



CBA: 北控队保持稳定 季后赛仍是目标

□本报记者 段西元

CBA最近两个赛季，北控队常规赛的名次都是第13名，在季后赛有12支球队参加的情况下，第13名无疑是“最亏的买卖”。连续两个赛季功亏一篑，本赛季北控队肯定不想重复遗憾，季后赛依然是这支球队的目标。

北控队最近几个赛季给人的感觉是出手阔绰，在转会市场上大进大出，球队的阵容跟前几年相比已经完全不一样了。在引进了众多实力派球员后，球队并没有收到太好的效果，季后赛的门槛在北控队面前依然“很高”，迈过去依然相当困难。在连续两个赛季未能率队打进季后赛的情况下，北控队还是留任了主教练马布里。马布里是NBA和CBA的传奇球

星，不过在教练员岗位上，他还是个“年轻人”，前两个赛季交的学费有些“昂贵”，马布里这个赛季必须把自己前面学到的东西“学以致用”。主教练留任，相对的好处是球队的战术理念保持稳定，不用在新赛季一切都从头开始。

主教练留了下来，北控队的球员变化也不是很大，球队没有像前几个赛季那样在转会市场上掀起风浪。北控队这几个赛季引进的球员很多，当务之急还是用好自己手中的牌。不过，球队在转会市场上并非毫无作为，最大的投入是引进了CBA得分王高登。北控队最近几个赛季走马灯似地换外援，但总觉得球队没有一锤定音的人物，高登的到来不知道能不

能结束这一窘境。前两个赛季高登在福建队效力，在福建队他可说是“一夫当关”，他超强的得分能力和单打能力，无疑会提升北控队的战斗力。不过也应该看到，在福建队的比赛中，高登很少被换下。而马布里一直推崇整体篮球理念，更喜欢多人轮换打球，如何把高登的威力最大化，并且不让他游离于球队之外，这是马布里需要思考的问题。高登在外线的搭档无疑是上赛季已经崭露头角的“超新星”廖三宁，在CBA已经“练级”了一个赛季后，相信廖三宁打球的方式会更加合理。内线方面，邹雨宸被寄予厚望，上个赛季他的状态已经有了明显回升，如果能一直保持健康，邹雨宸在CBA

内线球员中的实力还是处于前列的。大外援北控队留住了上赛季就在球队的哈斯，虽然能力不是特别突出，但是哈斯作为一个“角色球员”还是比较称职的。此外，像俞长栋、王少杰这些早已在球队中的干将，新赛季也会继续发挥他们的作用。北控队还从辽宁队淘来了新星孙巍，他在热身赛的表现十分出色。

总体来看，北控队的实力在联盟中处于中游，中游是个伸缩性极强的“概念”，弄好了可以往前努一努，弄不好再次无缘季后赛也有可能。对北控队最重要的还是关键比赛的定力，要尽量拿下与自己实力排名相近的对手，如果能做到这些，季后赛不会只是个梦想。

■新书推荐



《元宇宙改变一切》

作者：马修·鲍尔
出版社：浙江教育出版社

随着元宇宙热潮的进一步发酵，人们对元宇宙是什么以及它将会带领人类走向何方众说纷纭。2022年，元宇宙商业之父，也是全球最早系统介绍元宇宙的趋势家，影响了马克·扎克伯格、比尔·盖茨、杰夫·贝佐斯等科技商业大咖的元宇宙定义者马修·鲍尔，带来了他的开创性新书《元宇宙改变一切》。在这本书中，鲍尔给出了元宇宙的明确定义，并凭借翔实的商业科技史料，深入的分析，精彩地阐释了为什么要了解元宇宙、为什么要继续发展元宇宙，以及这样做的必要性和迫切性。在这本新书中，马修·鲍尔将为大家厘清：什么是元宇宙？元宇宙什么时候到来？如何真正构建元宇宙？以及元宇宙将如何改变我们的工作、生活与思维方式？



《科学偶像》系列动画微电影 弘扬科学家精神

本报讯（记者 任洁）作为中国科学技术馆向党的二十大献礼的系列公益动画微电影，也是我国第一套面向院线讲述科学家精神的电影级动画公益宣传片，《科学偶像》近日正式面向广大观众免费播出。

