

做好自己 專注球場

▶王哲林(左)協助上海男籃再度躋身CBA季後賽4強。

資料圖片



▶王哲林去年中加盟上海男籃。資料圖片

信心十足

時隔12年再度闖入CBA(中國男籃職業聯賽)季後賽4強，上海男籃在本賽季聯賽中交出的這份出色答卷上，「隊魂」王哲林功不可沒。「一步一步走，走進季後賽，衝擊總冠軍，一直是我的最高目標。」接受新華社訪問時，上海男籃隊長王哲林給出了自己職業生涯的目標。



王哲林目標衝擊CBA總冠軍

王哲林在社交媒體上的名字叫「王哲林Change」。正如這個意為「改變」的英文單詞一樣，2021-2022賽季對於王哲林而言，一個「變」字貫穿始終。

2021年8月3日，王哲林離開了效力9個賽季的福建隊，奔赴上海。「一開始會有些不適應，但通過日復一日的訓練和溝通，很快就進入了狀態。」王哲林說。

滿意防守端提升

從常規賽數據看，本賽季王哲林在上海男籃場均出戰27.3分鐘，得到17.8分、8.4個籃板、1.7次助攻和1.6個封阻，三分球命中率達到了近4個賽季最高的40%。

比起進攻端，王哲林對自己防守端的提升更滿意一些，這主要歸功於主教練李春江，「我們的風格就是強調防守和反擊這一塊，首先你上去就要注重防守，他(李春江)對每個隊員都是一樣的要求。」

李春江也對自己的愛徒讚賞有加，「『大王』在隊裏是我們的『隊魂』，在系列賽的過程中非常努力。能

把全隊帶動起來，起到一個老隊員的作用，他做得非常好。」

在對決深圳與廣廈的兩個系列賽中，王哲林在場上的表現對得起教練的信任。搶籃板、卡位、捨身搶球、從後場運球殺向對方籃下。作為一名身高2米14的中鋒，王哲林將對勝利的渴望展現得淋漓盡致。

「這賽季能打進季後賽決賽，給了自己很大的信心，贏球的經歷，讓自己在心態上更加積極。」王哲林說。

回顧整個賽季，讓王哲林印象最深刻的，是一場場反敗為勝的經歷，翻盤的關鍵就在兩個字：團結。

「有些比賽上半場輸了近20分，下半場大家全力以赴去追回來，這樣團結拚搏的感覺非常棒。」王哲林說，「當比分落後的時候，教練組一直在強調團結和防守。大家沒有因為大比分落後就放棄，能堅持住我們的防守強度。」

來到上海男籃，是王哲林與名帥李春江的第一次合作。王哲林透露，訓練中，李春江指導會自己上手傳授隊員投籃姿勢與投籃技巧，一點點摳細節，「李指導的

投籃命中率很高，教練都這麼高，我們肯定要好好練習了。」

從最初的陌生到現在愈發熟悉彼此，王哲林和李春江給上海男籃注入了新鮮血液，也注入了團結與拚搏的底蘊。

「李指導說的技戰術內容總是很容易理解，聽他的在場上不會錯。」王哲林說。

面對雜音從容不迫

作為場上場下都受人關注的焦點人物，多年來圍繞王哲林的討論一直沒有停過。如今，「老將」王哲林面對雜音顯得更加從容不迫，他已然習慣了在外界的噪音中沉澱下來，用籃球說話。

「你沒有辦法讓所有人都喜歡你。

其實無論自己表現如何，這些聲音

一直都存在，我能做的，就是做

好自己，專注於球場，做好自

己的本職工作。」王哲林說。

王哲林小檔案

出生日期	1994年1月20日
出生地	福建省福州市
身高	2米14
效力球會	上海男籃
個人獎項	2013年 CBA最佳新秀
主要獎項	2015年 亞錦賽金牌

冀在東方體育中心亮相

縱觀整個賽季的表現，上海男籃年輕球員進步顯著，郭昊文、李添榮、戴昊3位「00後」初生牛犢不怕虎，在季後賽的舞臺大放光彩。這樣一支依靠整體和團隊、掌握不同戰術變化、沒有明顯短板的球隊，讓球迷對未來充滿信心。王哲林表示：「他們都是具備很高天賦的球員，場內場外，我們都會經常溝通，分享經驗。」

「不敵廣廈止步季後賽，進一步激起了王哲林對總決賽舞臺和總冠軍的渴望。」

「進入4強確實很興奮，這也是我職業生涯的第一次。賽季初，球隊的目標是進季後賽，現在完成了，但我和球隊都不會滿足和球隊都不會滿足比賽。」

「希望能夠早日恢復主客場賽制，希望更多的上海球迷能到現場來看球。」王哲林說。

王哲林對抗疫中的上海球迷發起倡議，希望大家保持良好作息，適當鍛煉保持健康，待疫情過後，在球場看看自己帶領上海男籃上演精彩的比賽。

港足踢高位壓迫戰術表現理想

【大公報訊】為備戰6月的亞洲盃外圍賽，香港足球代表隊昨天與港超球隊東方在將軍澳香港足球總隊訓練中心進行閉門友賽。港足主教練安達臣賽後表示，球隊在運

用高位壓迫防守戰術表現不錯，他將讓球員繼續練習這種踢法。

談及球員狀態，安達臣表示，球場關閉接近4個月後，球員狀態難以保持，目前狀態

大約達7、8成左右，在足總的安排下，球隊在亞盃外賽前有4至5個星期操練，故希望可以把球員狀態提升至9成甚至十足。

談到今仗友賽，安達臣表示，賽前已與球員操練一周，進行了高位防守、逼搶、快速攻守轉換、良好攻勢組織等戰術訓練，希望在密集訓練後看看球員在友賽中展示成果。他認為球隊在上半場表現不錯，下半場則開始疲倦。

