



# “三大球”止跌上扬还需时间

中青报·中青网记者 杨 岫

杭州亚运会赛程已近尾声，中国体育代表团在各项赛事上力争夺金，全方位展示中国竞技体育的发展，为巴黎奥运会积蓄力量。但是“三大球”项目国家队在杭州亚运会上的表现，除了中国女篮、中国女排之外，恐怕都难言令人满意。增强国家荣誉感、项目竞争力，追赶世界先进技战术打法，杜绝项目协会管理乱象，充分发挥联赛基础性作用，都是未来“三大球”振兴的关键所在。

## 中国女篮成三大球门面担当

“关键时刻，中国女篮从末掉过链子。”这是中国女篮主帅郑薇在赛后新闻发布会上上撂下的最后一句话，掷地有声、满怀骄傲。

10月5日晚，中国女篮在一度被对手扳平的情况下，凭借无私的团队精神，以及王思雨、李缘在关键时刻的出色发挥，以74:72战胜了老对手日本女篮，拿下这枚必须要拿下的金牌。

“我们知道对手非常顽强，也做足了准备，有必胜的信念。比赛打得很艰苦，但我们抑制住了对方的特点，这也是取得胜利的基本保证，我为球员们感到骄傲。”郑薇说。

根据亚运会技术统计，日本女篮场均可以命中约15个三分球，但在中国女篮非常有针对性防守下，对手在决赛中仅命中7个远投。而金牌之战中，中国女篮的最后一次进攻战术，更是良好的战术素养和执行力的体现。

24小时之前的同一块场地，中国男篮在一度领先20分的情况下，被菲律宾男篮逆转。在杭州奥体中心体育馆现场，球迷的错愕、失望、伤心甚至愤怒的情绪交织在一起。当计时器最终归零的那个瞬间，应该算是中国男篮，乃至中国篮球两个奥运周期以来的最低点。

应该说当中国军团在杭州亚运会，充分展示我国竞技体育整体实力，为明年的巴黎奥运会练兵之时，“三大球”中的大部分项目却再一次拖了后腿。

10月3日，中国女足在3:4负于日本女足。比赛的结果并未引发太多热议，毕竟外界早已对中日女足之间的差距有足够的认知，但全主力出战，上半场就一度以1:4落后以国青队为班底的日本队，还是让不少人“破防”。中国女足更是在10月1日毫无悬念地以0:2负于韩国队，早早地结束了亚运会的所有比赛。

中国排球在亚运会上的表现，从成绩上看比较理想——男排负于伊朗夺得银牌是实力使然，全主力出战的中国女排，夺得亚运冠军也是大概率事件。但在前不久举行的男篮世界杯上，已看到了和世界强队的巨大差距。回到亚洲层



10月6日，中国男篮大比分击败中国台北队后，中国篮协主席姚明与中国队球员握手致意。

视觉中国供图

面，面对不同的身体对抗级别和防守水平，几乎派出征战世界杯原班人马的中国男篮，理应在投篮上有更好的表现。但事实上，在铜牌争夺战之前，中国男篮5场比赛，最低一场远投命中率仅为17%，外线平均命中率只有32.4%——这个数据在世界杯时是31.3%。

## 打法落后、荣誉感不强影响即战力

“三大球”普遍无法在亚运赛场扬眉吐气、为国争光并非偶然。实事求是地讲，除了正在巅峰的中国女篮属于世界级水平，其他几支球队，或正在拉大和世界强队之间的差距，或和世界先进打法背道而驰，这次亚运会的成绩完全是实力使然。

以中国男篮为例，当世界篮球都在追求高大、快速、准确的时候，中国男篮投篮水平、转换能力却越来越差。这在前不久举行的男篮世界杯上，已看到了和世界强队的巨大差距。回到亚洲层

面，面对不同的身体对抗级别和防守水平，几乎派出征战世界杯原班人马的中国男篮，理应在投篮上有更好的表现。但事实上，在铜牌争夺战之前，中国男篮5场比赛，最低一场远投命中率仅为17%，外线平均命中率只有32.4%——这个数据在世界杯时是31.3%。

