的期待与坚定，我毫不犹豫地答应了。那天阳光炽热，球场上每一声“咣当”都格外清脆。他从运球、起跳到投篮，一次次尝试。起初命中率不高，投很多多次才进一个，但他毫不气馁，不断调整姿势与力度，观察球的轨迹，反复练习。汗水浸透衣背，他依然没有停歇。每进一球，脸上便绽放出灿烂的笑容；每失一球，也迅速调整再来。那份坚持让我深深动容。

两个小时之后，他终于投进了第100个球。篮球稳稳入网，“咣当”一声，仿佛整个球场都在为他欢呼。他兴奋地跳起来，挥舞着双臂大喊：“我成功啦！我成功啦！”声音里满是喜悦与自豪。我冲过去紧紧抱住他：“儿子，你太棒了！这是你靠自己努力完成的！”他仰起小脸，眼中光芒闪烁：“爸爸，我还要投更多球！”

整整两个小时，他不间断地运球、投篮、捡球，衣衫早已湿透，小脸涨得通红，湿漉漉的头发贴在额前，却始终没有放弃。每进一球，他都挥臂庆祝，脸上洋溢着藏不住的骄傲。

篮球带给杜睿哲的，远不只是球技的提升，还让他变得愈发独立、自信。

如今，他深深爱上了篮球，在运动中找到了自己的兴趣与特长，这让我倍感欣慰。篮球如同一把钥匙，为他打开了成长的大门，让他在运动中学会坚持、勇敢。我相信，篮球将继续陪伴他，给他带来更多的快乐与收获。而我，也会一直陪在他身边，见证他在球场上书写更多精彩。

如今，公园的篮球场已成为孩子们的“成长教室”。在这里，他们学会了合理安排时间，也培养了独立自主的能力。每当夕阳为球场镀上金边，孩子们便在这片金色中挥洒汗水，享受运动带来的快乐。他们也懂得提前备好水，适时补水。有一次天气特别炎热，儿子在训练间隙不停地喝水，一脸认真地说：“得多喝水，不然会中暑。”

他们也会学会了正确选择装备，穿着透气速干的运动服，搭配防滑性能好的球鞋，确保运动时的安全。一次，儿子的鞋带松了，他立刻蹲下来系紧，还仔细检查了一遍：“鞋带松了容易摔倒受伤，这双鞋防滑好，能让我跑得更稳。”

更可贵的是，孩子们在这里树立了环保理念。他们自带水杯，减少塑料瓶的使用，用实际行动践行绿色环保的生活方式。休息时，他们坐在场边的长椅上，分享彼此的梦想与快乐，眼中闪着对未来的期待。儿子曾说：“我想成为像杜若天哥哥那样优秀的球员，参加更多比赛，和高手过招，让自己不断进步。”

在这片充满汗水与欢笑的球场上，篮球不仅是一项运动，还成为孩子们成长路上最好的“老师”。

“小勇士”的成长之路

时间回到杜睿哲读幼儿园时，我第一

次带他到篮球场。小小的身影如灵动的幼鹿，在场上跃动。他双手紧抱着那个比脸还大的篮球，脚步踉跄却努力运球，眼神里写满坚定与欢喜。

起初，他像只找不着方向的小羊。每次看见篮球滚来，便兴奋地冲过去，却总也碰不到球。有一次，他眼巴巴看着球被抢走，急得小脸通红，哇的一声哭了起来，双脚在地上乱蹬，仿佛要把所有委屈都踩散。哭声回荡在整个球场，引来不少目光。

还有一回，他好不容易抢到球，正要投篮，篮球却像故意逗他似的突然转向，重重砸在他的头上。他大声哭出来，眼泪如断线的珠子往下掉，小手不停揉着被砸疼的地方。我赶紧跑过去把他抱进怀里，轻声安慰：“篮球是个小调皮，咱们不怕它。”可他仍抽泣不止，小小的身子在我怀里一颤一颤。

