

职工体育



小小乒乓球带来无限乐趣

——探访陶然亭公园乒乓球队

□本报记者 盛丽

每个周二和周四下班后的时间，对于陶然亭公园乒乓球队的队员来说，是个轻松、快乐的时刻。“因为我们又可以一起相互切磋球技，锻炼身体啦。”陶然亭公园乒乓球队，现有队员虽然不多，只有7个人。但队员来源却很广泛，包括来自保卫科、工程队、退管科等多个岗位的职工。多年来，他们利用业余时间，聚在一起体会着乒乓球这项运动带来的乐趣。

融洽气氛让新手变主力

在陶然亭公园的职工文体兴趣小组中，乒乓球队的历史很长。“我是1992年来到陶然亭公园的，那时我就听说有支乒乓球队啦。”队员杨文博介绍道。

虽然一直对乒乓球这项运动有着浓厚的兴趣，但杨文博回忆自己最初却是以“零基础”的新手身份，加入到公园的乒乓球队的。队员们之间的关系很融洽，这一点在杨文博刚刚加入乒乓球队时就有所体会。

因为是个新手，在发球等很多方面，杨文博都没有熟练地掌握技巧。“我发的球怎么总是不转啊？”看着自己发的球不合乎要求，杨文博有些着急。

“不要着急，发球是有技巧的。发下旋球时，要注意切球的部位。要切球的下半部分，还要灵活的用手腕的力量。”时任公园工会主席的季树安看到杨文博发愁的样子，便上前讲解道。

按照这个方法，杨文博练习了一段时间后，逐渐掌握了发球的技巧。现在的他，也已经从“零基础”的新手，转变为能够代表球队参与各项比赛的主力。

工会支持助队员提升球技

其实在陶然亭公园乒乓球队中，团结、融洽的氛围，让很多新加入球队的职工，都能够得到球技的提升。不仅如此，工会的支持和帮助，也让队员们的水平不断提高。

不论是设置乒乓球案，还是请来专业教练指导，工会都给予很大支持。对此，队员杨文博也很有体会。“我们都是些业余的乒乓球爱好者，很多时候提高球

技都是要靠自己摸索，或者是队员们相互切磋。工会了解到球队的需要后，就主动帮忙联系些专业的教练，来不定期地指导。”

“打球的姿势很重要，步伐的移动也很关键，要勤移动。”教练反复叮嘱着队员们。在和教练学球的日子中，杨文博也受益匪浅。“以前，我在对方发球时总是不很专心，不注意观察对方的动作，教练说观察也很重要。”

按照教练的方法，杨文博在接发球时很是注意观察对手的发球姿势。“比如，对手要是挥拍拍下做动作，有可能是发下旋球，但也可能是假动作。”杨文博说。

团结一致不断取得佳绩

在多方面的努力下，陶然亭公园乒乓球队队员们的球技不断提高，他们也在很多比赛中，收获着不错的成绩。

今年10月，乒乓球队队长岳俊成得到参加北京市公园绿地协会举办的第三届“文明杯”运动会的通知。虽然距离比赛开始的时间不算长，但球员们对比赛仍旧充满信心。

在每周二和周四的固定练习时间中，大家练得更加起劲儿。“其实，我们对对手的情况很陌生，所以要做的是多练习，在比赛中把自己的水平发挥出来。”杨文博说。

球队中队员们的水平都很高，但参赛的名额只有3个，怎么才能选出更合适的选手参赛？经过思考和商量，又结合着队员们的特点，队长岳俊成最终确定了参赛名单。

比赛包括小组赛和淘汰赛两部分，小组赛采用的是五局三胜制。“尽管陶然亭公园乒乓球队最终在小组赛中胜出，但比赛却赢得并不轻松。”杨文博回忆道。

小组赛中场面焦灼，双方的每一分都咬得很紧。队员们在场上观察着，根据对手的特点，找寻着破解的妙招。“我们要做的就是专注比赛，把自己的水平打出来，不要有其他杂念。”杨文博说。陶然亭公园乒乓球队在小组赛中险胜，在队员们的共同努力下，球队进入淘汰赛，最终在比赛中取得第三名的成绩。

