

張景胤（右）於2022年首戰亞錦賽，助中國男排獲得第三名。 網絡圖片

進攻出色 具拚搏精神

# 張景胤成中國男排新希望

## 中國男排崛起系列（2）

8月14日，在泰國佛統府進行的男排亞洲盃決賽中，中國男排以3比0橫掃日本隊，時隔10年再奪亞洲盃冠軍。有「小太陽」之稱的主攻手張景胤憑藉出色的進攻表現和關鍵時刻力挽狂瀾的發揮，榮膺本屆亞洲盃「最佳主攻手」和「最有價值球員」，成爲新一屆中國男排的進攻核心。

大公報特約記者 史玄之



### 張景胤小檔案

- 出生日期：1999年12月20日
- 出生地：江蘇省徐州市
- 身高：2米07
- 體重：80公斤
- 位置：主攻
- 技術特點：扣球點高、下手速度快
- 主要獎項：2022年男排亞洲盃冠軍

2020年初，主場作戰的中國男排在奧運會資格賽中鎩羽而歸，遺憾地與東京奧運會擦肩而過。

經過一番痛定思痛後，球隊從教練團隊到陣容組合進行了大幅度的調整，一批「98後」的年輕選手成為球隊的重點培養球員，肩負衝擊巴黎奧運會的重任。在這批年輕運動員中，身高2米07的主攻手張景胤被視為中國男排隊中最具天賦的希望之星，他的成長速度將在很大程度上左右中國男排在巴黎奧運會周期的前景。

1999年底，張景胤出生於江蘇省徐州市的一個普通職工家庭。與其他男排球員的成長之路不同，張景胤接觸排球運動時間很晚。2013年，張景胤在徐州清華中學讀書時才開始練習排球。練習排球時間晚，客觀上不利於張景胤練好基本功，但卻讓他的身體不至於因為經歷高強度的訓練而遭到過早的傷害。

天賦異稟的張景胤進步神速，練習排球1年後憑藉突出的身體條件入選浙江省青年隊，17歲進入浙江男排一線隊伍征戰全國排球聯賽。憑藉聯賽中的突出表現，在18歲時入選國家少年隊並成為球隊的頭號得分手，1年之後被中國男排外籍主教練勞爾·波薩諾看重，進入男排國家隊。代表國家隊征戰世界男排聯賽期間，張景胤多次替補出場表現優異，出色的彈跳能力讓他屢屢邁過高點進攻突破對方的高攔網。

正當人們對於張景胤的未來充滿希望時，2018年隨中國男排備戰世錦賽期間，張景胤訓練時出現了嚴重的腰傷。這次腰傷讓他中斷系統訓練一年多，也讓他與世錦賽、亞運會等大賽擦肩而過。雖然，他在奧運會資格賽前的全國聯賽中復出，但競技水平並未達到教練組的要求，這也讓他未能參加東京奧運會男排資格賽。

### 受傷復出表現突出

這次嚴重的腰傷讓張景胤意識到力量訓練和體能訓練的重要性。在傷後的康復訓練中，中國男排主教練兼浙江隊主教練吳勝專門找康復師為其制定康復治療方案，幫助改善其核心力量和體能。經過兩年時間系統的康復訓練後，今年世界男排聯賽中出現在人們面前的張景胤煥然一新，核心力量與之前相比有顯著提高。男排亞洲盃賽上，作為球隊的主要得分手，張景胤成為球隊關鍵時刻摧城拔寨的先鋒，率領中國男排連勝6場，時隔10年再奪亞洲盃冠軍。憑藉突出的表現，張景胤也在賽後被評為本屆男排亞洲盃MVP（最有價值球員），這也是他第一次在洲際大賽中榮膺此項稱號。



▲張景胤（左）在亞洲盃獲得最有價值球員及最佳主攻手獎項。 網絡圖片



Zhang Jing Yin

▲張景胤是中國男排目前的攻擊重心。 網絡圖片



### 「小太陽」備受粉絲歡迎

俊朗的外表、陽光的微笑、霸氣的扣殺，讓張景胤在場外擁有大量擁躉。青春燦爛的微笑、陽光開朗的性格，讓張景胤得到了「小太陽」的昵稱。男排亞洲盃比賽期間，每當鏡頭轉向張景胤時，現場的泰國女粉絲便會發出陣陣驚呼。起初還有些羞澀的張景胤慢慢適應了球迷的追捧，面對鏡頭聚焦時還故意擺出了假笑臉，顯示出其球場外頑皮的一面。