当然，成绩不佳不仅仅是实力原因，还有心态不正的因素影响。9月27日，当中国亚运男足，以1:0击败卡塔尔队，时隔21年杀入亚运会八强后，就有人认为，下一轮的中韩之战，中国亚运男足不会力拼韩国队。分析其原因，一方面是实力确实有差距，另一方面，则是受即将重新开始的中超联赛影响。而从比赛的过程也可以看得出来，韩国队上半场很快攻入两球，剩下的比赛波澜不惊，双方很有默契地顺利完成。

和男篮、男足形成鲜明对比的，是不断攀登竞技高峰的中国女篮。2022年10月1日，中国女篮在世界杯上夺得亚

军，之后，中国女篮参加了亚洲杯和本届亚运会的比赛，其中，亚洲杯涉及巴黎奥运会资格赛参赛权的争夺，中国女篮未让冠军旁落。女篮队员们为国效力也是义无反顾，特别是像韩旭、李梦这样在海外效力的球员，横跨太平洋的来回奔波更为不易。

“确实，今年中美之间已经跑了3趟了。”韩旭在亚运会接受中青报·中青网记者采访时说，她除了亚洲杯和亚运会，还参加了之前的成都大运会，“说实话有些疲劳，因为来回奔波还需要去倒时差。但是，从个人来讲，我也很愿意和大家一起把冠军拿下来，我也很愿意和我们这个非常团结、非常有荣誉感的集体一起去战斗。”

## 联赛有序、基础扎实是重中之重

截止到10月6日，中国体育代表团在杭州亚运会上已经获得了将近200枚金

牌，超过300枚奖牌，但“三大球”的每况愈下，还是让广大球迷如鲠在喉。而从目前的情况看，“三大球”想要止跌上扬，尚需不少时日。

众所周知，“三大球”想要有更好的发展，联赛的基础性作用不容忽视。以篮球为例，在男篮世界杯失利之后，篮球界相关专家，CBA俱乐部的高层、投资人，以及不少媒体，都对联赛未来的发展提出了很多建设性的意见。CBA公司内部人士在和中青报·中青网记者交流时，也提到了CBA联赛在赛制、外援等多方面的构想——2023-2024赛季的CBA联赛，之所以常规赛提高到52轮，实际上就是CBA公司在尽可能地多安排比赛，这样不仅可以给俱乐部增加收入，还可以让球员有更多的比赛可打。

“52轮是一个非常规的轮次，每支球队互相交手的次数并不一样，因为在设计新赛季赛程之初，还要考虑国家队窗口期的情况，但我们尽量想要多进行一些轮次，让联赛有更多的关注度和影响力。”该人士表示。

但也正如该人士所述，按现行模式，“三大球”无一例外地需要为国家队服务和让路。但相比CBA、中超联赛的职业化发展态势，排球联赛的现状其实更令人忧虑。

新冠疫情期间的女排联赛，就出现了一个让人啼笑皆非的事件。原本下午的比赛，突然提前到上午，但中国排球协会并非下发官方的通知，所涉及的球队还是通过平台直播发生变化，才了解自己的比赛时间发生了变更。目前，新赛季的中国女排联赛，确定了主客场的赛制，联赛结束时间大概在明年1月，目的就是给女排国家队集训备战让路。而男排因为参加巴黎奥运会的可能性不大，联赛在3月左右结束。

事实上，不论是中超、CBA联赛时不时出现的裁判问题、赛制变更，还是一直处于停滞的排球联赛，职业化联赛的各种乱象，其实已为国字号队伍的糟糕表现埋下伏笔。“三大球”在杭州亚运会普遍表现不佳，在一定程度上也是各自项目联赛问题的缩影。

当然，我们也不应该放弃希望。比如中国篮球在过去几年，一直在小篮球发展上进行投入，目前，不论是官方赛事，还是社会化的赛事，都搭建起不错的平台，提供给众多青少年篮球爱好者。以北京市足协青少年委员会组织的青少年足球赛为例，一项比赛就有5个年龄组的超过400支球队3000多名青少年参与。而中超联赛在挤破泡沫之后，也在慢慢恢复元气，本赛季的上座率和关注度都不错。相信“三大球”如果以尊重基本规律，从底层入手循序渐进，国家队层面有良好的规划和执行，还是有望打翻身仗的。

