

四强席位确定,2020赛季中超联赛争冠进入白热化——

# 狭路相逢勇者胜

■秋 锦 本报记者 马晶

## 长镜头

随着江苏苏宁击败重庆当代,本赛季中超联赛四强席位也随之产生——广州恒大、北京国安、上海上港、江苏苏宁。巧合的是,本赛季的四强同样也是上赛季联赛积分榜的前四名。

其实早在本赛季中超联赛开赛前,广州恒大就被看作是夺冠的最大热门,上海上港和北京国安同样有冲击冠军的实力。尽管今年的中超联赛采用了赛会制,但四强与去年完全相同,也从一定程度上说明了中超联赛的总体格局并未改变。

纵观四支球队的晋级过程,除了广州恒大以8比1轻松淘汰河北华夏幸福之外,其他三支球队在晋级路上都遇到了不小的挑战。

在中超四强中,北京国安的晋级过程最为艰难。面对老对手山东鲁能,他们险些折戟。在两队首回合的比赛中,北京国安在0比2落后的情况下顽强地将比分扳为2比2。次回合,北京国安又是在落后的情况下依靠张玉宁的梅开二度才以2比1取得胜利,总比分4比3淘汰山东鲁能,艰难地拿到了一张四强门票。

而在争冠组的几场比赛中,最精彩的非上海德比莫属。尽管在最近的一个赛季中,上海上港凭借强大的外援阵容,经常在德比战中取得压倒性优势。但在这轮系列赛中,实力占优



的上海上港经过210分钟的鏖战,最终通过点球大战才艰难地淘汰上海申花,抢到一张四强门票。在首回合的比赛中,上海申花凭借门将曾诚和后卫姆比亚的神勇表现,力保城门不失,上海上港在全场控球率接近70%的情况下没能取得进球,一场0比0的平局也让悬念继续保留。次回合的较量中,上海申花主动出击,转守为攻,射门次数是对手的两倍,逼得上港门将陈威多次上演精彩扑救,甚至加时赛时上海申花还有绝杀的机会。

接下来,上赛季联赛的冠军广州恒大和北京国安将争夺一个决赛名额,上海上港和江苏苏宁则力争另一张决赛的入场券。

即将开始的京穗大战被不少球迷看作是提前上演的决赛,近年来几次碰面,两队互有胜负。上赛季以2分之差与联赛冠军失之交臂,本赛季北京国安在开赛前就喊出了夺冠的口号。锋线上,巴坎布独揽中超射手榜,张玉宁也屡有进球入账。中场方面,奥古斯托和比埃拉两名巴西国脚的串联让北京国安的进攻十分流畅。对手广州恒大表现同样不俗,作为球队中场核心,保利尼奥在16场比赛中贡献了10粒进球和4次助攻,进攻效率惊人。此外,

由塔利斯卡、费南多和韦世豪组织的攻击线更是不可小觑。此番再度相遇,对于这两支志在夺冠的队伍来说,必将是两场硬仗。

相比于激烈的京穗对决,上海上港和江苏苏宁的比赛同样充满玄机。两队在历史上曾有14次交锋,上港以8胜2平4负占据绝对优势。两队交手,上港最大的优势就是外援能力更加出色,在穆伊顶替艾哈迈多夫之后,球队的实力更上一层楼。但球队近期的状态有所下滑,在刚刚过去的上海德比中,上港球员的体能消耗十分巨大。同时,上海申花在比赛中对上港几名强力外援的限制也给江苏苏宁提供了一个很好的范例。事实上,江苏苏宁的实力同样不俗,他们在攻防两端的实力均衡,前场有埃德尔和特谢拉,吴曦和谢鹏飞在中场进行串联,后场的李昂和米兰达也十分稳健。在第一阶段的比赛中,他们还曾以2比1战胜了实力强大的广州恒大。连续两个赛季闯入四强,江苏苏宁证明自己并非弱旅,对阵实力强大的上海上港,他们也并非毫无机会。

随着四强席位的确定,本赛季中超联赛的争冠大戏也进入了白热化的阶段。狭路相逢勇者胜,在这个特殊的赛制之下,四支球队都有机会争夺最终的冠军,究竟花落谁家,让我们一起拭目以待。