張景胤身高2米07，摸高在3米65以上，這在世界範圍內的主攻手中極為少見。由於男排隊中的主攻手要承擔球隊一傳、防守的重任，往往身高不會太高。而張景胤不僅是球隊的進攻核心，還須接三輪一傳，這對於他的全面技術要求很高。

原先張景胤的後排技術並不扎實，一傳和防守有很大漏洞，這也是他在2018年第一次入選國家隊後並未成為主力的原因。經過3年時間的錘煉，張景胤在後排技術上進步顯著，這除了得益於他日復一日的刻苦訓練，也和他排球天賦有關。不少排球業內人士認為，張景胤是近10年來中國男排主攻線上最具天賦的選手，如果能夠保持穩定的發展速度，極有可能成為亞洲最好的主攻手。

### 亞洲盃激發隊友反勝韓國

除了陽光的外表和精湛的球技外，張景胤在球隊遇到困難時展現出的霸氣，更為他的球星風範添上了濃墨重彩的一筆。今年男排亞洲盃準決賽上，中國男排大比分1比2落後韓國隊，第四局臨近局末時還落後對手3分，眼看要被韓國隊擋在決賽大門之外。危難時刻方顯英雄本色，張景胤連續幾次高難度進攻，幫助中國隊起死回生，在一場蕩氣回腸的準決賽中笑到了最後。每次關鍵球得分後，興奮的張景胤主動與場邊的教練和隊友擊掌，一聲聲仰天長嘯更激發了隊友的鬥志，張景胤用他的實際表現奠定了他在球隊中的核心位置。



▲中國男排於世界男排聯賽勝巴西後，主教練吳勝（左）與張景胤歡呼。 網絡圖片



▲張景胤（前）有不少粉絲。 網絡圖片



▲中國男排（藍衫）在亞洲盃決賽挫日本隊奪冠。 網絡圖片

### 最大目標出戰巴黎奧會

攻守兼備是對一名排球主攻手的基本要求，目前張景胤在進攻端已充分展現出實力，高點進攻是他主要的得分手段，但在一傳和防守上與世界一流主攻手還有差距。近幾年，張景胤針對自己一傳和防守上的短板嘗試了很多訓練方法，教練組有意為他增加了不少步伐訓練，讓他的腳下移動更快一些。從訓練效果上看，這些針對性的訓練取得了明顯效果。

張景胤在賽場上輪到後排時，已基本不需要教練

將其換下以彌補他的後排漏洞。然而，縱觀他在世界男

排聯賽和亞洲盃賽上的整體表現，他的一傳到位率並不

高。特別是當他在二號位反輪時須下撤接一輪一傳，由

於他又是球隊的主要進攻人，所以接一傳時還要考慮如

何上步進攻，無疑分散了他一傳時的注意力，這一輪

成為目前這支中國男排的明顯弱點。

張景胤身材較高，且有較嚴重的腰傷，在客觀上

對他一傳和防守時的下腰速度產生一定影響。若想成爲

一名世界級的主攻手，張景胤必須打磨自己的各項

技術，避免自己的弱點被對手抓住。

目前世界男排最高水平隊伍主要集中在歐洲，歐洲男排職業聯賽也是世界範圍內水平最高的男排職業聯賽。張

景胤憑着在世界男排聯賽上的

突出表現，

已有幾支意大利聯

賽的甲級球隊向他拋出

橄欖枝，而他本人也還能夠

得到在國外高水平球隊鍛鍊的機會。

對張景胤而言，赴歐洲職業聯賽打球

球一直是他的夢想，這不僅有助於在與世界高

水平選手的較量中提升球技，而且獨自一人在海

外打球也能提高他的綜合能力，讓他在各方面更快地

成熟起來。

如果說赴歐洲職業聯賽打球是張景胤的一個夢想，那麼率領中國男排奪得巴黎奧運會的入場券則是他近幾年最大的目標。與東京奧運會資格賽擦肩而過，未能在關鍵場次上為中國隊出戰，讓張景胤多少有些遺憾，而這些遺憾也將成為他在這個周期的動力，他希望自己能與球隊共同成長，一步一步扎實、堅定地走向巴黎奧運會，並在奧運會上展示最好的自己。



▲張景胤（左）在世界男排聯賽比賽中扣球。 網絡圖片