

赛前准备充分,赛中临场指挥沉着,知己知彼,百战不殆

中国女排一局不失有秘诀

本报记者 杨渐

4场比赛,一局未失,中国女排以一波四连胜迎来世界杯赛场的完美开局。

中国女排的表现,征服的不仅是场下的观众,还有隔网相争的对手。俄罗斯队主教练布萨托在0:3败给中国女排后,这样说道:“中国女排打得毫无缺陷,堪称完美。她们的水平比我们高上一截,给我们上了一课。”

从不打没有准备的仗

其实,中国女排的每一场胜利,都是靠着充分准备赢下来的。每场比赛前观看对手录像,并在备战中进行针对性的训练,这是中国女排一贯的传统,这次世界杯也不例外。

在首场比赛,对阵韩国前,中国女排不仅研究透了对手,还提前去比赛场馆进行了适应性训练。这样到了比赛时,中国女排不出意外的完全掌握住场上局势。

对阵俄罗斯,更是这样,郎平在赛后采访中,“今天的比赛我们还是做了很充分的准备,特别是发球和一传环节,这算是一个重点,因为俄罗斯队网口高度很高,如果我们提升了一传的质量,我们就可以打的快一点。”

郎平之所以强调发球,是因为俄罗斯队的发球战术,很有迷惑性。每次发球前,俄罗斯队都会派多名队员站在网前,伸出手臂来遮挡中国女排的视线。

自由人王梦洁赛后说,针对俄罗斯队发球阻挡视线的策略,全队在训练中做了充分准备。“男教练们站在网前,模仿俄罗斯队,这使得我们在比赛中不会感到不适应。”

正是靠着这一场场赛前的充足准备,中国女排才能在4场比赛中做到一局未失。

准备充分才能应对自如

竞技比赛,总会伴随着各种意外,此时教练员的临场指挥就显得很重要,郎平在这方面的经验想当丰富。

首场对阵韩国的比赛,中国女排一度打得有些“小纠结”,队员们对球场的空间感和传扣间的节奏还没能适应。这些问题,场边的郎平看得一清二楚,她时不时地大声呼喊,提醒队员“跳得慢一点”,多注意细节。

这样的临场指挥,在第二场对阵喀麦隆的比赛也能看到。由于对手实力相对较弱,郎平派出了一套全替补阵容出战,不过年轻队员的临场反应不足,遇到喀麦隆这种“不讲道理”硬打的队员,显得有些慌乱。特别是第三局,更是一度被对手打了7:1的开局,见此郎平马上叫了暂停,换上了主力队员丁霞和龚翔宇,成功稳住了局面,一波带走了对手。

昨天在对阵多米尼加时,意外再次发生。龚翔宇在防守救球时不慎与李盈莹相撞,手指被戳伤。场边的郎平果断地换上张常宁,让她客串起接应。这个换人的效果很快也体现出来,一次进攻中张常宁跪地将对手扣球防起,站在网口附近的朱婷原地起跳,反手一记扣球得分,遏制住了对手的反扑。



郎平在比赛中的临场指挥经验丰富,让女排多次化险为夷。

石宇奇一轮游有内幕,只为三千积分

本报讯 昨日上午,2019年中国羽毛球公开赛在常州继续举行,中国男单一号主力、世界冠军石宇奇伤后首次复出,仅短短15分钟,就0:2脆败在队友陆光祖拍下。这让对石宇奇满怀期待的羽毛球爱好者大为失望。赛后记者了解到石宇奇出战的一些内幕:石宇奇脚伤虽已痊愈,但竞技状态还没处在最佳,象征性上场,主要冲着3000个奥运积分去的。

