



丰富经验, 随机应变

——辽宁男篮“CBA三连冠”是这样炼成的

球员都有颗“大心脏”



本赛季半决赛和总决赛期间,杨鸣多次称赞,辽篮丰富的季后赛、总决赛经验起到关键作用,球员有“大心脏”。辽篮连续五个赛季进入总决赛,最近三个赛季三连冠,丰富的总决赛经验从4比0横扫新疆队就能很直观地体现出来,在心态、关键球处理、战术安排三方面均好于对手。

首先从心态方面来看,新疆队绝大部分教练、队员没有经历过总决赛,四场比赛他们的心态一直没调整好。队员场上的面部表情很凝重,动作有些僵硬。反观辽宁队,队员脸上充满自信,打得很自然。在这种巅峰对决中,心态往往能够决定比赛走势。

关键球处理方面,两队差距很大。新疆队其实在后三场的第四节都一度反超了比分,但就是关键球处理不好,自己失误,被辽宁队抓住机会再次反超并拉大比分差距奠定胜局。反

观辽宁队,弗格、赵继伟、张镇麟等球员,关键球处理上绝不拖泥带水,抢断积极,出手果断,成功率非常高。而新疆队,越到关键时刻,越投不进,这就是两队经验上的差距。

最后,战术方面,半决赛和总决赛辽篮在内线的战术设计非常成功。尽管小外援弗格拿到总决赛 MVP,但他能有如此出色的发挥,与内线队友篮下的牵制让广东和新疆队球员防守顾此失彼有直接关系。尤其是37岁的韩德君和34岁的李晓旭,“玄冥二老”总决赛出场时间比常规赛大幅增加,作用十分重要。他们两个对阵新疆队的中锋吴冠希、李炎哲打得游刃有余。此外,付豪和张镇麟凭借身高优势对新疆队核心阿不都沙拉木实行“大打小”战术同样十分成功。综合各方面的战术,辽篮明显技高一筹,获得三连冠可谓实至名归。

独家专访

逆转广东队靠的是防守

纵观2023-2024赛季,辽宁男篮遭遇的最困难阶段就是与广东男篮的半决赛,而逆转广东队绝境逢生,是辽篮奠定三连冠霸业的决战。从五场半决赛能够看出,拥有周琦的广东队实力比上赛季明显提升一个层次,加上该队的年轻球员经过多个赛季的洗礼,进步很大,已经成为联盟顶级球队。面对最强大的对手,一度1比2落后,被逼到悬崖边的辽篮临危不乱,连续第二个赛季半决赛绝境逆转晋级总决赛,全队士气大振。

半决赛陷入绝境后,辽宁男篮上下没有被广东队的气势所吓倒,而是沉着应对。当时辽宁男篮的压力非常大,李晓旭脚踝受伤无法出战,加上一直没办法打球的郭艾伦,缺少两名绝

对主力,去挑战全员出战的广东队,更是难上加难。与广东队第四回合比赛是辽篮全赛季最关键、发挥最出色的一场比赛。特别是大胆起用了刘雁宇、李虎翼、俞泽辰这些关键比赛很少出场的小将,让广东队感觉很陌生,准备不足。最重要的是这些小将毫不怯场,可以说是超额完成任务。像刘雁宇的中投、篮板、盖帽,平时常规赛很少见,到了关键场次敢于发挥,效率非常高。

能够逆转广东队,很关键一点是,辽篮拿出了比广东队还要强硬的防守,可以说是用广东队的方式战胜了广东队。全队技战术执行非常坚决,让以强硬防守著称的广东队也不适应,这就是成功之处。

能成为 CBA 联赛历史上第三支建立三连冠伟业的球队,辽宁男篮本赛季经之所以能够渡过重重险关,丰富的总决赛经验是关键。临危不乱、随机应变、经验丰富,球队在心态、战术、经验三方面展现了强大的底蕴。

本版撰稿
特约记者 沈君

请回杨鸣是最重要的

辽篮本赛季夺冠之路绝不是一帆风顺,而是化解了次次危机后的成功。

也许辽宁男篮本赛季最重要的一次决策就是请回杨鸣接替外教乌戈出任主教练。乌戈绝对是一位优秀教练,他带队后大胆起用年轻球员,锻炼了队伍。球队当时整体成绩虽然很好,但却出现了连续三场输给浙江东阳光队的尴尬情况。相信俱乐部正是意识到了潜在的危机,所以请回更能凝聚全队的

