

# “黑马”缘自拼搏

——专访山西男篮主教练杨学增



## 快打旋风

常规赛场均得分111.3冠绝联盟，2022年3月23日与上海队一战砍下151分创下本赛季CBA单场最高分，2021年12月28日与广东队的比赛命中23个三分球刷新队史纪录……本赛季，山西男篮创造了许多纪录，这些纪录体现了他们在赛场上的鲜明特点。

潮水般的快攻反击、密集的外线“三分雨”、一波接一波的进攻潮，山西队的比赛总给人以“小、快、灵”的印象。虽然有中锋葛昭宝坐镇内线，但他们很多时候并不愿意与对手落入阵地战，而是更多选择提速。更多的出手次数让山西队常常打出高分比赛，而酣畅淋漓的比赛风格也令他们收获了不少球迷的喜爱。

“与一些强队相比，我们队员的身体天赋不算出众，没有单打能力超强的球员，因此我们必须打出自己的特点与节奏。”杨学增解释说，“基于这样的考虑，教练组在赛季之初就为球队制定了‘跑轰’的核心战术，即在做好防守的前提下加强快速反击和转换进攻，打对手立足未稳，发挥自身的投射特长。”

“快打旋风”成功的背后是科学的技战术安排与球队管理。“例如在外援的选择上，我们根据球队一号位速度不够、缺少持球核心的实际，有针对性地签下费尔德。”杨学增举例道，“事实证明他非常适合球队的打法体系，在推动反击、串联球队、外线火力等方面为队伍做出很大贡献，自己也荣获CBA常规赛最佳外援称号。”

## 三军用命

四分之一决赛对阵夺冠热门辽宁队的第二场比赛，“三军用命”的山西队与强大的对手鏖战到最后一分钟，他们在前三节一直压制对手，直到第四节才被反超。当终场哨声响起，“弹尽粮绝”的山西队员眼中流露出骄傲与不屈，这是整个赛季球队精气神的缩影。

受困于人员配置，本赛季的山西男篮在比赛中常常只能采用8到9人的轮换阵容，其中包括多名30岁左右的老将。常规赛阶段，队中5名国内球员场均得分上双。在赛会制密集的比赛日里，所有人都在咬牙坚持，众人齐力将球队扛在肩上。

在一些山西队员口中，球队的成功源于16个字——“拼命地防，玩命地抢，勇于承担，敢于奉献”。而在杨学增看来，这样的球队氛围与凝聚力离不开日常的培养、锻炼。“从来到球队的第一天起，我就一直强调态度、纪律。”他说，“我们把每次训练、每场比赛都当作提高球员团队意识的机会，潜移默化地影响他们，让每个人都感到自己是球队的重要一员，每个人都愿意为队伍做贡献。”

“拿和辽宁队的最后一场季后赛来举例，我们虽然整体实力不如对方，但球员们都无惧对抗、敢打敢拼、上下一心，打出了自己的气势，也学到了很多东西。因此总体来说，我给队员们本赛季的表现打90分，为他们感到骄傲。”

## 困境中成长

本赛季开始前，山西男篮送走了明星外援富兰克林、莫兰德，主力阵容中的任骏威、刘冠岑和翟逸也先后离队，这让外界一度将山西队视为“鱼腩”球队。然而在重重质疑和挑战中，山西队却打出了近些年来最亮眼的表现，逆袭成为“黑马”，不少球员也在困境中加速成长。

张宁是杨学增眼中进步最快的球员之一。从上赛季一度因表现不佳被下放至青年联赛，到本赛季成为球队主力，并在季后赛舞台上大放异彩，这位25岁的大学生球员进步神速。“张宁最大的改变是打球更聪明了。我们一直告诉他‘要学会用智慧打球’。现在他在场上更加成熟，懂得利用节奏变换，而不是一味猛冲。”

杨学增告诉记者，日常训练中，教练组会根据每名球员的不同特点制定

以“黑马”之姿杀入季后赛，时隔7年再次闯进八强，四分之一决赛中力战辽宁队至最后一刻……山西男篮的2021-2022赛季CBA已经结束，但他们的神奇故事仍被球迷津津乐道。山西队主教练杨学增日前在接受新华社记者专访时表示，科学的战术、训练和顽强的拼搏精神是球队取得进步的关键所在。

相应的训练计划，以此来挖掘他们的更多潜力。“例如葛昭宝要着重加强力量和篮下的对抗，原帅会更多练习防守和持球。我们希望每个人都能更进一步地发展。”

杨学增与球员相处的秘诀是信任与沟通。“我会在球场上给球员充足的信任与机会，让他们能发挥自己的长处，同时我也会通过及时沟通了解球员的状态，帮助他们调节情绪、保持稳定。当每个人各司其职、默契配合，球队就能发挥出120分的战斗力，而队员也会在这样的环境中得到更好成长。”



山西队外援西蒙斯在比赛中

韩国羽球大师赛

## 何冰娇女单封后



在17日结束的2022年韩国羽毛球大师赛决赛中，中国选手何冰娇战胜队友陈雨菲摘得女单金牌，王懿律/黄东萍击败欧烜屹/黄雅琼夺得混双冠军。

上一轮淘汰2号种子、韩国名将安洗莹的何冰娇继续保持强劲势头，女单决赛中以21:14、14:21和21:9战胜头号种子、奥运冠军陈雨菲夺冠。

混双决赛中，中国组合王懿律/黄东萍以两个21:17战胜队友欧烜屹/黄雅琼夺得冠军。

其他三枚金牌都归属韩国。摘得男双冠军的是金基正/金沙朗，他们以21:14和21:16战胜中国组合刘雨辰/欧烜屹。

此外，全奕陈和金昭映/孔熙容分别战胜各自对手夺得男单和女双冠军。

## 7球大胜对手

## 波尔图提前锁定欧冠资格

葡超“领头羊”波尔图队16日晚主场7:0大胜到访的波尔蒂芒人队，赛后在积分榜上以9分优势领先排名第二的葡萄牙体育队，夺冠前景极为乐观。

本赛季联赛保持不败的波尔图队本场在第19分钟打破场上僵局。维埃拉左路传中，伊朗前锋塔雷米在禁区内中路倚住防守队员后左脚射门得分。第28分钟，波尔图队获得角球，利物浦旧将格鲁伊奇门前混战中抢点破门，攻入个人赛季首球。第34分钟，塔雷米将奥塔维奥赢得的点球罚中。第40分钟，小佩佩禁区前送出精妙助攻，无人盯防的埃瓦尼尔松右侧低射入网。半场结束时波尔图队以4:0遥遥领先。

易边再战，胜局已定的波尔图队换上了小孔塞桑和温德尔。塔雷米在第47分钟接维埃拉的传中甩头攻门，球弹地后入网，完成个人本赛季第二个“帽子戏法”，其联赛进球数也上升至18个。39岁的队长佩佩在第55分钟头球得分，连续第13个赛季取得进球。埃瓦尼尔松在第60分钟门前抢点得分，攻入波尔图本场比赛的第七粒进球。拿下本赛季最大一场胜利的波尔图队也成为继拜仁之后第二支提前锁定下赛季欧冠资格的球队。

同日，“升班马”维泽拉队客场0:1不敌排名垫底的贝伦人队，中国球员郭田雨在第83分钟代表客队替补出场。坐镇马德拉群岛的马里迪莫队4:0完胜博阿维斯塔队，喀麦隆前锋塔格上演“帽子戏法”。莫雷拉人队在一场保级大战中2:0击败通德拉队。