本报杭州10月6日电

# 00后小将刘焕华的9公斤“奇迹”

中青报·中青网记者 梁 璇

“挺举233公斤”，看见这个数字时，刘焕华“一点把握都没有”，但他记得答应过教练于杰“不管加多少，必须得比对手多1公斤”。而这个重量若试举成功，总成绩正好会超过乌兹别克斯坦名将朱拉耶夫1公斤，他只能拼一把。尽管，这个重量比他目前能完成的挺举成绩多出9公斤。

10月6日，杭州亚运会举重男子109公斤级决赛，中国选手刘焕华以抓举185公斤、挺举233公斤、总成绩418公斤获得金牌，其中，挺举和总成绩均打破赛会纪录。而对他一度形成围剿之势的两位乌兹别克斯坦选手分列亚军和季军。拿到银牌的朱拉耶夫红了眼睛，而刘焕华则有些发懵，“我也不知道是怎么举起来的。”赛后，这位中国00后小将把今天的表现称作“奇迹”。

实际上，刘焕华在两周前的利雅得举重世锦赛上已有过惊艳表现。他在男子102公斤级比赛中，以抓举180公斤、挺举224公斤、总成绩404公斤夺得了挺举和总成绩两枚金牌，为中国男子举重队时隔26年再夺100公斤以上大级别的世锦赛总成绩冠军，实现中国队男举大级别重大突破。当时，他已将抓举和挺举最好成绩分别提高了4公斤和3公斤，可到了亚运会，极限再次被提高了5公斤和9公斤。

实际上，世锦赛刚结束，未间断训练，立马又投入高强度的亚运会比拼，这让大多数选手在本届赛会的表现都有些力不从心。但刘焕华却连创佳绩，大幅提升了了自己的成绩，“他训练是真的不要命，从不吝啬付出，甚至需要教练帮他控制住，要他少练一些。”中国男子举重队主教练于杰表示，世锦赛后，团队认真研究了刘焕华还存在的一些问题，因此进行了针对性改进，“虽然只有两个星期的恢复时间，但找准问题，他在技术和心理上的恢复都非常好。”

可由于亚运会项目不同，为参加男子109公斤级角逐，在世锦赛参加102公斤级的刘焕华必须再次升级别出战。不过，过去两三年，他已先后尝试过5个级别。在东京奥运周期时，他参加的是81公斤级比赛，但受到国际举联调整奥运级别的影响，他先是升级到了89公斤级，又在今年5月亚锦赛后开始尝试升到102公斤级，这是新进入巴黎奥运周期的奥运级别，而刚转战赛道的刘焕华就让中国男子举重迎来了突破的希望。

99.5公斤的体重，参加109公斤级的比赛最终夺冠，这也是奇迹的一部分。“我现在遇到最难的问题就是长体重。”刘焕华坦言，为了不断增重跨越级别参赛，他每天都要吃四五顿饭，以前觉得美味的肉，现在压根儿吃不进去，“经常把胃撑得很难受，就这样体重还是不够。”

随着刘焕华夺冠，中国男子举重队的本届亚运会宣告结束。“中国男子选手有7人参加5个级别的比赛，拿了4个级别的金牌，从金牌数来说，我们完成了任务，但从成绩来说，确实不理想。”于杰表示，赛场上缺乏像刘焕华夺冠这样让人振奋、有成绩增长的金牌，“我们在实力和稳定性上还存在一些问题，特别是年轻选手对大赛的把控和心理调适还需要提升。”他坦言，之后每一站奥运资格赛都将成为历练场，“争取用更稳定的成绩在巴黎奥运会争夺金牌。”

“除了平常训练扎实，也许是不服输的韧劲帮我创造了奇迹。”刘焕华表示，“但我还想创造更多奇迹。”他期待，在明年的巴黎奥运会上，成为中国第一个举重男子100公斤级以上的奥运冠军。