左上图:北京国安球员张玉宁(前)在比赛中庆祝进球。 新华社发

# 规则面前,人人平等

■张亚杰

## 体谈

绿茵场上一球成名的故事并不鲜见,但是一个赛季只赢一场,却能成功晋级,这样的故事可谓百年难得一遇。然而,这样的稀罕事儿就在2020年中超赛场上演了。

天津泰达,本赛季由于多重因素导致表现不佳,在第一阶段的14场比赛中取得3平11负的战绩,仅积3分在苏州赛区排名垫底,是降级的大热门。天津泰达在第一阶段比赛中不仅追平了中超联赛的最长连败纪录,也不断刷新自己的队史最差战绩,他们甚至比大连赛区的一名河南建业还少3分,很多球迷都认为他们已提前锁定了一张2021赛季的中甲门票。

不过,论保级能力,天津泰达在中

超绝对是独一份。几乎每个赛季都在保级,却总能涉险过关,“保级专业户”绝非浪得虚名。

天津泰达的保级对手是深圳佳兆业。上赛季不幸降级的深圳佳兆业由于天津天海的退出才得以替补留在中超,在冬歇期他们经过大肆招兵买马后实力大增。在2020年中超联赛的第一阶段,深圳佳兆业直到最后一场依然有着晋级争冠组的希望,可惜功亏一篑,成为了大连赛区的第5名,来到了保级组。

两支球队的现状和实力可谓是天壤之别,但在足球场上一切皆有可能。加快引援,补强阵容。王宝山接手天津泰达之后,很快从上海上港买来了艾哈迈多夫加强中场的梳理能力,然后又花费550万欧元从葡萄牙豪门波尔图队买来了前锋苏亚雷斯,在锋线上继续补强。此外,他们还从上海申花租借来了后卫蒋圣龙。这几位球员在这两场

保级生死战中都发挥了关键的作用。改变战术,加强防守。第一阶段,天津泰达14场比赛打进8球,丢了30球,场均丢2球,如此惨淡的防守让天津球迷胆战心惊。而对手深圳队的攻击力不俗,于是间歇期天津泰达主教练王宝山一直在憋着一个大招——变阵五后卫。很显然,深圳佳兆业的主帅小克鲁伊夫没有料到这一手,结果两场比赛普雷西亚多和郜林两名前锋都被对方的三名中卫看得死死的,基本没有获得什么射门机会。

认清形势,团结拼搏。在间歇期,王宝山让天津泰达队员练得最多的就是冲刺跑和体能,提升球员的体能水平和拼抢意识。正因如此,在对阵深圳队的两场比赛中,天津泰达球员全场紧绷,高位逼抢,让对手感到非常不适应。即便是在第二回合深圳队先进一球的情况下,泰达全队依然咬牙坚持,

顽强防守并积极拼抢,最终成功扳平比分,顺利上岸。

有球迷戏言,天津泰达是一年赢一场,一场顶一年。

一个赛季只赢一场的天津泰达,成为保级组第一支确定下赛季留在中超的球队,这是他们正视问题、超越纠错、艰苦努力、团结拼搏的结果。

2020赛季是特殊一季,赛制与众不同。联赛第一阶段分为两组,每组前四名进入争冠组,后四名进入保级组;第二阶段采用两回合淘汰赛的方式进行比赛。正是这种特殊的赛制造就了天津泰达16场比赛仅赢一场保级的神奇事儿。

至于说不公平,其实有点牵强。抱怨的总是受伤的一方,但规则早在赛前是双方都明确和知悉的,是得到16家俱乐部的共同认可的。

天津泰达只赢一场就保级,是凭借足球场上的表现踢出来的,并没有依靠其他手段来完成保级任务。如果球迷没有看到天津泰达球员和教练为此付出的努力,这让他们恐怕也是不公平的。