但杜睿哲骨子里有股不服输的劲儿。一次训练中，他又因抢不到球坐在地上发脾气，小嘴噘得老高，眼泪在眼眶里打转。我蹲下身，轻抚他的头，指向远处那个一次次跌倒又爬起的小朋友，轻声说：“你看，那个小朋友摔倒了也不怕。你也能一样勇敢，对不对？爸爸相信你。”他听了，慢慢止住哭泣，用小手抹抹脸，像只小花猫般认真点头：“爸爸，我不怕，我要继续打！”从那天起，他仿佛变了个人，在球场上更加专注、努力。

随着时间推移，杜睿哲对篮球投入了越来越多的热情。他像一株破土而出的幼苗，在篮球的滋养下茁壮成长。不再怕被球砸到，也不再因抢不到球而闹脾气，而是勇敢跃起，迎向每一个来球。他的运球越来越熟练，投篮也越来越准，每个动作都充满力量与信心。

最令我难忘的是2023年夏天。不到6岁的他向我发出挑战：“爸爸，我想投进100个球！”看着他眼中闪烁的期待与坚定，我毫不犹豫地答应了。那天阳光炽热，球场上每一声“咣当”都格外清脆。他从运球、起跳到投篮，一次次尝试。起初命中率不高，投很多多次才进一个，但他毫不气馁，不断调整姿势与力度，观察球的轨迹，反复练习。汗水浸透衣背，他依然没有停歇。每进一球，脸上便绽放出灿烂的笑容；每失一球，也迅速调整再来。那份坚持让我深深动容。

两个小时之后，他终于投进了第100个球。篮球稳稳入网，“咣当”一声，仿佛整个球场都在为他欢呼。他兴奋地跳起来，挥舞着双臂大喊：“我成功啦！我成功啦！”声音里满是喜悦与自豪。我冲过去紧紧抱住他：“儿子，你太棒了！这是你靠自己努力完成的！”他仰起小脸，眼中光芒闪烁：“爸爸，我还要投更多球！”

整整两个小时，他不间断地运球、投篮、捡球，衣衫早已湿透，小脸涨得通红，湿漉漉的头发贴在额前，却始终没有放弃。每进一球，他都挥臂庆祝，脸上洋溢着藏不住的骄傲。

篮球带给杜睿哲的，远不只是球技的提升，还让他变得愈发独立、自信。

如今，他深深爱上了篮球，在运动中找到了自己的兴趣与特长，这让我倍感欣慰。篮球如同一把钥匙，为他打开了成长的大门，让他在运动中学会坚持、勇敢。我相信，篮球将继续陪伴他，给他带来更多的快乐与收获。而我，也会一直陪在他身边，见证他在球场上书写更多精彩。

如今，公园的篮球场已成为孩子们的“成长教室”。在这里，他们学会了合理安排时间，也培养了独立自主的能力。每当夕阳为球场镀上金边，孩子们便在这片金色中挥洒汗水，享受运动带来的快乐。他们也懂得提前备好水，适时补水。有一次天气特别炎热，儿子在训练间隙不停地喝水，一脸认真地说：“得多喝水，不然会中暑。”

他们也会学会了正确选择装备，穿着透气速干的运动服，搭配防滑性能好的球鞋，确保运动时的安全。一次，儿子的鞋带松了，他立刻蹲下来系紧，还仔细检查了一遍：“鞋带松了容易摔倒受伤，这双鞋防滑好，能让我跑得更稳。”

更可贵的是，孩子们在这里树立了环保理念。他们自带水杯，减少塑料瓶的使用，用实际行动践行绿色环保的生活方式。休息时，他们坐在场边的长椅上，分享彼此的梦想与快乐，眼中闪着对未来的期待。儿子曾说：“我想成为像杜若天哥哥那样优秀的球员，参加更多比赛，和高手过招，让自己不断进步。”