本报杭州10月6日电



10月6日下午，杭州亚运会举重男子109公斤级决赛，中国选手刘焕华夺得金牌。中青报·中青网记者 赵 迪摄

# 铜牌谢幕 中国女足亚运之旅难言满意

利把比赛赢下来，总归是一件令人高兴的事。”

10月6日下午，本届亚运会女足赛事最后两场比赛（三四名决赛、冠军决赛）转场至杭州市中心西湖边黄龙体育中心进行——女足只是在三四名决赛中作战，中国女足的号召力依然强大，现场播报有38029名观众进入球场观赛，这样的支持力度，以及接下来90分钟呐喊不断的助威，让半决赛不敌日本队的中国女足在亚运会最后一场比赛中士气大振，最终以7:0大胜对手乌兹别克斯坦队，收获本届亚运会铜牌。

这是中国女足在本届亚运会上第二次与乌兹别克斯坦队相遇，两队在小组赛已有交手，当时中国女足6:0轻松取胜。乌兹别克斯坦队以小组第二身份出线，

1/4决赛加时赛绝杀中国台北队冲进半决赛，这是该队本届亚运会最为自豪的“高光时刻”。半决赛0:8不敌朝鲜队，乌兹别克斯坦队在三四名决赛中与中国女足再度相逢。

虽然队中张琳艳、李梦雯、沈梦雨3名主力在输掉半决赛后便立即离队，分别前往英超热刺队、布莱顿队和苏超凯尔特人队报到，本场比赛水庆霞在4个位置上调整首发，包括让王霜“替补”观赛，但力求打好本届亚运会收官战的中国女足没有给乌兹别克斯坦队任何机会：开场仅23秒，杨莉娜分边、张馨传中，禁区中国女足前、中、后三点包抄，队中最年轻的且首次迎来首发的欧懿鑫中路头球破门，创下本届亚运会足球赛事最快进球纪录。

进球接二连三到来，半场3:0，全场7:0，王霜也在第75分钟被换上“谢场”，至90分钟比赛结束，中国女足绕场向观众致谢，结束杭州亚运会之旅。

“每支球队都会希望在完成比赛任务的同时补充新鲜血液，让年轻球员得到更好的锻炼。”水庆霞说，“和世界杯的时候相比，我们在亚运会上补充了一些年轻球员，大家也可以看到我们跟世界杯有不一样的地方，总体来说我们对年轻球员的表现感到满意，比如同锦锦和欧懿鑫，她们的发挥还是不错的。”

不过这枚铜牌并不符合中国女足赛前预期：世界杯折戟，亚运会对手非最强阵容出战（日本女足以国青队班底组队，韩国女足虽有池英然、李玟娥压阵但未招5名海外球员），中国女足希望借助亚运会

夺冠重塑奋斗形象的目标显而易见，毕竟在更重要的巴黎奥运会预选赛到来之前（首场比赛为10月26日在厦门主场迎战朝鲜队），水庆霞需要最大限度地挖掘麾下老将所有潜能。

“半决赛输给日本队确实遗憾，我们要通过这样的比赛来总结自己的优点和缺点。和亚洲的对手相比，我们算是一支年龄偏大的球队，打完这次比赛，队员们要回去好好休息几天，然后又要开始集训，所以如何调整、挖掘她们的潜能就会非常重要。”水庆霞说，“接下来的奥运会预选赛，我们的对手很强，朝鲜队现在有很多变化，我们会关注她们在决赛里的表现，好好研究她们的打法，做好我们该做的准备。”

本报杭州10月6日电

# “凡尘组合”互帮互助快乐成长

州，久居羽毛球女双世界第一宝座的陈清晨/贾一凡，早已成为众多对手渴望打败的头号目标。此外，年龄的增长、伤病的反复，都使她们在大赛中面临着越来越多的挑战，这个时候，彼此间的相互鼓励和支持就成为帮助她们在赛场上战胜困难的一个关键因素。

