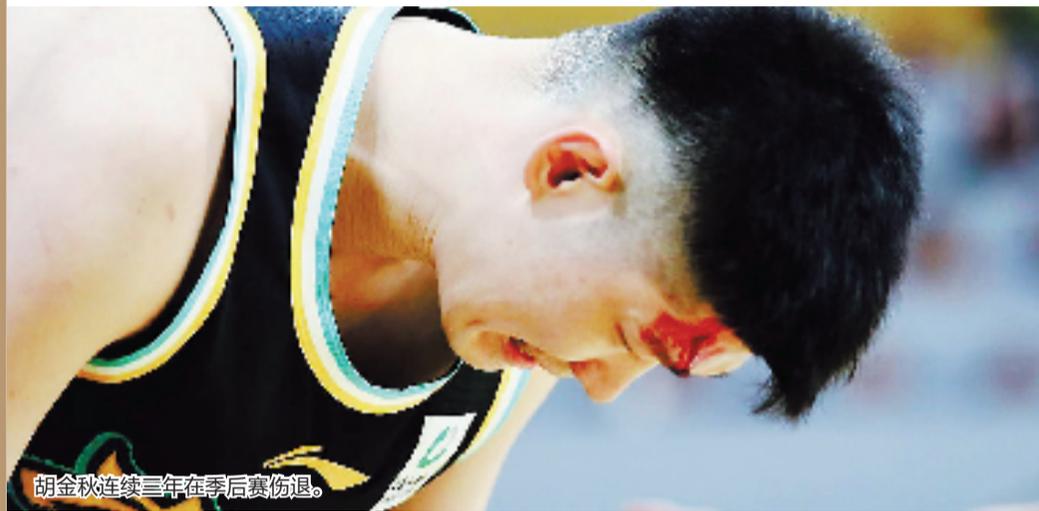


去年止步CBA总决赛,今年又没进四强 浙江东阳光药男篮关键时刻就差一口气 为什么受伤的总是我



胡金秋连续三年在季后赛伤退。

本报记者 曹林波/文 李选/摄

上赛季将广东男篮拦在四强之外,攻破辽宁男篮的主场,只差一步挺进总决赛;本赛季面对前四名的球队都有胜绩,最终取得常规赛第五名——大家都觉得拥有多名国字号球员的浙江东阳光药男篮,在本赛季应该会有所作为,甚至比上赛季更进一步,结果球队最终的成绩是1-3不敌广东男篮止步八强。

不进反退,最直观的原因当然是球队缺兵少将:打到最后一场,胡金秋、李金效等缺阵,在场上的孙铭徽、朱俊龙多少都带着伤病,这并不是一支满血状态的球队。

在普遍被看好的情况下,却仍然没能够走到最后,浙江东阳光药男篮的问题值得探讨和反思。

一到关键场次,球队伤兵满营

记得孙铭徽在此前采访时曾经说过:“希望能够在全员健康的情况下,和辽宁打一次总决赛。”

孙铭徽的想法可以理解,辽宁男篮是球队想要登顶必须翻过的一座高山,浙江东阳光药男篮第一次和辽宁男篮在总决赛相遇时,如今的“三少”还没成熟,“五少”更没有形成。第二次总决赛相遇,包括上赛季半决赛对抗,最终失利的原因都是球队的支柱在关键时刻伤了。

球队已经在上赛季证明了自己在基本满血的状态可以阻击广东男篮,也差一点就成功跨过了辽宁男篮这个坎,但是连续几个赛季,季后赛都缺

了主力,怎么可能战胜强敌,最终登顶呢?

本赛季8进4打广东男篮时,胡金秋在第二场比赛崴脚,立刻有人统计,这是他连续三个赛季在季后赛受伤,也是他近三年第四次遭遇重大伤病。

除了胡金秋之外,队中的其他球员在本赛季也是一路跌跌撞撞,伤病不断。从赛季初的许钟豪肋骨骨折,赵岩昊肋骨骨折,到几轮后赵嘉仁掌骨骨折,孙铭徽在常规赛后期也一直受着疲劳性骨裂困扰,吴骁和李金效也都遭遇过脑震荡,季后赛第一轮,朱俊龙被撞伤缺阵……本赛季“三少”

