

收获信心 接轨世界

——专访中国男篮主帅郭士强

2025年亚洲杯硝烟已散，中国男篮在本届赛事上的精彩发挥给球迷们留下了深刻印象。中国男篮主帅郭士强在接受记者专访时表示，本届亚洲杯上，中国男篮收获了信心。要从低谷中走出来，中国男篮必须跟世界篮球的趋势和理念接轨。

必须跟世界篮球的趋势和理念接轨

本届亚洲杯上，中国队进攻犀利、运转流畅、外线精准的比赛风格让人眼前一亮。从结果上看，既击败了约旦队、韩国队等亚洲老对手，也在对阵强敌新西兰队和澳大利亚队的比赛中有上佳发挥。

郭士强表示：“去亚洲杯之前，大家可能不太看好新一届中国男篮。我们定下的目标就是拼每一场比赛，争取站在领奖台上。”

最终，中国男篮获得亚军，完成了赛前的目标。郭士强表示，队伍最大的收获就是自信心。“我在2024年刚接手国家队的时候就提出来，大家要提高自己的自信心。通过这次亚洲杯比赛，球员在场上打球更加自信了，这是巨大的收获。”

郭士强认为，中国男篮要从低谷中走出来，就必须跟世界篮球的趋势和理念接轨。他在讲述自己的执教理念时说：“第一个就是攻守平衡，每一个人要平衡，全队也要平衡；第二个是内外结合；第三个是快速反击、快攻要提速；第四就是要打团队篮球。”

郭士强告诉记者，大家看到中国队进攻更快，也是因为他对队伍提出了明确的要求。在研究了世界杯、奥运会等世界大赛数据之后，他为队伍制定了40分钟的比赛进攻出手次数要达到67至70次的目标。在本次亚洲杯赛中，有的场次中国队达到了这个目标，有的场次没有达到。

“这个目标跟中国队的攻防两端都是有关联的，如果防守不好，或者篮板球保障不好，或者进攻串联不好，这个目标都很难实现。”

在进攻提速的同时，郭士强也鼓励队员出了机会之后要大胆出手，并用“责任我来扛”来为球员们减轻压力。

“我在全队开会时说了，球员是我选的，战术是我安排的，比赛是我指挥的，球员在场上就是去执行去展示，有什么问题我去承担。我就想让大家去放开，不要有包袱，不要有压力，相信他们自己，相信我们这个团队。我非常相信他们，相信他们每个人。”郭士强说。

命中率排名第一的背后是主动加练

在本届亚洲杯赛中，中国队的投篮命中率、三分球命中率和罚球命中率均排名第一。郭士强透露，在这背后是队员们已经养成习惯的加练。

“所有球员都在主动加练，都是自发的，有的是在训练之前早来二、三十分钟，有的是在训练结束之后加练投篮、罚球。作为教练，我喜欢队员去加练，主要是强调主动性，也有一定的必要性。因为在正常训练课上投篮训练的比例占得少，那（量不够）怎么办？就只能课前课后自己加练。当然我也强调，必须在身体状态允许的情况下加练。”郭士强说。

在这次亚洲杯赛中，外界看到了一支既有凝聚力又有血性的队伍。郭士强表示，除了球员之外，教练员和辅助团队也有很强的凝聚力和战斗力。助理教练和体能教练既有国内的，也有国外的，团队中还有李昂这样有国外执教经验的教练，另外还有医疗组、科研组、录像分析组。“他们才是我们幕后的英雄。”郭士强说。

谈到幕后英雄，郭士强举了两位录像分析师的例子：“我们的两个录像分析师，在沙特的19天里，几乎没离开宾馆，只现场看了一场比赛，就是决赛（决赛是最后一场，赛后不用立即分析录像）。因为只要有比赛，他们就都要第一时间把对手情况分析出来。所以我也跟队员们说，我们要努力，让录像分析师在亚洲杯能踏实看上一场比赛。”



郭士强(资料图)

