

# 亚洲如何追赶世界? 约旦男篮主帅如是说

在2023年篮球世界杯赛上,参赛的6支亚洲球队均未能进入16强,与欧美强队的差距非常明显。亚洲球队如何缩小与世界一流强队的差距?带着这样的问题,新华社记者采访了约旦男篮主教练韦萨姆·阿尔·苏斯。

## 针对青少年的个性化训练有提升空间

今年40岁的阿尔·苏斯曾是约旦男篮国手,随队参加过2010年男篮世锦赛(篮球世界杯的前身)。2016年退役后,阿尔·苏斯前往美国佛罗里达的DME体育高中,从事青少年篮球教练的工作。2021年,他被请回约旦男篮担任主教练。

在本届世界杯赛上,约旦队的总战绩是0胜5负。阿尔·苏斯说,亚洲球队与世界强队的差距的确很大,他感受最明显的是身体对抗能力。

“跟美国队交手的时候,我们能感受到在身体对抗和运动能力上和对方的差距。我们有个队员平常在欧洲联赛效力,连他也跟我抱怨说,‘他们太壮、太强硬了’。身体差距只是一个方面,亚洲球员普遍没有欧美球员身体强壮,但是我们可以通过适当的训练去缩小这种差距。”

阿尔·苏斯认为,亚洲球员在青少年时期普遍缺乏有针对性的、个性化的篮球技术训练,在

这方面有很大提升空间。

“在美国,每个球员会有单独的训练计划,有些家长从孩子9岁、10岁开始就会请专门的训练师,我想把这样的方法带回约旦。目前我们在身体训练方面可能会给每个球员制定不同计划,但是对于篮球技术训练还做不到因人而异。到了国家队层面可以做到,可已经太迟了。”

阿尔·苏斯承认,从比较早的时候开始个性化、针对性的训练可以提高青少年球员的成才效率,但也会增加家长的经济成本,需要找到一个合适的平衡点。

阿尔·苏斯说,亚洲球员在心态方面和欧美球员也有比较大的不同。以美国为例,很多球员在比赛中会始终抱着“我能行,让我们一起干吧”的态度,即使水平没那么高,也会充满自信。但在亚洲球员中,这种类型的比较少见,这就需要教练团队和训练师把他们锻造造成这样的球员。

## 提高联赛质量和“海外留学”两条腿走路

阿尔·苏斯认为,亚洲球队与欧美强队差距明显的一个重要原因在于联赛质量,这对国家队水平的提高至关重要。如果平常比赛的对抗强度不够,那么在世

界杯这种水平的比赛中,球员就无法整场比赛持续发挥出高水平。

“平常的联赛,他们要么领先20分,要么落后20分,而世界杯的比赛强度和压力完全不一样。抛开跟美国队的那场不谈,对希腊队的比赛、对新西兰队的加时赛和对埃及队的比赛,大部分时间比分很接近,但我们都是在几分钟里突然崩盘。”

阿尔·苏斯表示,欧洲球队的强势与欧洲篮球冠军联赛的高质量有很大关系,欧洲的地理条件也方便他们举办洲际联赛。这样高水平的联赛不仅能帮助球员提高技术水平,也能改善球员收入状况。目前,非洲也已经有了自己的篮球联赛。在他看来,亚洲也应该举办类似的洲际联赛。不过亚洲幅员辽阔,举办所有国家(地区)参加的联赛可能比较困难,可以先从区域性联赛做起,每个区域的强队再打一个亚洲最高水平的联赛。

在本届世界杯上,日本队是战绩最佳的亚洲球队,先后战胜了芬兰队、委内瑞拉队和佛得角队。阿尔·苏斯认为,近年来日本篮球坚持两条腿走路,一方面大力发展本国联赛,另一方面将有潜力的青少年人才送到美国的大学、高中篮球体系中,这些尝试取得了回报,值得借鉴。

## 人人都得投得准

本届世界杯赛上,立陶宛队以5战全胜的成绩挺进四分之一决赛,还击败了实力强大的美国队。立陶宛队的球员身高趋于平均,后卫在1米94至1米99之间,中锋在2米10出头,而所有队员的速度、移动和投篮能力都比较强。

阿尔·苏斯说,篮球运动在发展变化,现在的趋势是每个人都得投得准,中锋也得会投三分球,同时位置的概念变得模糊。

“如果你不会投篮,可能能找到球队打球,但是效率不会很高。现在的篮球位置变得模糊,没有过去那种严格意义上的控球后卫,每个人都能投篮,都能发动进攻。如果你像立陶宛队那样,有5个两米左右的大个子,防守的时候就可以无限换防,换完之后和对方的身高区别不大。但是如果身高不够,换防就会给对手大打小的机会。”

从事青少年篮球教练工作时,阿尔·苏斯经常被家长问到一个问题:“我的孩子身高不够怎么办?”他说,如果身高不足,就要以其他方式弥补,比如你超级快、超级准、技术超级好,像日本队的河村勇辉那样。

## 改变,要从现在开始

虽然亚洲篮球与世界强队差距明显,但是阿尔·苏斯认为,只要找到正确方向、马上开始行动,就有希望。

“看看加拿大队、澳大利亚队和日本队,他们都在过去10多年里发生了巨大变化。与其犹豫不决,不如立即行动。”

