



PARIS 2024
2024
巴黎奥运会特刊

Allez
巴黎



2024年7月19日 星期五
本版编辑 李家杉

A5

奥运巡礼

三人男女篮，上海是核心

自东京奥运会开始，三人篮球项目被列为正式比赛项目，分设男子组和女子组，各有八支球队参加，共产生两枚金牌。连续两届奥运会，中国三人篮球国家队都拿到了男、女队的参赛资格，而在此期间，多名来自上海的运动员和教练员，成为了中国三人篮球发展道路上的中坚力量。

本版撰稿
本报记者 薛思佳



姚明与许佳敏(右)交谈

女队 “老大”张芷婷再出发

在中国三人女篮最终公布的阵容中，上海姑娘张芷婷的名字位列其中。1995年出生的张芷婷，年少成名，年仅15岁就长到1米95的她曾经被誉为上海青年女篮里的“女姚明”。稍显遗憾的是，张芷婷自那时之后身高没有再增长，发展也始终处于不温不火的状态，直到2018年的一次“我要上奥运”挑战赛，让她在三人篮球赛场上找到了属于自己的一席之地，“我们先是拿了挑战赛的冠军，然后又拿了亚运会的冠军，我觉得算是自己人生的一个转折点。”

从五人到三人，张芷婷经历过转型期的阵痛，“它的技术毕竟跟五人篮球不太一样，在你需要去调整的时候，肯定会有不适应的地方，因为你是完全跳出了自己的打法或是舒适圈，需要去改变自己的技术动作和打法。”幸运的是，在张芷婷身边，始终有主教练许佳敏的陪伴，师徒二人一路从最初的“我要上奥运”挑战赛，先后站上了亚运会、世界杯、奥运会的赛场。“我觉得我跟张芷婷之间是因为有共同的爱好和目标，所以我们可以走到一起，走到现在。她非常努力，会努力地去克服自己技术上的短板。在自己力所能及的范围内，她会跟着团队的节奏去走，不断去冲击新的目标和成绩，这是她做得很好的地方。”许佳敏说道。

在东京奥运会上，张芷婷为中国三人篮球国家队拿到了奥运会历史上的第一分，书写了美好的奥运记忆，“其实也没想过它会是第一分，直到赛后很多媒体问我，我才慢慢反应过来。”经过全队上下的一致努力，张芷婷在个人的首次奥运之旅上拿到了一枚沉甸甸的铜牌，“因为那是自己第一次参加奥运会。我觉得大家都抱着一种冲击的心态。无论打得怎么样，都是一个历史，我们这批人也算是开了一个好头。”

巴黎奥运周期，张芷婷过得异常忙碌，除了需要代表上海女篮征战WCBA联赛之外，她还要随中国三人女篮在国内外参加一系列的积分赛，“其实随着这几年年轻一代的冲击，我

自己也有压力和紧迫感。但是我觉得我不能原地踏步，我也是需要跟她们一起去进步，去提高自己，毕竟是竞技项目，一定会有竞争，让自己去成长，不要原地踏步就是我现在要做的。”作为在队时间最长的队员，张芷婷在队内被尊称为“老大”，同时也是其他小队员眼里的“知心姐姐”，“我性格比较随和，大家都能玩在一起。有时候球场上感觉到谁情绪不好了，可能会去开开玩笑、逗逗她，帮助她们去解决问题。只要把心结打开了，心情自然就好了。”

自2018年代表中国三人女篮征战国际赛场开始，张芷婷身边的队友换了一拨又一拨，唯有她还坚持在这片赛场，为国出战。面对即将到来的巴黎奥运会，张芷婷深知这段征途注定充满未知，但一路走来，她还是感谢三人篮球给予自己的一切：“我觉得每个人的人生一定不是顺风顺水的，遇到困难都是最好的安排。我觉得能够在这个项目里面，看到属于我自己的一些价值的存在，能够让我从这个项目中找到对自己的一份自信，我觉得是这个项目带给我的。”



张芷婷

教练 许王两帅挑大梁，“短发女神”关注高

根据中国篮协的官方公告，出征巴黎的中国三人篮球国家男、女队的主教练分别由来自上海的王占宇和许佳敏担任。

自2018年开始接受中国三人女篮主帅一职之后，许佳敏率队取得了一系列不俗的成就。2018年雅加达亚运会，她率队取得中国三人篮球项目历史的首枚亚运会金牌，次年的三人女篮世界杯上，她又带领球队创造了中国篮球的历史瞬间，拿到了中国篮球的首个世界冠军，不仅让三人篮球项目进入了大众的视野范畴内，也让大家记住了热泪盈眶的短发女神。