在这片充满汗水与欢笑的球场上，篮球不仅是一项运动，还成为孩子们成长路上最好的“老师”。

“小勇士”的成长之路

时间回到杜睿哲读幼儿园时，我第一

9月的一个傍晚，我整理好行装，为次日前往巧家县大寨镇采访做准备。躺在床上闭上眼，10多年前那个被称作“小重庆”的地方缓缓浮现在脑海中——山环水绕，屋依陡坡，石阶蜿蜒。从江对岸望去，整个镇子层叠而上，确有几分山城的韵味。然而那时，“小重庆”三个字的背后，总透着一股被时代遗忘的苍凉，藏着“偏”与“穷”的无奈。

十年前：山遥路险，旧镇沉寂

从巧家县城到大寨镇，要颠簸3个半小时。那是一条在干热河谷陡坡上硬生生凿出的弹石路，弯多路窄。晴天尘土扑面，雨天泥泞难行。若遇暴雨，泥石流常将道路冲断。窗外是苍劲挺拔的河谷和山峦，车内是颠簸与忐忑。

走进大寨集镇，低矮的砖瓦房

与土木老屋交错而立。街上少见年轻人，多是留守的老人与孩童。移动信号时断时续，小镇仿佛处于半隔绝状态。一位老乡感叹道：“好东西出不去，需要的进不来。出一趟门，太难了。”

十年后：路通人旺，新城焕颜

如今，从巧家县城出发，车辆穿行于高架与隧道之间，柏油路平坦蜿蜒。不过一个小时，大寨镇已近在眼前。眼前的景象让我不禁屏息：这真是从前那个大寨吗？

现代工程与自然山水在此交融，

绘就出一幅既磅礴又精巧的画卷。集镇依旧依山而建，“爬坡上坎”的肌理犹存，风貌却已焕然一新。宽阔的柏

油路取代了泥泞土路，街道两旁新楼耸立，商铺林立。餐馆、客栈、超市、特产店……各式招牌闪烁，浓郁的烟火气息扑面而来。

街上人声交织，商户的吆喝、游客的谈笑、往来的车流，合奏出一曲动听的市井交响曲。空气中飘散着油炸土豆粑粑的焦香、花椒的麻香，还有灶台升起菜香，不断撩拨着每一位路人的味蕾。

我们人住的“半山酒店”，住宿条件不输县城。采访结束后，店家推荐我们去看看镇外不远处的古树与白鹤驿道。步行约20分钟，一株20米高、冠如华盖的古树跃入眼帘，枝头红绸飘动。树荫下，几位老人守着摆满土特产的小摊，静

十年回眸看大寨镇蝶变

记者 李明坤

候游客。古树一侧，便是声名在外的白鹤驿道。

这条悬挂于绝壁的“天路”，宽处不足一米，窄处仅三四十厘米。行至刻有“1314”字样的拍照打卡点，凭栏远眺，白鹤滩水电站巍然屹立于深谷之间，壮阔之景令人心旌摇曳。

走访中，一位当地人感慨：“路修好了，环境美了，游客多了，日子也热闹了。”话语间是掩不住的喜悦。于我而言，大寨的珍贵，恰在于它保留了真实的小镇生活与淳朴民风，又在发展中寻得了与自然的共鸣。

傍晚，我们坐在农家小院，品尝着地道农家菜，听老板讲述水电站为小镇带



来的变化。这些不是排练好的讲解，而是鲜活的生活印记，是山乡特有的厚道与温度。

入夜，我们漫步于白鹤驿道，星空格外澄明，与水电站的灯火遥相呼应。那一刻我忽然领悟：大寨之美，不止于山水，更在于它让人重新思考现代生活，重新审视人与自然的关系。

离开时，我带走的不仅有相机里的风景，还有一份深刻的印记。大寨不只是一个旅游目的地，更是一本关于坚守与焕新、人与自然和谐共生的启示之书。期待每一位到访的人，都能在此用眼观察、用心感受、用脚步丈量这方水土、这处风景、这份宁静。