

诸韵颖评中国女排——

比东京奥运快了三分之一

新一届中国女排在蔡斌教练执掌教鞭后，有了非常大的变化。世界女排联赛第一周比赛战罢，中国女排的表现给了我很大的惊喜，她们交出了一份令人满意的答卷。

快变节奏回归
战术多点开花

从整体来看，这一届中国女排最大的变化不是阵容变年轻了，而是我们熟悉的、中国女排传统的快变节奏回来了。什么是快变节奏？顾名思义，要快，变化还要多，这就需要主攻、副攻还有接应位置多点开花。中国女排最传统的风格特点就是变化多端的快攻，这是我们的战术根本。

当然，随着时代发展，如今的快变节奏和过去相比还是有很大进步的。以前的快变是平网进攻，以三米线内的前排进攻为主体，后排进攻较少。现在，我们的快变从原有的平网立体进攻演化为近网、远网的叠加进攻，层次更加丰富。而且，二传给后排的起球高度降低了，扣球弧度也低了，速度就变快了。这是世界排坛的发展趋势，未来的快变节奏体系会变得更加丰富，这是一个必然过程。

从战术层面看，这支中国女排在细节方面有很多变化：关于二号位的进攻，球的弧度明显降低了；在远网快攻，也就是三米线左右的快攻，出现频率越来越高；再者，副攻的表现很亮眼，主动得分能力增强了，而且不会等球，二传出手之前就开始移动了。和东京奥运周期相比，中国女排变快了，快了三分之一左右。

具体到个人表现，李盈莹的整体发挥非常稳定，有种未来巨星的感觉了，在比赛中很有担当，该拿的分绝不手软。袁心玥与王媛媛搭档副攻，我觉得她们的整体表现非常出色。特别是袁心玥，



■独特视角

原国家女排二
传手诸韵颖

世界女排联赛安卡拉站，蔡斌执教的中国女排于国际赛场上首次亮相，以三个3比1先后战胜荷兰、土耳其、意大利，斩获三连胜，但在最后一场比赛中以2比3不敌泰国女排。

对于新一届中国女排的表现，原女排国手诸韵颖认为，她们的发挥令人惊喜，蔡斌教练将中国女排的传统风格进行传承与进化，打造了一套丰富多变的快速进攻体系，这支中国女排的未来值得期待。

本版撰稿 本报记者 吴钧雷

她的高度与拦防能力在亚洲范围内数一数二，此前是不怎么进攻的，现在她担任队长了，有点攻防一体的感觉了，分担了主攻的压力。一支球队只靠主攻得分是不行的，副攻、接应都要站出来，前后排的点不断层叠，这样的立体进攻才是有威胁的。

这次的主力自由人是上海女排的王唯漪，第一次参加国际大赛，她的整体表现还是可圈可点的。王唯漪的优势是防守与小球，防守面积非常大，有些球已经补防到接近三米线的位置。但是，比赛中还是能看到王唯漪在一传环节不太稳定，这是需要提高的。作为自由人来说，就是要不断去提升自己的能力上限，才能变得越来越好。



中国女排找回感觉

二传唯快不破
走上正确道路

我想重点说说二传，这是一支球队的灵魂。很多球迷跟我说，这次有点看到了上海女排以前的影子，其实是说得通的。上海女排赢得五连冠期间，蔡斌就是我们的教练。他是二传出身，对于战术的理念、组织、分配有独到的见解。上海女排也是最早开发出后排进攻的球队，提升了球队的进攻速度与变化。所以，这次看中国女排的比赛，我总有种很熟悉的感觉。

大家都知道，那段时间的上海女排主攻弱，副攻强。蔡斌教练是很重视副攻的进攻的，因为副攻打出来了，二传手可以做的选择就更多了，网前的变化会令对

手防不胜防。这就是快变的“变”，变化要多。为什么要变？你不能只打快攻，当你把对方的拦防体系吸引到第一个快攻点，你反而要去变。二传手永远要领先于对手，让对手永远摸不到，让对手一直在猜却又猜不透。

这就是副攻进攻的重要性，副攻的威胁增强了，对手的拦防重点就会摇摆，主攻的压力减小了，机会也变多了。对于拦防而言，对手变化越多，越难布防，会来不及移动阵型。一支球队变化多，速度又快，对手的拦防就一定会出现空当。中国有个成语叫做“唯快不破”，排球的未来发展趋势就是五个字：唯快变不破。

以快变节奏为核心理念的战术体系，就是我们的“本”，唯有固

本才能保持竞争力。把这套体系发挥出来了，以进攻带动防守，拦防体系也会有更好的发挥。不然，主动权一直在对手手里，找不到属于自己的节奏，只能拼命救球，这是行不通的。从这四场比赛来看，我觉得蔡斌教练带领中国女排走在一个正确的道路上。