在延期举办的东京奥运会上，许佳敏率队克服了疫情、伤病等一系列因素，最终在争夺第三名决赛中击败法国队，拿到了中国三人篮球项目历史的首枚奥运会奖牌，后续又接连在2022年拿到了世界杯季军和亚洲杯冠军，并且在2023年蝉联了亚运会的金牌，“经历都是宝贵的，但成绩在取得的那一刻，已经成为过去式，永

远要准备好面对下一刻的挑战。”或许正是这样的感悟，才能让许佳敏在接手球队后的每一次国际比赛中有着如此上乘的表现。

作为一项新兴项目，三人篮球在国内的起步时间较晚，但勤奋好学的许佳敏通过大量的比赛录像以及实战经验，慢慢摸索出了适合中国三人女篮前进的方向，“三人篮球要求参赛的四名球员非常全面，它的技战术体系相对比较简单。在现有环境下，我们亚洲球员和欧美去比身体素质、对抗能力肯定是非常吃亏的，这就要求我们在攻防的细节上，要做得更好一些，去弥补先天身体条件上的劣势，创造我们自身在国际赛场上的优势。”

根据三人篮球比赛的规则，教练员在比赛中不允许与队员进行交流，这就意味着许佳敏需要在日常的训练中打下更加扎实的基础，给到队员们足够的信心，从而去应对场上有可能发生的一切。“我们知道她私下里

一直都在研究比赛和对手，看了很多的录像，去理解和摸索这个项目，然后用正确的方式去告诉我们。”中国三人女篮队员张芷婷说道。

作为许佳敏曾经的助手，王占宇在2022年开始正式执掌中国三人男篮主帅一职，而在此之前，他早在2018年就成为了中国三人篮球国家队教练组的一员，曾担任U18三人男篮主教练、U23三人男篮主教练和三人男、女篮助理教练。在王占宇的带领下，中国三人男篮顺利地拿到了巴黎奥运会的入场券。“我们要带着信心和决心走上赛场，敢于和对手拼搏，敢于挑战对手，展现出最好的竞技能力，通过这些方面去实现我们的目标。”王占宇说道。

值得一提的是，除了上述两位主帅之外，颇受上海男篮球迷喜爱的彭飞和王勇在巴黎奥运周期内也曾担任过三人篮球国家男、女队的助理教练，为两支球队进军巴黎做出了自己的贡献。

男队 朱渊博领内线，奥运门票少不了上海众将贡献

在中国三人男篮拿到巴黎奥运会入场券的道路上，来自上海的运动员所做出的牺牲与努力不容被忽视。

根据中国三人篮球国家队的官方统计，整个“奥运抢分大战”中，共有九名来自上海或是上海三人篮球职业俱乐部的球员代表中国三人男篮出战，其中包括朱渊博、郭瀚宇、颜鹏、朱松玮、张殿梁、周彦旭、马典成、刘佳运和黄旭，其中朱渊博入选了最终的奥运名单，郭瀚宇和颜鹏则一同

随队前往了法国，帮助队伍进行最后的冲刺备战。

作为中国三人男篮“一大三小”阵容中的唯一的内线球员，朱渊博是国内三人篮球圈内早已打出了名堂。曾经在全国大学生运动会拿到过跳高比赛前八名的朱渊博，很晚才开始接受篮球的正规训练，但凭借着出色的身体素质，很快在职业赛场上站稳了脚跟。2021年全运会，朱渊博曾携手罗旭东、黄旭等球员，帮助上

海队拿到三人篮球男子成年组的铜牌，随后又拿到了超三联赛元年的冠军头衔，个人更是荣膺最有价值球员称号。

在中国三人男篮阵中，朱渊博更倾向于内线蓝领的职责，不过能里能外的他偶尔也会在进攻端给予球队所需要的帮助，“我还是要把更多的精力放在防守上面。在进攻上其他三名队员的能力都很强，我要做的就是篮板球和防守，给他们创

造更多机会。他们在外线打开了之后，我在内线也会有更多的机会。”朱渊博表示为国出战自然会有压力，但关键还是要做好自己的事情，“我们三位外线球员都是CBA的球员，他们在各自的团队中都是进攻的发起点，个人能力都很强，所以我们这个阵容的进攻会更加犀利，需要硬解的时候有人能站出来，会有更多的解决方案和更多的配合。”



朱渊博