

逐步磨煉自己 變強才有機會

陳國豪勇闖CBA新天地

效力於北控男籃的CBA（中國男籃職業聯賽）狀元秀陳國豪在接受專訪時表示，他要繼續豐富自己、融入球隊，只有自己變強，才有更多機會。



▲陳國豪（右）在成都大運會代表國家隊出戰。

來自廣東工業大學隊的陳國豪在今年的CBA選秀中，於首輪第1順位被北控俱樂部「摘」走。

首階段比賽表現搶眼

在2023-2024賽季CBA第1階段比賽中，陳國豪場均出戰29.9分鐘，為球隊貢獻11.4分、5.8個籃板、1.8次助攻和1.2次蓋帽，表現搶眼。

陳國豪表示，自己第1階段的表現「中規中矩」，有些場次發揮比較好，有些場次沒有發揮好，還要不斷總結。

作為大學生聯賽的明星球員，陳國豪感受到了大學籃球和CBA聯賽的差異，在比賽強度、身體對抗、技戰術、球員能力方面都很不一樣。北控隊的教練和隊友都在幫助他融入球隊。

「一開始我也很不適應，通過教練慢慢指導，還有隊友之間分享經驗，才能融入得比較快。」陳國豪說，「我也會跟教練、跟隊友去溝通，去問該怎麼做得更好一點。」

對陣不同外援有得着

CBA聯賽跟大學聯賽的一個顯著差異是外援的存在。陳國豪說，外援讓自己感受到了實力方面的差距，跟外援對抗能讓自己漲球。在第1階段比賽中，每一場對陣的外援都有不同特點，自己都能從中學到。

陳國豪在大學生聯賽中具有較強的內線統治力，但他2米02的身高在長人如林的CBA聯賽就沒什麼優勢了，他也在適應位置上的轉變。

陳國豪說：「CBA畢竟平均身高方面還是比較高，不可能像大學那樣，想往裏打就往裏打，還是要更加豐富自己。」

他告訴記者，在訓練中他會加強投籃、傳球的訓練，努力提升自己的投射能力和策應能力。總體而言，他會保持在大學時期的優點，然後去改進一些技術細節。

最近幾年，越來越多的大學生球員在CBA闖出一片天。畢業於清華大學的曾令旭入選過國家集訓隊，畢業於北京大學的張寧也在三人籃球國字號隊伍打得風生水起。在被問到自己未來的目標時，陳國豪說：「我自己還沒有想那麼多。先在球隊一步一步地磨煉自己，（讓自己）更加豐富，更加強大，才有後面的一些機會。」

新華社



▲2023年CBA選秀大會「狀元」陳國豪（右二）、「榜眼」方佳晨（左二）和「探花」林彥廷（右一）合照。



▶陳國豪現效力CBA球隊北控男籃。

陳國豪小檔案

- 出生日期：1999年8月12日
- 出生地：廣東揭陽
- 身高：2米02
- 效力球隊：北控男籃
- 位置：大前鋒

港澳台球員亦可參加選秀

話你知

CBA選秀，與NBA（美國男籃職業聯賽）選秀類似，目的是為一年一度的CBA挑選新球員的盛會。在選秀大會上，各地的CBA球隊都可以挑選想加入CBA的年輕男性球員，被選中的球員則被稱為新秀。CBA選秀大會是中國籃球協會舉辦的一項重要活動。

參選球員來自中國大學生籃球聯賽（CUBA）、中國大學生體育協會推薦及港澳地區優秀年輕球員。參選球員的年齡需在18歲以上。自2020年起，CBA選秀大會引入了樂透抽籤規則。未能進入季後賽的CBA球隊都有機會獲得狀元籤，使得抽籤過程更加公平。

CBA近5屆選秀狀元

年份	球員
2023	陳國豪
2022	王嵐崧
2021	王翊雄
2020	區俊炫
2019	王少傑



奪大學聯賽冠軍回饋母校

打出佳作

出生於廣東的陳國豪在中學和大學時期參加了很多業餘賽事，也就是人們常說的「野球」。在廣東工業大學時，除了學校的比賽外，他在空閒的時候會盡可能多地打比賽，一年下來總共四五十場都不止。在大量的比賽中，陳國豪積累了豐富的比賽經驗。

