

广工大首夺大学生篮球联赛桂冠

烟台籍主帅于广龙的篮球足迹



人们总期望见证以弱胜强的故事,就像篮球动漫电影《灌篮高手》里描绘的那样,湘北高中篮球队打败了常年冠军山王工业篮球队。在现实中,这一幕也上演了。18日晚,广东工业大学(以下称广工大)在第25届中国大学生篮球联赛男子一级联赛全国总决赛中,以87:83逆转曾夺得三连冠的卫冕冠军清华大学,夺得队史首个总冠军。

广工大夺冠,离不开每一名队员的努力,当然也离不开教练的临场指挥。广东工业大学篮球队的主教练于广龙是咱烟台人,他还获得了最佳教练员奖。于广龙1986年出生于莱山区初家村,2005年赴广东工业大学读书,入选校篮球队,2011年,任广东工业大学篮球队助理教练,2020年升为主教练。

YMG全媒体记者 孙朝军

没有包袱 轻装上阵

赛前我们心态都比较放松,进入总决赛我们的目标已经完成,我告诉队员咱们后面就是拼,不要有任何思想包袱。”

去年,在输掉总决赛之后,于广龙就说过,中国大学生篮球联赛现在也很难有常胜将军,“每个球队都会有各自的特点,也有各自独到的训练方法,我一直以来就没有觉得清华大学一定是高一个档次的球队,最终还是要看训练。”

不过,清华、北大拥有天赋更高的球员是不争的事实,他们在全国选材,优势明显,但拥有了好的天赋并不代表着就一定能够赢得冠军,就如于广龙所说,在大学阶段的训练包括球员在场上的战术执行力,才是球队成功的关键。

三分绝杀 情理之中

昨天清晨6点,于广龙就要和队员们赶回广州,上飞机之前,他接受了记者的采访。

谈的最多的就是这场决赛,这是两队连续第二年会师总决赛。去年,广工大以86:89三分之差不敌清华大学男篮。这一次,广工大没再让冠军旁落。

于广龙告诉记者:“针对去年队员们处理球失误过多的问题,我们今年做了改变。从全场防守、防守反击、传球路线上,从每个人的技术特点、位置变化以及如何夹击对方球员上,都做了一些改变。另外,我们这几年多多训练了外线的投射能力。”

如此说来,曾煜成的三分准绝杀

就在情理之中了,所练必有所成。于广龙说曾煜成是一个很好的投手,他比赛中的投篮也是基于平时训练的要求,在比赛中发挥出了水平而已。

于广龙说得轻描淡写,但事实上却惊心动魄。

前天晚上的比赛中,前三节战罢,广工大以64:63领先清华。末节,方佳晨和邹阳联手率领清华扩大优势,但陈国豪在比赛还剩2分23秒时篮下强打得手,帮助广工大追到只差两分。最后14秒,曾煜成命中关键三分,广东工业大学以85:83反超。随着陈国豪两罚全中,广工大成功“复仇”,登上中国大学生联赛之巅。

热爱篮球 得偿所愿

采访时,于广龙表示从小就特别喜欢打篮球,村里也经常举办篮球比赛。就读于初家小学时,他就和高年级的孩子打篮球。那时,有教练看他跑跳能力不错,就让他练习短跑,可他经常趁着教练不注意,就跑去打篮球了。初三时,教练看他练田径实在出不来好成绩,就放手让他去打篮球了。高中时,于广龙转入烟台三中,入选三中篮球

队,这让他如鱼得水。畅快的3年篮球时光,在篮球教练崔春勇的带领下,夺得过烟台市冠军,山东省比赛进入前八,要不是比赛中出现一些“插曲”,他们这批球员能打进全省前四,甚至会更进一步。

2005年,从烟台三中毕业的于广龙赴广东工业大学读书,入选校篮球队,在刘炜浩教练的带领下,于广龙和

队友们夺得3次大学生超级联赛冠军、1次大运会冠军,还在马来西亚举行的亚洲大学生邀请赛中夺冠。

随着毕业临近,于广龙选择了大学留校任教,辅助刘炜浩教练带队参赛。

记者看到一则发布于2018年6月11日的视频,于广龙说自己的梦想是希望能带领学校篮球队在全国比赛中取得好成绩。如今,他终于圆梦了。

采访到最后,记者提到烟台有很多正在学习篮球的孩子,日常学习中,如何更好地练好篮球呢?于广龙表示,一定要重视基本功的练习。很多篮球变向动作很花哨很好看,但实际上没用,在正规比赛中是很难用得上的。每天要做的就是反复练习运球、传球、熟悉球性,提升身体素质,储备好体能,这是在篮球学习中最为关键的。

