



青出于蓝，鲨向新未来

——上海久事男篮获得全国U21冠军

完成赛季既定目标——

U19联赛折桂带来更多底气

继去年U19青年联赛折桂之后，这是卢伟第二次率队在全国U系列赛事中登顶。不同于去年面临的人员紧缺、伤病缠身等多方面的影响，此次出战U21青年联赛的他麾下有了更多的一流小将，也让他有了更多的底气去冲击最高领奖台。“去年打U19青年联赛，我们主要是以拼为主，争取打出我们上海久事男篮的精神面貌。但今年分析下来，我们的整体实力的确是最强的，那目标自然是要朝着冠军去努力。”

期望越大，压力自然越大。虽然整个夺冠的历程看似一帆风顺，但实际上以卢伟为首的上海久事U21教练组还是做了很多功课，“对我们来说，没有懈怠和骄傲的资本。特别是最后两场对阵辽宁和同曦，我们看了很多录像，包括他们的小组赛和淘汰赛，做了大量的赛前准备工作，进行了针对性地布置。”

作为上海久事U19的球员，程望樊因为去年跟随一队征战CBA联赛，而错过了与队友们一同捧起U19青年联赛冠军奖杯的时刻，而此次U21青年联赛也算是弥补了他当初的小小遗憾，“很难忘和珍贵的一次经历和回忆。因为从小就是和这帮兄弟一起打球，能够和他们一起拿到冠军确实非常开心。”经过在CBA联赛的洗礼，再次回到青年联赛舞台的程望樊显得更加游刃有余，“一个赛季确实收获不少，特别是在比赛经验方面。其实这次总体的表现不是让自己特别满意，没有达到自己的预期，希望能够在下个休赛期好好训练，在各个方面都去努力提升自己。”



近日，全国U21青年篮球锦标赛在重庆万州落下帷幕。经过六天的激烈角逐，上海久事U21男篮以六战全胜的傲人战绩，捧起了最终的冠军奖杯。戴昊荣膺赛事最有价值球员殊荣，卢伟则荣获最佳教练员称号。

本版撰稿
本报记者 薛思佳

场均净胜对手36分，阵容深度无出其右

独家揭秘

上海久事U21男篮此次派出了以去年U19冠军成员为班底的阵容参赛，同时递补了四名一线队适龄球员刘正清、程望樊、张知垚和戴昊。

据上海久事U21男篮主教练卢伟透露，四名一线队适龄球员在比赛前10天到队集中开始训练，“因为他们才结束CBA联赛的任务，考虑到身体和心理上的疲劳程度，给他们放了一段时间的假。回来之后其实主要以恢复训练为主，包括投篮和力量，但好在像张知垚和戴昊都参加了去年U19的比赛，而程望樊和刘正清上到一线队之前也都是在一起训练的球员，所以都比较了解，融入得也很快。”

鉴于全国U21青年篮球锦标赛的特殊规则，要求每支球队在第一、第二节分别派出两套完全不同的阵容参赛，上海久事U21男篮教练组为此也进行了充足的准备和计划，将四名

一线队适龄球员与董灏列为一组，另一组则以U19队冠军的主要球员组成，“U19这套阵容首先是在一起打球时间比较长，彼此之间很了解。虽然他们年龄比较小，个人攻击能力稍微欠缺一些，但在场上的防守强度很好。第二组的话基本以一线队的球员为主，比赛经验要更加成熟一些，攻击把握性也更好。”

在一阵主防、二阵主攻的战术思路下，上海久事U21男篮在小组赛期间就一路高歌猛进，并且将火热的竞技状态延续到了淘汰赛阶段。据统计，六场比赛，上海久事U21男篮场均可以轰下98.6分，位列所有球队之首，同时场均可以净胜对手多达36分。能够拥有四名一线队适龄球员参赛，对于上海久事U21男篮主教练卢伟而言，无疑是一件幸福的事，甚至有球迷玩笑地表示“其他球队从没打过如

此富裕的仗”。“我们主要是能打球的人比较多，基本上每场比赛都是10到11人的轮转，而且每个人都能在场发挥作用。”

值得一提的是，因为伤病、国字号球队集训等多方面原因，上海久事U21男篮此次并没有派出自己的最强阵容出战。此前代表上海久事U21男篮出战第一阶段赛事的U19青年联赛MVP万孟霖和楔李永伟，正在塞尔维亚跟随国青队进行海外拉练，并没有参与到此此次赛事中。此外，万孟霖和刘佳运则正在跟随上海久事三人篮球队进行超三联赛的备战，马典成则跟随中国三人男篮U21集训队训练，刘礼嘉则是因为脚踝伤势前往西班牙进行恢复调整而同样缺席了此次比赛。由此可见，上海久事篮球俱乐部在年轻球员方面的储备已然走在了全联盟前列。



程望樊(右)