對於最後一個星期本地訓練目標，他希望繼續在比賽中練習這種踢法。另外，5名傑志球員會在下周二加入訓練，希望他們能盡快融入球隊。港足將於下周三再踢友賽，在此之前，安達臣將繼續高強度訓練讓球員適應，並會在細節中繼續努力。



▶港足(右)昨與東方進行友賽。香港足總圖片



▶港足主教練安達臣向球員講解戰術。香港足總圖片

76人獨行俠同追成1:2

【大公報訊】據新華社報道：NBA(美國職業籃球聯賽)6日迎來季後賽的兩場對決。此前同樣以總比分0:2落後的76人和獨行俠回到主場，分別戰勝熱火和太陽，將各自系列賽總比分都扳成1:2。

祖爾艾比迪主場復出

因傷缺席了系列賽前兩場的祖爾艾比迪選擇在主場復出，他的回歸給76人打了一針強心劑。首節憑着夏登的出色發揮，76人以21:17領先。次節，76人乘勝追擊，一度將分差拉開到兩位數，此後熱火在占美畢拿的帶領下發起反擊，半場結束前他們將比分追至34:41。

下半場，雙方展開對攻，76人率先發力再次拉開分差，但占美畢拿很快予以回應，他連續上籃得分幫助熱火緊咬比分。末節，熱火遭遇「得分荒」，76人抓住機會打出7:0的小高潮，分差重新來到兩位數，此後熱火再難組織起有效反擊，最終76人以99:79取得一場大勝。

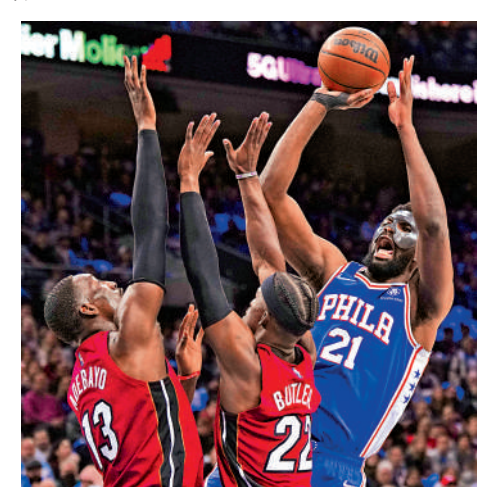
此役，祖爾艾比迪砍下18分、11個籃板，夏登得到17分、8個籃板。熱火方面，占美畢拿砍下33分、9個籃板。

回到主場的獨行俠同樣迎來背水一戰，首節他們在開局相對被動的情況下及時找回狀態，J賓遜獨得10分，幫助球隊取得29:20的領先。

次節，獨行俠始終保持着10分左右的優勢，直到節末，基斯保羅連得5分幫助太陽將分差追至7分。

易邊再戰，太陽進攻狀態依舊低迷，獨行俠則在盧卡當錫的帶領下轟出18:5的攻勢，一舉拉開比分。末節，太陽再次發起反撲，一度將分差縮小到9分，但獨行俠很快穩住了局勢，最終他們以103:94拿下一場關鍵勝利。

本場比賽，盧卡當錫砍下26分、13個籃板、9次助攻的準「三雙」數據，J賓遜貢獻28分。太陽的J高達砍下19分，迪雲布加得到18分。



▶76人球員祖爾艾比迪(右)進攻得分。法新社

阿爾卡拉斯首贏拿度

【大公報訊】據新華社報道：2022年馬德里網球公開賽6日展開男單半準決賽。在一場「新老交替」之戰中，西班牙的阿爾卡拉斯以盤數2:1擊敗同胞拿度，贏得「西班牙打吡」。祖高域則以2:0戰勝波蘭選手靴卡斯，攜手希臘的西西帕斯和德國的沙利夫晉級4強。

4強硬撼祖高域

為傷病所累，拿度面對後起之秀阿爾卡拉斯，顯得有些力不從心，雖然在先丟一盤的情況下頑強扳平，但還是以2:6、6:1、3:6輸掉比賽，無緣4強。這也是剛度過19歲生日的阿爾卡拉斯在其職業生涯中首次戰勝拿度。準決賽中，阿爾卡拉斯將遭遇頭號種子祖高域。

首盤開局，兩人展開激烈交鋒，互破對方發球局，但年輕的阿爾卡拉斯顯然表現更勝一籌，在第3局和第7局再度破發，先下一城。

次盤，不服輸的拿度在對手的首個發球局逼出3個破發點，但被阿爾卡拉斯一一抹殺。第3局，阿爾卡拉斯在比賽中摔倒並請求醫療暫停。回到球場後，阿爾卡拉斯的狀態大受影響，連丟兩個發球局，被拿度扳回一盤。

決勝盤中，阿爾卡拉斯恢復了此前的神勇。他牢牢抓住自己的發球局，並在第4局破發，一鼓作

氣贏得勝利。

賽後，阿爾卡拉斯難掩激動：「能夠在紅土場上戰勝拿度的球員不多，我很幸運成為其中一個，我非常開心。」拿度則對阿爾卡拉斯的勝利表示祝賀，他還肯定，這名西班牙「希望之星」已經具備了「戰勝全世界任何一名球員」的水準。

祖高域本輪面對靴卡斯，以6:3、6:4輕鬆取勝。比賽伊始，祖高域便破掉對手首個發球局，一路領先拿下第一盤。次盤，祖高域在第5局破發，並在第10局抓住機會終結比賽。



▶拿度(右)祝賀阿爾卡拉斯晉級。路透社