双方的实力,还有比赛的环境、队员的心理状态等。作为教练,要想得很周到、很仔细,一旦队员出现情绪波动,教练要随时去把控,做好队员思想工作。比赛中,刘炜浩教练总是很沉稳冷静,也能敏锐地发现队员的异常,然后将问题掐灭在萌芽阶段,让队员以大局为重,以球队的发展和夺冠为重。

每个球员都个性十足,如何把这些拧成一股绳,是教练考虑的重中之重。

打好基础 避免花哨

大概七八年前,烟台三中篮球教练崔春勇曾告诉记者,于广龙打球脑子聪明,善于审时度势。

当初的球商高,转变成如今的临场指挥能力强。成长为教练后,于广龙感谢了很多——烟台三中的崔春勇教练、广工大的刘炜浩教练、广东宏远的王怀玉教练。是他们带队训练的经验帮助于广龙更快地成长起来。

在场上,影响比赛胜负的不仅仅是

体操亚锦赛落幕

中国队斩获8金2银3铜

新华社北京6月18日电 中国体操协会消息,在新加坡进行的亚洲体操锦标赛18日收官,中国选手张清颖获得女子平衡木和自由体操两项冠军,田昊夺得男子单杠冠军,尹德行收获男子双杠季军。

张清颖在女子平衡木决赛中以14.200分获得冠军,难度分6.200为所有参赛选手中最高。张清颖在自由体操决赛中仍然选择了全场最高的5.400难度分,并以13.233的总分夺金。

田昊在男子单杠决赛中以14.533的总分力压日本选手冈慎之助夺冠,两人分差只有0.167分。

尹德行在男子双杠决赛中以15.100分获得第三名,兰星宇排名第七,菲律宾选手尤洛、日本选手冈慎之助分获冠、亚军。

此前一个单项决赛日,中国队获得两枚金牌,兰星宇拿下男子吊环冠军;邱祺缘、左彤分获女子高低杠金牌和铜牌;苏炜德则获得男子自由体操季军。这样,加上此前获得的男女团体冠军以及女子个人全能的冠亚军,中国体操队在本届亚锦赛上总共斩获8金2银3铜。

“永远的中国队长”退役了

新华社大连6月18日电 “郑智,永远的中国队长!”日前,在中国国家男子足球队和缅甸队的友谊赛赛前,当郑智的退役仪式举行时,看台上的球迷打出了这样的标语,现场两万多名球迷也为郑智送去了热烈的掌声。

1980年8月出生的郑智,22岁就入选了国家队,在此后漫长的职业生涯里,他的名字逐渐变得熠熠生辉,他的足球故事也被球迷反复回忆。

如今,42岁的郑智结束了作为国脚的职业生涯,而在17年的国家队生涯中,他一共代表国家队出场108次、打进15球,是中国国家队历史上出场次数第五多的球员。他先后参加了2004、2007、2015和2019四届亚洲杯,2004年随队获得亚洲杯亚军。

“现在,我希望换另一种身份,以另一种方式去帮助队伍,争取完成自己球员时期没有完成的目标。”

郑智今后将以中国国家男子足球队助理教练的身份继续为国效力。

体坛简讯

●2023世界女排联赛中国香港站18日结束,在最后一场比赛中,中国女排在两度局分领先的情况下,2:3负于意大利队,遭遇两连败。

●18日,2023年ITF(国际网球联合会)国际网球巡回赛天津站比赛中,李喆和姚欣辛战胜各自对手,分别获得男子单打和女子单打冠军。

●英国名将穆雷日前于英国诺丁汉进行的男子职业网球选手协会(ATP)挑战赛赛中夺冠。36岁的他已连夺两个草场挑战赛桂冠,接下来还将在伦敦的女王杯上继续为温网热身。

●18日,西班牙队通过点球大战5:4战胜克罗地亚队获得2022-2023赛季欧洲国家足球联赛冠军,意大利队获得季军。西班牙队连续两届进入欧国联决赛,2021年他们决赛不敌法国,错失冠军。决赛中,西班牙队与克罗地亚队在常规时间和加时赛中均未能攻破对方球门,战成0:0平。