坚持“两条腿”走路——

队内竞争有了鲑鱼效应

相较于戴昊、程望樊等已经在一线队偶露峥嵘的球员相比，包括刘梓鹏、陈俊杰等尚未在CBA联赛露脸的球员给不少上海球迷留下了深刻的印象。

作为U21冠军队的队长，刘梓鹏在比赛中展现出了出色的比赛气质和防守能力，甚至在赛后得到了上海男篮主教练李秋平的赞扬，“刘梓鹏的身体天赋不算特别好，但在训练中非常刻苦和认真，而且比赛作风特别好。这种球场上愿意和对手玩命的精神是我们特别认可的地方。”卢伟说道，“不过他想要在更高的舞台上立足，还需要走很长的路，个人的技术能力以及场上的经验意识都需要加强。”

不可否认的是，上海男篮近年来的确招入了一批具有留洋背景的青年才俊，但值得一提的是，这支U21冠军球队的大部分球员都出自于上海男篮的青训系统。据了解，像程望樊、赵森等球员在13岁时就已经来到了上海，随后包括马典成、万孟霖、万孟霖、陈俊杰、刘梓鹏等球员又一个一个填充到这支队伍当中，“我们的青训还是坚持两条腿走路，一个是坚持自己培养，像程望樊、赵森他们都是在东方绿舟成长起来的，训练中都非常努力，进步也

是有目共睹。另一个就是引进优秀的、天赋出众的球员，像戴昊、张知垚是第一批入队的球员。”随着梯队的不断扩充，其间产生的“鲑鱼效应”自然会让更多年轻球员得到进步和提高，“我们在队内也会形成一个良性竞争，谁在比赛中够拼命，谁在比赛中发挥作用，自然会得到更多的机会。优胜劣汰之下，我们最后提拔上来的球员才会足够出色。”

面对队内的激烈竞争，刘梓鹏深有感触，“当你身边有比你更出色、更有能力的人的时候，你自然而然会在训练中更加努力和刻苦，否则你就永远会落在别人后面。我觉得这是一个非常良性的训练环境，会促进彼此去成长和进步。”事实上，近两个赛季的休赛期，上海男篮教练组都有意让青年队和一线队进行合练，程望樊就是在这个过程中被一眼相中，如今刘梓鹏已然进入到了一线队教练组的视线中，“我的目标肯定是朝着一线队的方向去努力，争取早日站上CBA联赛的舞台，为上海篮球贡献自己的一份力量。但眼下确实和一线队的老大哥们存在不小的差距，还需要苦下功夫，继续努力。”

慢工出细活，青训五到八年见成效

回首上赛季的四强球队——辽宁、稠州、深圳和广厦，无一例外都是在青训方面有所建树的球队，而如今上海男篮正沿着相同的轨迹迈进。

在久事集团正式接手上海男篮之后，一直致力于青年梯队的建设和发展。经过前期的投入和培养，近年来上海久事篮球俱乐部在青训方面的成绩，可谓是收入颇丰。2020年，上海久事U19男篮时隔20余年捧起了U19青年联赛的冠军奖杯；2022年，上海久事U19男篮蝉联了这项赛事的冠军殊荣，如今他们再度将U21青年联赛的冠军奖杯收入囊中。

作为上海男篮青训的代表人物，刘正清已经代表球队拿到了一次U19青年联赛冠军和一次U21青年联赛冠军，“上一次等于是跟着李添荣他们去打，这次感觉是带着小队员去打，感觉还是挺不一样的，不过夺冠的喜悦都是一样的。”凭借菜鸟赛季的表现，刘正清在这个夏天入选了中国男篮短训营，跟随乔尔杰维奇教练了将近两周的时间，“虽然短训营的时间不算长，

但对我帮助特别大。在训练中，乔帅指出了我存在的问题，我也明确了自己未来的发展路线，希望通过这个休赛期可以进一步丰富自己的进攻手段，加强投篮的稳定性和命中率。”

近两个赛季，上海男篮已经先后上调了李添荣、戴昊、张知垚、刘礼嘉、李弘权、刘正清、程望樊等多名青训球员。不出意外的话，今年夏天包括万孟霖、马典成等球员也有望代表一线队征战CBA联赛，但如何将年轻球员的数量转换成质量将是摆在球队管理层和教练组面前的一大课题。据了解，在年轻球员富裕的情况下，目前球队正在考虑外租事宜，但首先是需要为其找到合适且愿意提供机会的俱乐部。

从某种程度上来说，青训等同于一种延迟满足，需要给予年轻球员足够的耐心和时间去锻炼和成长，“最初的一两年看不出来太多东西，青训至少需要五六年，甚至更长的时间。”在卢伟看来，青年联赛的冠军只是这批球员的起点，“虽然两年拿了两个冠军，但现在还不是收获的季节。关键

还是要看他们在更高平台上的发展前景，目前他们还没有感受到CBA联赛的对抗强度，包括在场上经验方面都有所欠缺，这是需要在未来几年去历练的。这批队员的成长决定了上海男篮未来在CBA联赛舞台上的高度。”



刘正清(右)