

# 尤度能为首钢队“续命”多久？



12月2日北京首钢队宣布，激活外援艾派·尤度出战接下来的比赛，球队另一名外援贾斯汀·汉密尔顿轮转休息。这是本赛季常规赛首钢队首次更换外援。彼时，首钢队以8胜4负的战绩，排名联赛第六。

如今，赛季已经结束了二十轮的比赛，作为联赛关注度最高的球队之一，北京首钢队以14胜6负的战绩排名联赛第三。

在尤度出战的8场比赛中，他场均贡献20.1分、11.6个篮板，虽然得分能力并不算突出，但他的封盖能力十分出众，场均5次盖帽更是排名联赛第一。首钢队的胜率从67%上升到70%，排名也上升到联盟第三。新任内线外援尤度成为球队的“盖帽先生”。

此前，首钢队使用的内线外援是汉密尔顿，他在轮休前共为球队出战12场比赛，场均贡献20.7分和11个篮板球，在第十二轮对阵广东队的比赛中汉密尔顿贡献了25分和17个篮板，但场均1.7次盖帽和尤度相比在内线护

筐能力上还是稍显不足。

尤度在近几场的表现也受到了球队的肯定。首钢队主教练雅尼斯在接受采访时表示，尤度能够使球队的防守体系变得更为丰富。在进攻端也是一个很高效的球员，他并不占用过多球权而且进攻效率很高。

北京首钢队队员方硕认为，对手进入三秒区，看到尤度在里面就会有所顾虑，这就是他在防守端的震慑力。

不过，尤度的到来并非“万能药”，内线危机得到一定缓解之后，首钢队的外线却开始暴露出一定的问题。

在第十七轮比赛结束后，一段关于林书豪被对手侵犯的视频在篮球迷当中广为流传，对于这段视频，不同立场的球迷有不同解读，但各支球队对以林书豪为代表的北京首钢队外线球员进行针对性防守是显而易见的。

在第十九轮对阵浙江队的比赛中，林书豪在对方球员的围追堵截下21投5中，并没有发

挥出全部实力，坐镇主场的首钢队全场被对手压制，最终早早缴械。这场比赛，尤度拿到24分、10个篮板和6次盖帽是北京队发挥最出色的球员。当林书豪状态不佳时，首钢队其他球员并没有给予尤度过多帮助，这场比赛翟小川、朱彦西和刘晓宇得分均未上双。

而在22日对阵山西队的比赛中，林书豪及时调整状态得到32分带领首钢队在客场取得胜利，尤度继续在内线扮演着防守“大闸”的角色，全场贡献6次盖帽。本场比赛首钢队三分球命中率高达48.3%，可见，在防守端有所保障的基础上，外线命中率将很大程度上影响首钢队的比赛走势。

尤度虽然解决了首钢队的一部分问题，但他能为首钢队续命多久，更多的还是要取决于首钢队内外线的整体调配、球队攻防体系运转的流畅程度以及在整个赛季球队发挥的稳定程度。

据新华社

## ■全民健身大家谈

# 健身，从身到心的嬗变

□市统计局 张雪原

“我来局里工作十年了，从来没见过某处长笑过。但在这个运动会上，我见到他特别开心地笑了。”说话的是一位负责网站的同志，跟全局各位同志都有接触。这里说的运动会，不是一般的运动会，而是我们局的趣味运动会。通过此类职工广泛参加的体育健身活动，锻炼的是身体，收获的却不仅仅是健康。落实《北京市全民健身条例》，响应市直机关号召，大力开展各项体育活动，特别是团体项目，既是提高全民身体素质之举，也是建立和谐社会的重要措施。

就说说趣味运动会吧。在赛场上，每个人都脱掉西服革履，这也是事先和大家说好的，体育馆场地内，只允许穿运动鞋者进入，穿皮鞋的同志只能上台当观众，可那天没有一个看客。趣味运动会以前也举办过，但这次全部都是团队参赛，真是另一番天地。运动会设有“齐心协力托球跑”“水管接龙竞速赛”“无敌风火轮”“毛毛虫爬行赛”等四项比赛，其中前三项是四人参赛，最后一项是六人参赛。运动会现场一片沸腾，喝彩声、加油声此起彼伏。局领导也亲自参与了各个项目，他们有的与分管处室共同比赛，还有两项甚至组成了“局长代表队”。此次活动展现出了市局机关团结一心、朝气蓬勃的精神面貌，增强了单位凝聚力和向心力，也顺理成章就有了本文开始说的“见到了那位处长特别开心地笑”的场景。趣味运动会的那天，市统计局机关有两百多人参加了当天的比赛，也就是说，当天超过一半以上的人都放下了手头的工作，走出办公室参加了团队运动。