本届世界杯上,很多球队使用了归化球员,而约旦队的杰弗森是表现最出色的归化球员之一。阿尔·苏斯说,不能依赖归化球员,更重要的还是要打造成成功的本土青训体系。

“立陶宛只有两百多万人,但在篮球项目上他们一直很强,因为他们热爱这项运动,愿意为之付出努力,年轻球员的培养体系也很好,中国和约旦也应该这么做。”阿尔·苏斯说,在挑选篮球苗子时,除了看技术、身体之外,很重要的一点是看他是否愿意付出。

“我们会进行测试,经过一周高强度训练之后,看看哪些孩子还愿意继续苦练。通常情况下,那些能够坚持的孩子有90%最后会发展得不错,因为他们不偷懒,愿意付出,渴望提高自己,这样的孩子值得培养和投资。”

据新华社

## 在服贸会感悟京剧之美

在本届服贸会上,北京市海外文化交流中心携“大戏看北京——京剧文化之旅特展”再度亮相,在场馆内外以多种形式带领观众感悟京剧之美,并推出京剧文化之旅·首钢骑行之美、京剧主题智慧地图等多项京剧遗产当代转化成果。

本报记者 曹立栋 摄影报道



## 拉莫斯出走18年后回归塞维利亚: “我的心要求我回家”

新华社电 “出走半生,归来仍是少年。”西班牙足球俱乐部塞维利亚当地时间4日宣布,西班牙中卫塞吉奥·拉莫斯时隔18年后回归,成为球队的又一名新援。

虽然西班牙夏季转会窗口已于此前关闭,但由于拉莫斯为自由身,因此他仍能作为塞维利亚球员注册。拉莫斯与塞维利亚俱乐部签订了为期一年的合同。

在接受媒体采访时,拉莫斯承认这对于自己是“特别的一天”:“回家让我欣喜若狂。”他说:“我的心要求我回来。我欠

了塞维利亚球迷一笔债。还有我的祖父、我的父亲、普埃尔塔……我同样欠他们的。我想尽快把这些债还清。”

据西班牙媒体透露,为加盟自己成长的俱乐部塞维利亚,拉莫斯拒绝了来自沙特阿拉伯、美国职业大联盟以及土耳其联赛的邀请。其中沙特俱乐部吉达联合甚至为他开出了年薪700万欧元、为期两年的合同。对此,拉莫斯说:“有些东西是用金钱或任何其他东西都买不到的。当人们听从心的召唤、做出这一类决定时,这种决定永远是正确的。”

与此同时,拉莫斯还希望塞维利亚球迷能够重新接纳自己。“我想我曾犯下一些错误,因此我希望借这一机会道歉,并请求所有曾因为我的举动被冒犯的塞维利亚球迷原谅我。”

拉莫斯成长于塞维利亚青训体系,早在17岁时便在塞维利亚一队亮相。19岁那年,他以2700万欧元的身价转会皇家马德里,并在“银河战舰”度过了16年职业生涯,拿到包括5个西甲冠军、4个欧冠冠军、4座世俱杯在内的诸多荣誉。随后他又赴法甲球队巴黎圣日耳曼效力了两个赛季,并两次随队赢得法甲冠军。

## 中国篮协公布亚运会运动员名单

周琦因伤缺阵

新华社电 中国篮协4日公布杭州亚运会篮球、三人篮球参赛运动员名单。

五人制男篮:赵睿、赵继伟、程帅澎、胡明轩、张镇麟、崔永熙、曾凡博、朱俊龙、付豪、胡金秋、余嘉豪、王哲林。

此前在男篮世界杯期间受伤的周琦没有出现在名单中。记者从相关人士处了解到,周琦经初步检查诊断为腰椎间盘突出,具体伤情和治疗措施仍需进一步检查诊断。

三人制男篮:刘宇轩、赵嘉仁、周彦旭、卢鹏程。

五人制女篮:李缘、金维娜、杨力维、王思雨、李梦、张茹、潘臻琦、罗欣斌、李月汝、黄思静、唐毓、韩旭。

近两年,中国女篮在国际赛场表现不俗,先后夺得2022年女篮世界杯亚军、2023年女篮亚洲杯冠军。此次杭州亚运会,中国女篮仍以此前在国际赛场斩获佳绩的队员为主。

三人制女篮:陈明伶、陈玉婕、黄琨、万济圆。

作为上届亚运会的冠军得主,中国三人女篮能否蝉联冠军值得期待。

## 多项奥运文艺活动 将亮相“双奥之城艺术周”

本报讯(记者 盛丽)为展现“双奥之城”非凡历程和独特魅力,充分利用“双奥”遗产和资源,由北京市文化和旅游局主办的2023年北京“双奥之城艺术周”公共文化系列活动即将开幕,9月6日起,各项奥运文化艺术活动将在北京和张家口两地多个奥运场馆举办。

本届“双奥之城艺术周”主题为“双奥之城·艺术之美”,将依托北京独一无二“双奥之城”城市名片和首都文化艺术资源汇集优势,重点从艺术视角展示“双奥”成功

举办留下的丰厚奥运遗产,以旅游路线再次点亮奥运足迹,为新时代首都文旅融合发展繁荣增添新的风景线。

“双奥之城艺术周”将举办一系列丰富多彩、主题突出的奥运文化艺术和旅游推介活动。据悉,艺术周期间将在中华世纪坛举办《天下一家:双奥之城艺术周主题展》;国家速滑馆(冰丝带)和张家口国家冬季两项中心分别举办《魅力冰雪——设计文创作品展》《魅力冰雪——北京冬奥文化影像主题展》专题展。