我看CBA

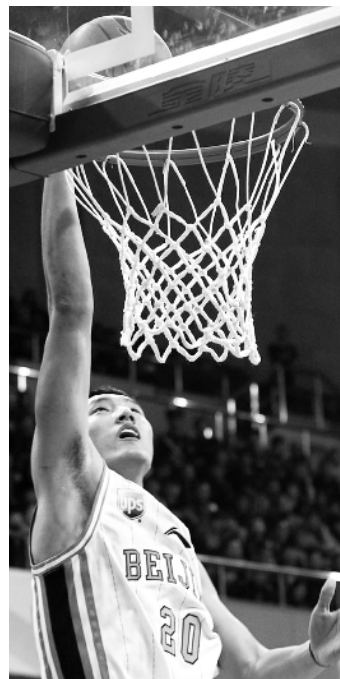
穷则思变 差则思勤

□本报记者 王卓

俗话说“穷则思变，差则思勤”，失败让首钢队认清了自己，同样给了球队改变的勇气。在与辽宁比赛后的第二天，球队开了近两个小时的交流会，在会上球员们开诚布公地表达了自己的想法。正因为有这样的交流会，球队才有了如今的改变，周日的比赛才变得不太一样。

在比赛中，首钢队将早已经不被其他球队摸透的首发阵容进行了改变，让最近上场机会不多的翟晓川首发登场，替代了另一名小前锋王骁辉，也许是大妈在更衣室外的怒吼改变了闵指导的想法，也许是王骁辉的伤病打乱了排兵布阵。尽管这些猜测，闵鹿蕾并没有给出答案，但最终的结果是球迷们愿意看到的。在球队获得胜利的同时，翟晓川的能力也被激发，本场18分12个篮板球就是最好的例子，与其说是翟晓川带领首钢取得胜利，倒不如说是首钢的改变让球队焕然一新。

也正是通过改变，首钢的慢热得以解决，从开场第一分钟到终场，北京队始终牢牢控制比赛，从比分上压制着天津队。篮板球更是在比赛中完全占据优势，共计在篮板球方面超出天津队14个，在前场篮板方面比天津



队多了8个，不但促进了球队的二次进攻，更带动了球队的士气，翟晓川在赛后就表示：“抢到前场篮板之后球迷们都鼓励我，算是一种激励，听到后很兴奋。”而在之前的比赛，北京队无

论是碰到比自己强，还是排名靠后的球队，基本上在开场5分钟都会落后对手近10分，全场的篮板球更是会输给对手近10个。周日翟晓川的首发，让这之前的一切问题都有所好转。

上赛季，北京之所以能够在常规赛排名不利的情况下拿到最终的冠军，就是因为球队的改变。季后赛首轮对阵浙江广厦，在第一场王骁辉防守吉布斯吃紧，让吉布斯得了54分后，回到北京主场，果断派出脚步更快的李学林盯防吉布斯，最终主客场连续胜利，以3:1的大比分挺进4强；在半决赛中同样如此，是老将陈磊的出场，有效限制了朱芳雨的得分，仅仅让朱芳雨在主场拿到15分，广东最终饮恨半决赛。

本赛季，篮协对于外援的上场时间有了新的规定，虽然这样的规定对于习惯第四节上老马和莫里斯的北京队来讲有所影响，但对于人才济济的北京队来讲，却不能因此而给自己找失败的理由。

卫冕冠军在本赛季的目标明确，常规赛输几场球不要紧，遇到挫折也不应急躁，发现问题、磨合阵容，及时改变才是当务之急，穷则思变，差则思勤。



马布里宣传绿色出行

昨天，马布里在王府井地铁站参加了北京市首都精神文明建设委员会组织的绿色出行清洁车厢活动。采访中老马说出了喜欢坐地铁的原因：“我很想念小时候坐地铁无忧无虑、四处打球的生活，而现在我又好像找回那时候的感觉。”他还打趣说，“只有坐地铁出行才能算得上是北京人。”

本报记者 孙妍 摄影报道

沙特主帅下课 朝鲜教练主将禁赛

国足亚洲杯对手纷遭重创

本报讯 据来自亚足联纪律委员会的消息，朝鲜队主教练尹正水因在仁川亚运会上有违纪行为而被处以一年的全球禁赛。几天之内，国足的亚洲杯对手纷纷遭受重创，先是沙特队主帅下课，然后是朝鲜队主帅遭禁，国足亚洲杯前景不断迎来利好。

据国际足联记录，朝鲜国家队主教练尹正水同时也是国奥队主帅，在10月2日仁川亚运会对阵韩国的决赛上，尹正水对比赛官员出言不逊，被亚足联认定是“挑衅性行为”，在上报国际足联批复后，处予其12个月的全球禁赛。不过尹正水可以以球队官员

的身份注册参加亚洲杯，但是不能进入更衣室和教练席。同时主力球员金永日在比赛中因恶劣犯规而被全球禁赛半年，这给朝鲜的亚洲杯之旅蒙上一层阴影。

明年1月的亚洲杯小组赛上，朝鲜队与中国、乌兹别克斯坦和沙特同组。(刘峰)