杨鸣。毕竟杨鸣从队员时期到出任教练,此前一直与这批队员在一起,与大家亦兄亦师亦友,这种感情基础是乌戈不具备的。他回归后,能够明显感觉到球队的士气更足,凝聚力更强,尤其是在关键时刻和逆境之中,杨鸣的这种人格魅力,把全队拧成一股绳的向心力,很可能起到了决定全队命运的作用。

半决赛第四回合,背水一战的辽篮的应变非常及时,与前两场不同的最大战术调整就是对周琦采取了凶狠地包夹防守。周琦是对辽篮威胁最大的球员,他在内线的牵制,让广东队的外线球员获得更大的进攻空间。

辽篮限制周琦的应变非常成功,只要他在篮下拿球,一定有人补防包夹。莫兰德在与周琦的对抗中也非常强硬,让他打得不再像前两场那样顺畅。篮球场上瞬息万变,谁能应变及时,执行战术成功,谁很可能就是胜利者。

辽宁男篮的夺冠心声

杨鸣:经验起了关键作用

三连冠,本次夺冠全队承受的压力要比前两冠更大。本赛季伤病比较严重,主力队员的年龄也很大,但是大伙拼劲非常足。前两个赛季连续夺冠的丰富经验帮助了球队,起到关键作用。感谢大家顶住了压力,连续三年总决赛都是4比0获胜,这是一般球队做不到的。感谢这个团队,给予球队充分保障,让球员们比较好地控制伤病,合理地安排球员出场时间,发挥出最强战斗力。三连冠对我们意义重大。作为主教练,我很幸运,能拥有这样一批优秀球员,他们的稳定性、责任感、凝聚力非常出色。他们在困境中把拼搏精神体现得淋漓尽致。这个三连冠,是辽篮的荣誉,更是辽宁人民的荣誉。

赵继伟:会帮助年轻球员

这个赛季,队内人员不整,赛季初大家进入状态也很慢,老队员一直在坚持,球队也饱受伤病困扰,我们一直在坚持着打比赛。辽宁队强在大家团结,老队员给球队注入很多不一样的东西,他们以身作则,发扬辽宁男篮精神,督促年轻球员怎么对待每天的训练和比赛。连续三年CBA总决赛零封对手,跟他们有很大关系。很多球队在经验这方面吃亏,但是我们却经验丰富,这是获胜关键。从年轻队员身上,我也看到很多优点,他们现在缺的就是上场时间,包括在球队的战术地位,慢慢会变好的,今

后每个赛季,我和队内的老队员会帮助他们。圆梦三连冠,但这个梦有点太长了,经历了快七个月的时间,跟家人聚少离多。大家都很疲劳,是一种信念让我们一直在坚持。

李晓旭:三连冠意义非凡

三连冠对我们来说是非常高的荣誉,对球队里每一个人都意义非凡,尤其是我和韩德君,在赛场上的时间已经不多,能获得这份荣誉非常高兴,也很庆幸。

韩德君:早超越合同关系

我们这个团队非常优秀,把大家凝聚在一起,特别是队中绝大部分都是辽宁球员,这很难得。我很珍惜跟兄弟们在一起的时光,我也会退役,也会离开这个赛场,我很珍惜跟他们在一起的时光。接下来,会跟俱乐部商量续约的事情,但我觉得我跟辽篮早已超出了那种合同关系,我已经深深融入了这支队伍。

张镇麟:心态愈发成熟了

整个赛季非常漫长,没有好好陪伴家人,他们为我牺牲了很多。这个赛季我的心态更成熟,在辽宁队打球挺不容易的,会有更多人会关注你。在场上如果更想成功,想拿到最后的冠军,细节非常重要,每球必争,每个细节要处理好。刚进入辽宁男篮的时候,我就说过要通过自己的力量帮助到这支球队,为家乡的人民鼓劲,让球迷和家人为我感到骄傲,看来我实现了目标。这个三连冠会更好地激励我自己,激励全队!



“这个赛季我的心态更成熟了,在辽宁队打球挺不容易的,会有更多人会关注你。通过自己的力量帮助到这支球队,让球迷和家人为我感到骄傲!”