

女篮亚洲杯前瞻

中国女篮着眼长远



张子宇是中国队的“绝对高度”



韩旭(中)在对澳大利亚的热身赛上



杨力维在比赛中控球



中国女篮主教练宫鲁鸣

2025 国际篮联女篮亚洲杯于7月13日至20日在深圳进行,中国女篮以卫冕冠军的身份坐镇主场迎接挑战。洛杉矶奥运周期的第一项大赛,在力争好成绩的同时,让年轻队员得到大赛历练,队伍顺利进行新老交替,是摆在中国女篮面前更重要的任务。

两年前的澳大利亚,中国队在决赛中以两分险胜日本队,时隔12年再次捧起女篮亚洲杯冠军奖杯。经历了巴黎奥运会的失意后,中国女篮做出调整,老师宫鲁鸣于今年2月担任球队主教练。

时隔20年再掌中国女篮帅印,宫鲁鸣的带队思路是将思想教育、队伍管理与严格训练相结合。“其实都是有了成绩和荣誉以后,就容易出现训练和管理的问题。我们要认真吸取这些教训,把教育、管理、训练这‘三大法宝’抓好,让队伍能够一步一步地走下去。”他在接受新华社记者专访时说。

自4月集结以来,中国女篮先后在昆明和北京展开集训。为期四周的高

原训练期间,宫鲁鸣提出“万次投篮计划”,即每名队员都要完成近一万次的投篮任务,通过高强度、结构化的投篮训练,系统性提高投篮技术的稳定性和命中率。“海埂晒黑了皮肤,但磨砺了意志”——这是队员们对高原训练的深刻感触。

加强体能训练的同时,中国女篮注重训练的科学化管理,包括科学选材、科学制定训练计划、训练过程的科学监控、训练后的科学恢复,以及对训练效果进行系统总结和调整等多个环节。

在中国女篮集训名单上,既有杨力维、黄思静这些大赛经验丰富的球员,也有张子宇等多位潜力新星。进入新奥运周期,中国女篮面临着新老交替。宫鲁鸣表示,队伍组建之初就确立了老中青相结合的原则。他也坦言,平衡好力争佳绩与平稳过渡之间的关系,是令队伍“比较头疼”的事情。

“新老交替是有阵痛的,老队员的经验打法和新队员存在差异,集体项目要达到默契,是需要磨合的,而磨合是需要时间的。”他说。

在中国女篮阵中,18岁的张子宇备受关注。一年前在深圳,她在U18女篮亚洲杯上大放异彩,场均贡献35分、12.8个篮板,随队闯入决赛,并当选赛事最有价值球员。

2米26的张子宇与另一位中锋韩旭,一个具备绝对身高优势,另一个移动脚步灵活,两人不同的技术特点为中国女篮内线进攻带来了更多可能性。但与此同时,由青年队转战成年队,张子宇面临更激烈的对抗,这对其体能提出了更高要求。

后卫杨力维、王思雨和李缘随队多次征战大赛。锋线上,杨舒予突破犀利,罗欣械投篮精准,张茹防守出色,她们为球队提供了更多战术选择。

本届女篮亚洲杯,中国队与新西兰队、韩国队、印度尼西亚队同组。韩国队将是中国队在小组赛阶段的最大威胁,目前两队均12次夺得亚洲杯冠军,

并列成为夺冠次数最多的球队。韩国队中锋朴智秀和投手姜怡瑟是需要重点关注的球员,中国队需防范对手的快攻和三分球。

根据赛制,两支小组头名球队直接晋级四强,排名第二与排名第三的球队将交叉进行对决,争夺另外两个半决赛席位。考虑到整体实力和阵容深度,中国队获得小组头名的可能性较大。日本队和澳大利亚队身处另一小组,她们将是中国女篮在卫冕之路上必须要跨过去的坎。