陈清晨/贾一凡今天中午在杭州亚运会羽毛球女双半决赛上，以2:1战胜了韩国组合金昭映/孔熙容，顺利闯入本届亚运会女双决赛。这场比赛打得可谓惨烈，31岁的韩国老将金昭映在比赛结束后已经很难正常行走，她拖着一条伤腿一瘸一拐地离开赛场。而贾一凡在自己在疲劳作战的情况下，体力有些不够，无法再做飞身救球的动作，结果就

出现了自己为了救球摔倒在地的一幕。在这样艰难的情况下，贾一凡感叹，“幸运的是身边还有陈清晨。每当我快不行了、失误多、状态不好的时候，我都有全世界最好的搭档——陈清晨帮我完成救球。”

本届亚运会开赛以来，作为中国羽毛球女队的“第一双打”，陈清晨/贾一凡在女团比赛中中场都要打女双比赛的头炮。女团比赛结束后，女双比赛又紧接着而来，她俩不得不在8天的时间里参加了6场高强度的比赛，其中有4场比赛耗时在100分钟以上。这对她们的体力、精力都是极大的考验。由于在女团决赛上，中国队0:3负于韩国队，连续两届亚运会无缘羽毛球女团冠军，也令全队上下情绪低落，陈清晨/贾一凡也输掉了女团决赛的女双项目，这肯定会对她俩

的情绪造成一定影响。如何才能尽快走出身心俱疲的状态？双打运动员这时的相互鼓励就显得更重要了。陈清晨说：“团体赛我们也不想输，但输了就是输了，我们在场上已经全力以赴，输了也只能接受。路还很长，我不能因为这一场输了，就一直这么难受下去。”陈清晨也开导贾一凡，“不翻篇就很难重来。对我们来说，每天都在重来。”

陈清晨的开导让贾一凡非常受用，这让贾一凡感觉，搭档给自己的帮助并不只是赛场上的补漏，而是彼此在困难的时候相互安慰、打气，能树立共同的目标，而后一起奋进。

在过去1个多月的时间里，陈清晨/贾一凡先后在世锦赛上成就了羽毛球历史上的第一个世锦赛女双三连冠，又在中国公开赛上成功夺冠。可以说，陈清

晨/贾一凡已经与当今世界羽坛女双项目的主要对手交手过无数次。陈清晨开玩笑说，本来想着能在亚运会上遇到几从未打过过强的对手（意思是能几场轻松未过的比赛），实际上遇到的全是熟悉的面孔。尽管把每一场比赛都当做新的开始，力求给自己减轻压力，但当一步步走到本届亚运会的女双决赛，要说她俩没有实现卫冕的想法也是不可能的。既要减压又要给自己鼓励，陈清晨以带伤参赛的韩国老将金昭映为例：“受伤严重，但她还是很强。上了场就是一个战士，这跟我们是同样的。下了赛场我可以（身上的伤病）这难受那难受，但是上了场大家都一样，不会考虑什么伤病问题，全世界的运动员都是一样的，在场上必定全力以赴。”

本报杭州10月6日电



10月6日，中国女足22岁小将欧懿鑫（中）第23秒进球创造本届亚运会最快进球纪录。视觉中国供图

中青报·中青网记者 郭 剑

“感谢队员没有懈怠，在这场比赛中打出了一些漂亮的配合，一支球队总要经历许多事情，无论胜利还是失败，最重要的是在这些经历当中不断提升自己。”一场7:0的大胜总算让中国女足主教练水庆霞脸色缓和许多，“今天顺顺利



10月6日，杭州亚运会羽毛球女双半决赛，中国组合陈清晨/贾一凡以2:1战胜韩国选手金昭映/孔熙容，晋级本届亚运会羽毛球女双决赛。视觉中国供图

中青报·中青网记者 慈 鑫

时隔5年，陈清晨/贾一凡又一次走到亚运会羽毛球女双决赛的赛场。5年前的雅加达，陈清晨/贾一凡作为当时的新科世锦赛女双冠军，是世界羽坛女双项目上一对冲击力十足的年轻组合，无人能阻挡她们在那届亚运会登顶；5年后的杭