“五少”主力球员人员齐整的情况屈指可数,打到最后一场,完全就是个残阵了。

虽然很多伤病出现都属突发意外,但伤病确实是影响球队成绩的重要因素之一,想要在季后赛走得够远,走到最后,如何避免伤病,也是球队教练组需要解决的重要课题。

联赛轮次越来越多,间隔时间短、球员舟车劳顿,更是要注意球员疲劳积累。浙江东阳光药男篮在接连几个赛季,都出现类似的主力在关键大战倒下的情况,除了感叹“遗憾、倒霉”,肯定需要在避免伤病方面主动采取一些措施。

让主力少点疲劳,给新人多点历练

球员的拼劲毋庸置疑,但是随着年龄的增长,他们的身体素质和恢复机能,显然不能和刚出道时相比,胡金秋连续几个赛季在高强度季后赛出现伤病,就是个警报信号。孙铭徽前两个赛季一直坚持到最后,但本赛季连续两个阶段因伤缺战数轮,季后赛也是带伤复出,直接影响状态。就连身体素质一向不错的年轻人朱俊龙、赵嘉仁,季后赛也是带伤带病上阵,难以发挥特点。

仔细分析,球队对于这些主力的使用,已比前几个赛季克制,比如胡金秋的上场时间由上个赛季的场均37分钟降到34分钟,但是显然还不够。

浙江东阳光药男篮需要给主力球员更多喘息机会,让替补有更多成长空间,比如吴骁的篮板给人深刻印象,李金效在季后赛战胜广东的那场比赛中也是赢球功臣之一,这样的年轻人还是需要给予更多机会,才能帮助球队分担压力。

不过分依靠外援,是一直没好外援

外援在CBA球队的作用巨大,即使本土球员实力出众,强如辽宁、广东男篮,也需要有好外援,才能打出成绩。

浙江东阳光药男篮最近几年在外援选择上,栽过好几次跟头了。球队拥有不错的本土球员阵容,不需要外援大包大揽,但因为球队以胡金秋和孙铭徽为核心框架,对外援的匹配要求也不一样。

本赛季看得出球队寻找外援也下了决心,不惜付出违约金,找回曾经和球队一起打过总决赛的奥卡福,的确在内线发挥了不少作用。在另外两个外援的选择上,无论是沃顿还是奥利弗,以及随后引入的韦瑟斯庞、弗洛伊德,要么状态有起伏,要么来的时间太晚,和队友缺乏足够配合,对于球队的帮助显然还不够。

据坊间消息,下赛季CBA的外援政策有可能恢复到四节六人次,外援的选择和使用将会产生更大影响,这对于浙江东阳光药男篮这样本土球员较强的球队来说不是好消息。



还是吃回头草的奥卡福管用。

季后赛经验不少,依然还在交学费

虽然有不少国字号球员,但是浙江东阳光药男篮从教练到球员整体还是偏年轻,无论是平时训练还是比赛,一些细节上显然不如一些传统强队老到,想要在季后赛走得更远,各方面的经验都需要继续积累。

比如训练质量的保持,能够帮助球员在季后赛强度提升之后,依然正常发挥出自己的水平。

浙江东阳光药男篮的球员其实不缺乏季后赛经验,甚至总决赛经验,但是最近几场季后赛依

然出现了情绪波动,在强度提高之后,手感难以发挥,进入状态慢热的情况,好几场比赛都是先挖一个大坑,再慢慢往回填。

另外还有临场的应变,其实年轻主帅为首的教练组都容易出现类似的问题:暂停不及时,没有打断对方进攻高潮;轮换阵容主要按照既定方案,结果把手感正好的球员换下;尤其是最后时段的战术设计和执行。虽然赛程推进到季后赛,各种情况都有所改善,比如三个外援轮流上场的时间

和顺序,在季后赛就出现了很多种组合,而且时间并不固定,但是和经验老到的教练相比,还是有很多进步空间。

赛场上时时都会面临细节的处理,甚至类似“滴滴代罚”(被犯规的球员借伤势下场,换上罚球命中率高的球员代替罚球,下一回合再换上原先下场的球员)这些情况,都是规则范围内允许的,也是比赛经验的体现,即使不能一时把全套都给学会了,也要提升段位,不至于吃了哑巴亏。