中国女篮在过去近一个月时间里参加了六场热身赛,其中与日本队、澳大利亚队各交手两次,战绩为3胜1负。

在日本队的亚洲杯参赛名单上,高田真希、渡嘉敷来梦、宫泽夕贵等老将与中国队有过多次交手,其余队员也参加了近期与中国队的热身赛。作为亚洲杯上的老对手,两支球队彼此较为熟悉,球员临场状态将在很大程度上决定比赛走势。

澳大利亚队现世界排名第二,是本届亚洲杯参赛球队中世界排名最高的。本月6日在海口进行的热身赛中,在张子宇休战的情况下,中国女篮以63:76不敌澳大利亚队,遭遇今夏热身赛的唯一一场失利。澳大利亚队自2017年开始参加亚洲杯以来,在每届赛事中均登上领奖台。尽管惠特科姆、马格贝格尔等主力队员缺席本届亚洲杯,澳大利亚队阵中仍有乔治、伯恩等颇具实力的球员,她们的高强度对抗将给中国队带来很大考验。宫鲁鸣认为,与澳大利亚队的两场热身赛最有价值,未来中国女篮想要冲进世界前列,就必须适应这种高强度对抗。

展望亚洲杯征程,宫鲁鸣表示,首先打好小组赛,在此基础上再考虑半决赛和决赛,希望能坚持到最后。“我们会认真对待每一场球,也要学会认真总结。希望能够真正打好每一场比赛,发扬女篮的光荣传统,以及敢打敢拼、不畏强手、永不言败、坚持到底、永不放弃的精神。”

新华社深圳7月12日电

文体快讯

1957年版《骆驼祥子》
将再现舞台

舞台上,远处,城门楼子的剪影横亘天际,勾勒出老北京的旧日模样;近处,木窗灰墙围起一间极有年代感的平房,泼辣的虎妞正为了祥子与父亲刘四爷争吵、决裂——这段经典剧情出自家喻户晓的《骆驼祥子》。7月18日,作为北京人民艺术剧院“经典保留剧目恢复计划”的第二部作品,《骆驼祥子》将在首都剧场上演,以“绝对复刻”的方式再现1957年梅阡导演执导的版本。

目前,剧组已从排练厅转移到剧场,步入最后的排练,打磨灯光效果、服装化妆、观演距离等细节问题。

据京报网

杨瀚森开拓者首秀亮眼
数据全面得分上双

杨瀚森(上)在比赛中争抢 新华社发

新华社拉斯维加斯7月11日电 11日,中国球员杨瀚森在美职篮(NBA)夏季联赛迎来代表波特兰开拓者队的首秀,他首发出场拿下10分和全队最高的5次助攻,助球队以106:73大胜金州勇士队。

杨瀚森当天出场24分钟,司职中锋的他在场上扮演着高位策应和传导球的重要角色,并展现了自己从三分线外到篮下的多种攻击手段。防守时,他较好地完成了护筐任务,拿下3次盖帽、4个后场篮板和1次抢断。

开拓者队开赛后将很快进入状态,第一节结束时就将分差拉大到21分。杨瀚森在第二节以一次带球上篮得分,打开了自己的得分账户。赛后,他接受采访时表示,对于首秀,如果满分是100分的话,他给自己打60分,感觉还有许多需要学习和适应的地方。本场他有3次失误,被吹了6次犯规。

开拓者队官方球迷网站刊登的赛后分析文章祝贺本队和杨瀚森在夏季联赛取得开门红,并称赞说:“杨的首秀是成功的。他展现了自己的传球和护球能力,并完成了几次盖帽。这位大个子球员的笑容和他的臂展一样灿烂,而且他在与对手肢体对抗时无所畏惧。”

同时,这篇文章也认为,杨瀚森在三分球投射、进攻掩护和挡拆,以及一对一防守脚步方面,还有需要进一步提高的地方。

在6月的2025年NBA新秀选拔大会中,开拓者队用从孟菲斯灰熊队交易得到的首轮16号签选中了杨瀚森,他也成为继姚明(2002年状元)和易建联(2007年第6顺位)之后,第三位首轮被选中的中国球员。