同样的效果，不光体现在大人身上，也体现在孩子身上。市局在地坛体育中心举行了“欢乐亲子日，健康世界行”亲子趣味



运动会，市局干部职工共40余个家庭参加了此项活动。其目的重在体现家庭合作观念，促进良性亲子关系互动，力争为每一个家庭带去健康福利。项目只有五个：“爆、爆、爆”“敲响幸福铃”“指尖跳跃”“欢乐袋鼠跳”和“功夫瑜伽”。这里面，最简单的“功夫瑜伽”的观赏效果最好，每组家庭选取一个瑜伽动作，保持10秒拍照并带话题发朋友圈即为挑战成功，活动过程中可有一人辅助，一起合影留念。大家在享受运动快乐的同时，也借助这一平台促进了干部职工之间的了解和交流。活动现场欢笑阵阵，其乐融融，孩子们充分地释放了天性，整个运动场变成了一片欢乐的海洋。

吃饭时，正好听到一起吃饭的同事说：“我家孩子以前比较内向不太合群，可在这次亲子运动会上，和别的孩子玩得可好了。”看来，为丰富广大干部职工子女

的暑期生活，构建和谐融洽家庭关系的目的已经达到，怪不得本次运动会还没结束，就有人问下次什么时间再开了。呵呵，意识到了亲子运动会对于搭建单位与家庭之间连心桥的重要作用，这种活动肯定年年都会办。

运动不光是健身，更是思想、精神、情感的交流平台。意识到这点后，我们局今年的体育节，所有系统参与的都是团体项目。五人制足球、三对三篮球、乒乓球团体、羽毛球团体和健步走团体赛，使之成为丰富干部职工文体生活、增强干部职工体质、增强团队协作精神的重要载体。当然，以年轻同志为主体参加的项目更是火爆。比如，五人制足球的赛场上，1/4淘汰赛的一场比赛中，相遇的两支区统计局代表队就擦出“火花”。两个兄弟你来我往动作都有点大，在裁判吹停了比赛后，受了点皮外伤的被换下场，双方都有火气，踢人的一方在众人的劝说下仍不肯服软。但等到比赛结束了，他们也都想明白了，主动过来和对方每名队员握手道歉，和被踢破皮的队员不光是握手和道歉，还有拥抱，让人由衷地感到，成绩是暂时的，友谊才是永久的。

还有一个小小的插曲。这次足球比赛的地点，是在东四块玉社区的健身乐园，这里曾经是违建聚集的地方。在全市开展的“疏解整治促提升”工作中，由街道与酷享体育有限公司合作，拆除违建改建成了健身场所。作为市委、市政府数据中心和区域与产业发展监测评价中心的政府统计部门，我们在不断报出“疏解整治促提升”的进度数据的同时，这回也成了直接的受益者。比赛场也变成了生动的教育课堂，机关的健身活动或许还能引出更多这样的话题，机关的健身活动，正在经历从身到心的嬗变。



## 西班牙人队解雇主帅马钦

新华社电 西甲联赛西班牙人俱乐部23日宣布，由于战绩不佳，球队决定解雇主教练巴勃罗·马钦。

中国球员武磊效力的这家俱乐部在当日发布的官方声明中说：“马钦不再担任西班牙人俱乐部男足一线队主教练。俱乐部做出这一决定是基于一线队的竞技成绩，并希望改善球队在联赛中的表现。”声明同时感谢了马钦及其教练团队在过去几个月的工作。

西班牙人在上一轮西甲比赛中0:2客场不敌同在降级区的莱加内斯，保级形势进一步恶化。

目前，球队2胜4平12负积10分成为联赛“副班长”。

这也是西班牙人本赛季第二次更换教练。马钦在今年10月接替因成绩不佳被解职的大卫·加耶戈出任一队主帅，尽管他带领球队闯入了欧罗巴联赛32强和西班牙国王杯第二轮，但在他上任以来的10场联赛中，西班牙人仅仅得到5分。

目前，西班牙人俱乐部高层正在紧锣密鼓地寻找新帅。据西班牙媒体透露，前西班牙人球员路易斯·加西亚、曾执教过巴伦西亚等队的阿根廷人皮济等都有可能成为新帅人选。

## ■职工体育

# 赵全营镇工会举办冬季趣味运动会

近300职工报名参赛

本报讯（记者 王路曼）套圈、赶猪、踢毽、跳绳……近日，由顺义区赵全营镇总工会举办的2019年冬季趣味运动会正式拉开序幕。来自全镇域内20余家企业的近300名职工报名参加了此次运动会。

据了解，为缓解镇域内职工工作压力，鼓励职工放松身心，适当参与体育运动，赵全营镇总工会举办了此次冬季运动会。比赛设置“套圈”“单人踢毽”“单人跳绳”“夹乒乓球”“赶猪”“五子棋”“飞镖”“摸石

过河”“两人三足”共9个项目。每一项比赛都趣味十足，既有速度的比拼又有智慧的博弈。比赛现场，掌声、笑声、加油声、欢呼声此起彼伏，职工们互动交流，相互切磋，使整个过程沉浸在欢快、轻松、愉悦的氛围中。

赵全营镇总工会相关负责人表示，本次比赛不仅丰富了镇域内职工的文化生活，同时提高了职工的凝聚力和向心力，充分展现了赵全营镇职工团结和谐、友好交流、朝气蓬勃的良好风貌。