根据世界羽联的规定,今年4月底至明年4月底期间举行的各别国际和洲际赛事均为奥运积分赛事,运动员在不同级别赛事获得不同名次均会获得相对应的奥运积分。

此次中国公开赛与全英、印尼两站比赛都是世界羽联的超级1000赛事,冠军可获得奥运积分12000分。所以这次中国队倾尽全部队员出击抢分,石宇奇就是为了抢分来的。

据一羽毛球名宿透露,中国公开赛赛事级别较高,只要石宇奇能够参赛,即便首轮失利,也可以获得奥运积分3000分,这将一定程度缓解石宇奇紧迫的奥运积分形势。

从今天的比赛进程看,石宇奇与陆光祖之战有点像走过场,石宇奇全场仅得14分,在江苏家乡父老面前败下阵来。但通过这次比赛,石宇奇拿到了3000个奥运积分,这是他首场复出战的最大收获。

本报记者 陈学东

知名装饰

伟杰装饰 先装后付 品质保证 个性半包 精装全包
真材实料 一线品牌 卓越设计 优质施工
厨卫翻新 整屋刷新 家装别墅 商铺办公
专业设计施工16年 15306599028

分类广告

订版热线: 0571-85310536 85311120

杭州界内电子商务有限公司遗失浙江省行政事业单位(社会团体)资金往来结算票据(302)两份,号码 1158491832、1158491833,特此声明。

写字楼

出售城站香榭大厦写字楼184.05m²;凤起路住宅99.55m²;现代雅苑143.83m²;北景西苑车位20.9m²,13805728521、15381039682

遗失

张唐道(42098120020108002X)不慎遗失报到证,证号:201945470052,声明作废。

招商合作

快递公司转让全部经营权及设备19906735275刘先生

收购

买卖二手注塑机13605896652

<p>中宏保险遗失“纳福人才计划”6份,编号20190214525;20190204230;20190203916;20190204354;20190203980;2190214433 遗失“营销员代理合同”1份,编号20190104231 遗失执业证书02003133050080002018000196 02003133050080002018000694 02003133050080002018000750 02003133050080002018001222 02003133000080002018005897 02003133000080002016004325 02003133000080002017000859 02003133000080002017002395 02003133000080002017003724</p>	<p>02003133000080002017003812 02003133000080002018002593 02003133000080002018004337 02003133000080002018006159 02003133000080002018006062 02003133000080002018006175 02003133000080002019000653 02003133000080002019000758 02003133000080002019000967 02003133000080002019001390 02003133000080002019001236 02003133000080002019001156 02003133000080002019001531 02003133000080002019001470 02003133000080002019001488</p>	<p>02003133000080002019001332 02003133000080002019001523 02003133000080002019001412 00002833000000002019000153 02003133000080002018007186 02003133000080002018007372 02003133000080002019000119 02003133000080002019000348 02003133000080002019000209 02003133000080002019000493 02003133040080002018000389 02003133040080002018001308 02003133040080002018001390 02003133040080002018001839 02003133040080002018001902</p>	<p>02003133040080002018001978 02003133040080002018002044 02003133040080002018002420 02003133040080002018002270 02003133040080002018002374 02003133040080002018002173 02003133040080002018002165 02003133040080002018002479 02003133040080002018002382 02003133040080002018002567 02003133040080002018002399 02003133040080002018002591 02003133040080002018002559 02003133040080002018002526 02003133040080002018002487</p>	<p>02003133040080002018002606 02003133040080002018002614 02003133040080002018002702 02003133040080002018002743 02003133040080002018002751 02003133060080002018003322 02003133060080002018003339 02003133060080002018000076 02003133060080002018001462 02003133060080002019000117 02003133100080002018000224 02003133100080002018000667 02003133100080002018000706 02003133100080002018000747 02003133100080002018000776 02003133100080002018000860</p>	<p>02003133100080002019000015 02003133100080002018001104 02003133100080002018001073 02003133100080002019000099 02003133100080002019000146 02003133100080002019000154 00002833100000002019000073 02003133030080002018000631 02003133030080002017002279 02003133030080002018000795 02003133030080002018000891 02003133030080002018001407 02003133030080002018001714 02003133030080002018002081 声明作废。</p>
---	---	---	---	--	--