不以一场失利
否认女排进步

很多球迷在中国女排输给泰国队之后议论纷纷。其实我觉得，我们这场比赛的整体发挥还是不错的，泰国队在第五局打得太好了，什么球都救得回来，这是打疯了的状态。泰国女排的心态比较好，很松弛，这是她们能够获胜的原因之一。

在世界排球的认知里面，大多数球迷都会把中国队认为是更强的一方。其实，泰国女排在过去八年里一直处于上升趋势，多次对阵中国女排都不落下风。泰国女排的打法跟中国队很像，她们的优势在于爆发力，已经有了男子化的特征，很像巴西女排。节奏感好、力量又很强，所以球队的韧性非常强。

中泰之战，泰国女排打得太好了，尤其是她们的接应。第五局决胜局，输赢就在伯仲之间。虽然输了，我觉得中国女排还是相当不错的，不要用一场失败来否定这一点。毕竟，这是新一届中国女排的第一次公开亮相，对于新鲜血液的加入，我们应该给予更多的鼓励。

这次世界女排联赛对于中国女排而言，就是练兵机会。从第一周的表现来看，练兵效果是很好的，而且大家对于中国女排也有了更多期待。我相信，这一批女排队员会一如既往地发挥脚踏实地、勇往直前的排球精神，把女排精神传承下去。

女排世联赛首周战罢，蔡斌表态——

中国女排要打进总决赛

世界女排联赛第一周赛事鸣金收兵，综合16支参赛队伍的表现，中国女排取得3胜1负，积10分，排名第二。

日本女排是唯一斩获四连胜的队伍，因此在积分榜上排名第一。中国女排的三场胜利皆为3比1，拿满9分。输给泰国的比赛，比分是2比3，中国女排也有1分入账。共有6支球队取得3胜1负的战绩，而中国女排的小分最高，所以排名升至第二。

世界排名方面，中国女排本有机会上升到世界第二。前三场比赛过后，中国女排一度凭借三连胜，反超巴西成为世界第二，随后因惜败给泰国，世界排名重回第三位，美国、巴西仍然位列前两名。

虽然没能以四连胜完美收官，年轻的中国女排第一次在世界女排联赛亮相，表现仍然可圈可点。主教练蔡斌表示，对于球队的整体发挥比较满意。他说：“我觉得球队的整体拼劲还是不

错的，能够在比赛中看到之前训练的收获，当然还是会有起伏，这需要我们继续总结。”

参加第一周赛事的16人大名单中，既有袁心玥、丁霞等拿过奥运冠军的老将，也有金烨、王云等中生代球员，同时补充了王艺竹、倪非凡等年轻的“00后”小将，是一支老、中、青结合的队伍。四场比赛过后，大部分队员都获得了出场机会。

在朱婷、张常宁缺阵的情况下，主攻手李盈莹扛起了中国女排的进攻大旗，是队内得分最多的队员。四场比赛，李盈莹共砍下91分，场均得到22.75分，这一数据位列总得分榜第四，比利时的赫尔博茨、泰国的皮姆皮查亚、日本的古贺纱理那分列总得分榜前三名。

“我觉得这次比赛收获有很多，既有打得好的地方，也有打得不好的地方，还需要通过今后的比赛慢慢提

高。”李盈莹说道，“我一直在向全面型的主攻去发展，向世界一流的全面型主攻学习，然后慢慢缩小和她们的差距，在每场比赛中吸取经验，打一场进一步。”

“我们会给更多队员出场机会，形成相对稳定的主力阵容，把技战术打法确定下来。同时，与其他队伍相互摸底。另外，因为要与巴黎奥运挂钩，我们要取得相对好一点的成绩。”蔡斌表示，出来比赛的目的就是为了找出问题、解决问题，同时还要兼顾成绩。

接下来，中国女排将飞往菲律宾奎松备战，第二周赛事将于6月15日开始。6月28日，第三周比赛在保加利亚索菲亚进行。7月13日，世界女排联赛总决赛将重新回到土耳其安卡拉进行。蔡斌十分坚定地表态，中国女排一定会重回安卡拉：“我们要打进总决赛。”

2022年世联赛分站赛
中国女排赛程（第二周）

日期	时间	对阵双方
6月15日	19:00	中国VS比利时
6月17日	15:00	中国VS加拿大
6月18日	19:00	中国VS美国
6月19日	19:00	中国VS日本

2022年世联赛分站赛
中国女排赛程（第三周）

日期	时间	对阵双方
6月28日	22:00	中国VS巴西
6月30日	21:30	中国VS波兰
7月1日	18:30	中国VS多米尼加共和国
7月3日	18:30	中国VS韩国