据了解，由中国科学技术馆匠心精制的《科学偶像》取材于七位获得过“共和国勋章”“人民科学家”国家荣誉称号、国家最高科学技术奖、“两弹一星”功勋奖章等国家最高荣誉的功勋科学家，包括钱学森、于敏、袁隆平、吴孟超、王希季、屠呦呦和钟南山。通过每集2-3分钟的7支短片，凝练科学家人生的高光时刻，聚焦科学家故事的感人瞬间，弘扬“爱国、创新、求

实、奉献、协同、育人”的科学家精神。

《科学偶像》系列动画微电影有着共同的主题——“爱国与梦想”，着重描绘了功勋科学家奋斗故事的时代特色，生动展现了他们可歌可泣、爱国创新的科学历程，充分发挥了科学家精神的强大感染力。

《科学偶像》系列影片通过“光影科学梦”2022年度科学家精神电影全国科普场馆巡映活动，在中国科技馆、湖南省科技馆、辽宁省科技馆、中国杭州低碳科技馆、苏州青少年中心、潍坊市科技馆以及兴安盟科技馆等科普场馆面向观众免费播出，并已登陆中国数字科技馆、掌上科技馆等不同平台对外展出。

世园公园尽显红叶之韵

本报讯（记者 周美玉）山明水净夜来霜，数树深红出浅黄。昨天，以“秋染妨川红满世园”为主题的北京世园公园第二届红叶生态文化节拉开帷幕。本届文化节将持续到11月8日，期间北京世园公园将依托红叶资源推出多彩活动，为市民奉上秋季赏红叶出游新选择。

世园公园园区特色红叶树品种多，包括银红槭、银白槭、元宝枫、茶条槭、火焰卫矛、黄栌等，而彩叶树种更是多样，包括蒙古栎、海棠、银杏、白桦、白

蜡、金叶榆、金枝国槐等。与往年相比，今年的红叶期提前了十天。自9月中旬起，世园公园内150余种、5万余株的彩叶树次第迎来变色期，根据叶色变化时期不同，赏叶期可持续至11月上旬。

红叶文化节期间，世园公园特别打造“红叶露营”“汉服红叶打卡”“红叶垂钓”“红叶书签制作”“红叶飞盘”“红叶摄影”“红叶研学营”等十场特色文化活动，让市民领略多彩的秋季风光。



《救命啊》

作者：[英] 杰克·琼斯
出版社：北京日报出版社

院前急救的世界，是街头突发心脏停搏时的分秒必争，是午夜把坠落者抬出迷宫般的工地，是在6平方米的斗室里现场接生并紧急救治无呼吸新生儿（还要应付只会添乱的准爸爸）；也是反复给执拗的病人讲解吃止痛片无害，被情绪激动的精神障碍患者刁难、咒骂乃至殴打；甚至还有调度的奇怪分诊和流程中的制度性荒诞……

朝九晚五的办公室职员，为何转投了这个路上行当，不分昼夜地拼命？这份职业又给人怎样的纷繁经历和内心体验？

作者杰克·琼斯感叹：开着救护车，体味人生百态，这是救人一命，还是只想自己大呼救命？

密云区第十六届“和谐杯”乒乓球赛开赛

本报讯（记者 王路曼）近日，由密云区总工会、区体育局主办的密云区第十六届“和谐杯”乒乓球赛拉开帷幕。来自全区各行各业的26支代表队、200余名乒乓球爱好者参与此次比赛。

比赛中，来自全区不同行业、不同年龄的乒乓球爱好者欢聚一堂，以球会友。选手们挥洒汗水、激情挥拍，团结协作、奋勇拼搏，精彩场面迭出，共同掀起了一场金秋全民健身热潮。

经过激烈的角逐，密云区卫

健委代表队荣获本次机关企事业单位组冠军，鼓楼街道一队获得街道组冠军，溪翁庄镇代表队获得乡镇组冠军。

据密云区总工会党组书记、常务副主席晁怀新介绍，下一步，密云区总工会将联合区体育局开展更多的文体活动，带动引领更多的职工群众参与到“全民健身”行动中来，以更加饱满的热情投入到本职工作中，为建设美丽北京、谱写现代化建设密云篇章作出贡献，共同迎接党的二十大胜利召开。