国家队大门永远向所有人敞开

本届亚洲杯，中国队未能以全主力阵容出战。周琦、张镇麟、曾凡博、杨瀚森、赵继伟、孙铭徽等球员因为各自原因无法出战，给郭士强的选人用人带来了相当大的挑战。

在亚洲杯12人名单公布时，外界有一些不同声音。然而，郭士强率领的教练组用一套并不完整的阵容打出了十分精彩的比赛，多名年轻球员有亮眼的发挥，他的排兵布阵也成为了球迷们热议的话题。

在选人用人方面，郭士强表示：“我们有自己的标准。第一个是根据对手情况，第二个是根据自己需要和球员特点。从第一天训练开始，我们会观察球员在每一堂训练课的表现，以及每一场热身赛的表现，然后最后来评价确定。”

在这支男篮队伍中，有几名球员并非传统意义上的“大牌球员”。对此，郭士强表示，名气与资历不是教练组的选人标准。“我上任时就说，新一届国家队大门永远向所有人敞开。不管是职业的、体制内的、还是青年队的、大学的、还是海外球员，只要你能达到国家队选球员的标准和要求，都行。”

充分研究对手，才能做到遇强则强

这次亚洲杯决赛的过程出乎了很多人的意料。面对此前几场比赛全都大比分取胜的强敌澳大利亚队，中国队以1分惜败。郭士强表示，中国队在赛前充分研究了对手，才能做到遇强则强。

“赛前我跟队员讲，对手虽然强，但他们也有弱点。首先，前5场比赛他们没有遇到困难，所以在比分咬住、局面焦灼的时候，我们会有优势。第二，他们有一些球员有弱项，有两三名队员个人防守不是很好，我们要抓住他们的弱点。如果我们能把准备会上的要求执行好，跟他们打会有机会。”郭士强说。

比赛的进程印证了郭士强的判断，胡明轩最后一投的战术是在训练中演练过的，比赛时也执行得很好，只可惜最后差之毫厘。

郭士强表示，对阵新西兰队和澳大利亚队的比赛，对于中国队未来面对欧美强队有着很强的借鉴意义。

他说：“新一届中国男篮以后要多找欧美强队来打比赛，这对我们中国男篮的提升和进步有好处，也是跟世界强队缩短差距的最好方式。亚洲杯只是奥运会备战周期的短期目标，我们还有中期目标比如亚运会，最终目标肯定是打好2027年世界杯，拿到2028年奥运会入场券。接下来我们还是要踏踏实实训练，抓好队伍建设，一步一个脚印走下去。” 据新华社

市第十二届残运会开始报名

本报讯（记者 李国栋）8月20日，记者从潍坊市残联获悉，为丰富残疾人的精神文化生活，展示残疾人自强不息、奋勇拼搏的风采，搭建交流竞技的广阔舞台，潍坊市残疾人联合会将于10月中下旬举办潍坊市第十二届残疾人运动会，现在开始报名。

本届残运会设置竞技项目：田径、游泳、乒乓球、羽毛球、举重，大众项目：中国象棋、飞镖。潍坊市残联诚挚邀请全市符合条件的残疾朋友积极报名，加入到这场展现自强精神、共享体育欢乐的盛会！具体报名事项请联系各县市区残联。

2025年全国海岸赛艇

沙滩冲刺公开赛(第三站)落幕

潍坊籍运动员朱文洁夺冠

本报讯（记者 付东升）2025年全国海岸赛艇沙滩冲刺公开赛（第三站）于8月15日至17日在河北省秦皇岛市举行，潍坊市体育运动学校培养输送到山东省队的朱文洁斩获女子单人桨板冠军。

朱文洁的体育生涯始于2014年，经李伟华教练推荐进入潍坊市体校，师从汪振吉。经过刻苦训练，她的成绩稳步提升：2018年山东省第24届省运会，她与队友合作获得女子1000米双人皮艇第一名，并获得2000米单人皮艇第二名；2020年，获得全国皮划艇锦标赛女子500米四人皮艇第二名、世界皮划艇马拉松暨亚洲锦标赛第一名……她之后转为赛艇项目，此次代表山东队摘得冠军。