当然,这个规则本身是否合理,是否科学,则是另一个话题。正如天津泰达主帅王宝山所言,“规则不是泰达定的”。规则面前,人人平等,不论输赢,都应该坦然接受。

## 聚议厅

举重,虽然在老百姓中的普及程度不高,但作为奥运会中最古老的项目之一,比赛一直非常精彩,备受观众欢迎。举重,或许也是最容易看懂的比赛之一,规则一目了然,运动员用双手将杠铃举过头顶,以举起杠铃的重量作为评判胜负的依据。

很多人都以为举重是一个力量活儿,其实在举重运动员和教练员的眼中,举重更是一门技术活儿。一位老教练时常将这句话挂在嘴边:“力量是基础,技术才是关键。”

诚然,举重一直对技术动作的细节要求非常精准,比如发力点往前一点或者往后一点都不行;发力时间不能提前,同时也不能向后顶髋。力与美,在举重台上演绎激情碰撞。

中国举重队一直是传统强队,在奥运会、世锦赛上有着出色的发挥。近些年,中国举重处于新老交替的过程中,成绩有所起伏。在里约奥运会上取得5金2银,发挥中规中矩,本期待在东京奥运会上冲击更好成绩,不料比赛延期给运动员的备战带来了不小的影响。

长达10个月的时间,没有任何比赛,这对于运动员的备战来说,绝不是个好消息。于是,姗姗来迟的2020年全国举重锦标赛就成了国手们的练兵场。

2020年全国女子举重锦标赛暨东京奥运会模拟赛于10月16日至19日在湖南邵阳市体育中心举行。今年的全国女子举重锦标赛共有31支代表队的216名选手参赛,比赛规模和激烈程度达到近些年国内赛事的最高水平。其中中国女子举重队的主力队员悉数亮相,她们不仅面临来自各省队精英选手的挑战,同样也要面对自己状态如何调整的难题。

除因伤缺席的队员,共有13名国家队队员回到各自地方队出战7个级别的比赛,然而她们的表现却让主教练张国政喜忧参半。

首先,成绩难言出色。国家队的13名队员中有5人总成绩未进前三名,甚至有些级别国家队的“双保险”被“00后”年轻选手完胜。好在李雯雯、邓薇、汪周雨三人包揽了所在级别的3枚金牌,展现出了国家队选手的实力和水平。“希望通过这次比赛,国家队队员能真正看到不足,看到自己的问题。”主教练张国政说。

其次,稳定性一般。在举重比赛中,每个人只有6次试举机会,因此每一次试举都非常重要。2019年巴提雅雅举重世锦赛上,中国女子举重队拿到5枚奥运级别的总成绩金牌,取得如此佳绩的主要原因就是试举成功率和稳定性有保障。但在这次全国举重锦标赛上,不少队员的成功率都只有三四把,这样的成功率放到奥运会上显然很难去争金夺银。据统计,13名国家队选手中仅汪周雨6次试举全部成功,8人试举失败3次,6人开把皆遇黑。这对于一向重视成功率的中国举重队而言,如此表现确实有些让人难以接受。

当然,全锦赛也有收获。本届赛事,两名19岁小将崭露头角,实现华丽蜕变。广东队71公斤级选手彭翠婷举123公斤的成绩超世界纪录,总成绩254公斤获得亚军。首次登上成年赛场的湖南队小将罗诗芳在59公斤级比赛中,以抓举103公斤、挺举130公斤和233公斤的总成绩力夺三金。但是由于国际举联的新规,运动员必须在奥运周期内至少参加六次奥运资格赛才能出现在奥运赛场,因此这些年轻选手作为“黑马”参加东京奥运会的梦想已然不可能实现了。

但是,国家队的大门对所有人敞开。“有可能会暂时抽调一些好苗子来国家队。”张国政直言,她们是中国举重的未来。

# 举重,力与美的碰撞

张 伟

最后,心理压力偏大。运动员在赛场上拼力量,也比心理。在压力面前,如何更好地去应对,这是一门学问。谁能处理得好,谁胜出的机会就大,这是毋庸置疑的。“由于长时间没有比赛,大家的比赛感觉、掌控力、心理调节能力肯定有所下降。”张国政说,“这次比赛暴露出的许多问题还需要我们去思考,并在接下来的训练中去想办法解决。”