「『野球』場可能要面臨各種各樣的對手，然後自己再去想應對的方式。『野球』場上的東西更加多樣化，我能從這些比賽中積攢經驗。」

跟陳國豪年齡相仿、少年時代經常交鋒的徐傑早早進入廣東宏遠俱樂部的梯隊，已經隨隊奪得過CBA冠軍。陳國豪從東莞四中畢業後選擇前往廣東工業大學發展，如今剛踏入職業聯賽。

陳國豪表示，當時選擇走大學籃球這

條路，因為東莞四中跟廣東工大關係比較密切，而且自己也想留在廣東發展。在他看來，通過選秀進入CBA的球員年齡普遍偏大一點，如果在大學比較受重視，在各自的學校裏得到的鍛煉機會比較多，也可以通過大學聯賽積攢很好的經驗。

堅定保持頑強拚搏

在去年夏天的中國大學生籃球聯賽決賽中，廣東工業大學隊力克清華大學隊，首次奪冠。陳國豪說，這既是對母校的回饋，也是對自己信心的提升。

「廣工培養了我們，最後也是用這個冠軍回饋了母校。這是一件非常值得驕傲的事情。那場比賽不僅是拿了一個冠軍，也是對我未來道路上信心的提升，讓我更加堅定了在場上打球要保持頑強拚搏的這股勁，希望能一直延續下去。」



▶陳國豪（左）在去年夏天領銜廣東工業大學隊，奪得中國大學生籃球聯賽冠軍。
▶陳國豪（左二）取得管理學學士學位。



曾令旭：大學球員征戰CBA成趨勢

全面發展

曾入選CBA全明星陣容的前大學生球員曾令旭表示，更多大學生球員在CBA立足是未來的趨勢。

最近幾年，包括張寧、王嵐崧、祝銘震、王睿澤、趙柏清在內的大學生球員被越來越多的球迷記住，大學生球員在聯賽中的存在感越來越強。曾令旭認為，在去年通過選秀進入CBA的大學生球員中，陳國豪是迄今為止適應得最好的一個。

曾令旭說：「從他（陳國豪）自己來說，他大學打過很多比賽，心智很成熟，打法也很硬。從所在球隊的角度來說，身邊有一個善於傳球的外援帶著他打。另外，他自己也身處一個網絡流量的年代，粉絲的支持也給了他足夠的底氣和信心。加上賞識他的教練和他自己低調、沉穩、努力、在場上不遺餘力的拚搏風格，種種因素合在一起讓他能很快適應CBA的節奏。」

36歲的曾令旭從清華大學畢業之後加盟

CBA聯賽，在佛山、山西、新疆等球隊征戰了11個賽季，入選過CBA全明星陣容，還曾入選杜鋒執教的中國男籃藍隊，是迄今為止在CBA聯賽發展最成功的大學生球員之一。

湧現越來越多人才

在曾令旭看來，在現有大學生球員中，同樣出自清華大學的鄒陽有很大發展潛力，「我認為目前這些人裏就潛力而言最大的是鄒陽，但能不能兌現他的天賦需要他自己去琢磨。如果他或者福建隊教練組只把他當做一個3D球員（以三分球和防守為主要任務的球員），那麼他基本上也就是CBA的主力。如果球隊和他有想法增加他的持球和處理球占比的話，他的上限是現有大學生球員中最高的。但上升空間對大學生球員而言也有不確定性，因為他們進入CBA時都在23、24歲左右，身體、技術基本定型了。」

曾令旭認為，越來越多的大學生球員在

CBA聯賽站穩腳跟的趨勢是不可逆轉的，他說：「我相信未來的趨勢就是大學生會湧現出越來越多的人才，在CBA甚至國家隊佔比大幅提升，這種趨勢不可逆轉。現在的父母不像以前了，大多數都希望孩子接受教育的同時再去堅持自己的熱愛，很難有父母把孩子從小就送到專業隊去了。」



▶曾令旭（右）曾入選中國男籃國家隊。