当然,全锦赛也有收获。本届赛事,两名19岁小将崭露头角,实现华丽蜕变。广东队71公斤级选手彭翠婷举123公斤的成绩超世界纪录,总成绩254公斤获得亚军。首次登上成年赛场的湖南队小将罗诗芳在59公斤级比赛中,以抓举103公斤、挺举130公斤和233公斤的总成绩力夺三金。但是由于国际举联的新规,运动员必须在奥运周期内至少参加六次奥运资格赛才能出现在奥运赛场,因此这些年轻选手作为“黑马”参加东京奥运会的梦想已然不可能实现了。

但是,国家队的大门对所有人敞开。“有可能会暂时抽调一些好苗子来国家队。”张国政直言,她们是中国举重的未来。

# CBA联赛本土球员迎爆发

■文 元 本报记者 仇建辉

在CBA的江湖中,一直流传着一句话,“得外援者得天下”。不过,在本赛季情况似乎发生了很大的变化。

新赛季伊始,本土球员便迎来了属于他们的大爆发。孙铭徽、周琦和郭艾伦等本土球员在得分榜上名列前茅。在场均得分最高的前20名球员中,只有托多罗维奇、哈里斯、弗雷戴特、摩尔等5名外援,其余15人均是国内球员。诚然,这与新赛季的外援政策变化有着较大的关系。但不得不说,本土球员们的进步同样有目共睹。

本土球员的爆发,从新赛季的首场比赛日就开始了,当天浙江队的主力后卫吴前便让所有人都大吃一惊。

10月17日晚,全国篮球迷的目光都聚焦在浙江诸暨,新赛季CBA联赛在此正式拉开帷幕。那原本是属于广东男篮的冠军之夜,但却成为了吴前一个人表演的舞台。在33分钟的出场时间里,吴前疯狂地砍下了39分外加14次助攻,让比赛彻底成为了他的个人秀。最终,浙江队以138比113大胜卫冕冠军,让卫冕冠军遭遇开门黑。

就连广东队的主教练杜锋都在赛后赞叹吴前的精彩表现,“吴前是一名非常踏实、低调、努力的球员,我们全体球员都应该向他学习,去踏踏实实打好每一场比赛,去练好每一堂课,去尊重每一次触球的机会。”

吴前的精彩表现,其实只是本土球员爆发的一个开始。随后,浙江的另一

支球队广厦阵中也有本土球员迎来高光时刻。当后卫孙铭徽在与上海队的较量当中攻下41分7助攻7抢断。第三个比赛日,辽宁队的郭艾伦同样不甘示弱,他在与天津队的比赛中仅用半场便拿下了25分,整场比赛合计贡献39分外加10次助攻。这三大后卫的表现令球迷们大呼过瘾,但当时更多人依旧认为这只是惊鸿一瞥,殊不知本土球员轮番爆发才是本赛季开局阶段的主旋律。

外线射手们打得风生水起,内线球员们也同样在球场上如鱼得水,拿出了超群的表现。王哲林连续得分上双,周琦化身全能战士,浙江广厦中锋胡金秋的表现也丝毫不逊色于队友孙铭徽。

CBA国内球员缘何会突然爆发? 蓦然回望,爆发的种子,或许早在三年前就已埋下。

2017年,姚明开始担任中国篮协主席。在他上任之后不久,有关国家队的改革方案随之问世。姚明决议将国家队一分为二,分别由李楠和杜锋带领,也就是我们后来常说的“红蓝两队”。虽然中国男篮在本土举行的男篮世界杯当中表现一般,但红蓝分队的模式却挖掘出了不少年轻的潜力新星,现如今他们都成为了CBA赛场上的佼佼者。

年轻人,需要努力,但更需要成长的沃土。唯有如此,方能促进他们快速提高自己的能力和水平,最终在更大的舞台上绽放光芒。



近日,新疆“胡杨勇士杯——沙雁洲越野挑战赛”在阿克苏地区沙雅县鸣枪开赛,本次赛事吸引了逾百名越野爱好者参加。参赛选手须先骑行完成约19公里的赛段,然后开启约10公里的越野跑定向赛。图为越野爱好者骑行在新疆阿克苏地区沙雅县的胡杨林间。

新华社发

