

让二追三，上海男排拿到冠军点

“冠军底蕴，越困难越强大”

本版撰稿 本报记者 程超

又是一场五局大战，你可以永远相信联赛17冠军的含金量和历史底蕴！3月2日，2024-2025中国男排超级联赛总决赛第一回合，上海光明男排客场3比2逆转保定沃隶男排，在三场两胜制的决赛中率先拿到冠军点。

从常规赛到季后赛，上海与保定两队共交手四次，其中三次打满五局，竞争激烈程度堪称联赛之最。上海队以3胜1负占据优势，但每场分差微弱，展现出势均力敌的态势。保定男排崛起的原因离不开“本土新锐+国际拼图”的组队模式，三名外援塞尔维亚主攻希罗维奇、白俄罗斯副攻康斯坦辛与自由人卡普尔构建起球队攻防中轴，加之本土接应温子华发球破坏力与进攻手段堪称联赛顶级，保定男排被沈琼称为“最难对付的对手”。

两支球队的晋级决赛的过程大相径

庭。上海男排作为王者之师，球队外援和国内球员都具备大赛经验，半决赛面对实力不俗的山东队，用近乎碾压的姿态在两回合较量中轻松取胜。相比之下，保定男排晋级之路则显得曲折和艰难，他们在半决赛首回合失利的情况下，第二回合战胜天津男排，将比赛拖至15分制金局，并最终胜出，球队势头正盛。从半决赛的锻炼价值上看，上海男排虽然轻松取胜，但这也反映出球队在比赛中并未遭遇过多挑战，而保定男排则经历了更为激烈和艰苦的比赛过程，客观来说这对球队是件好事。

总决赛第一回合较量，保定男排延续了半决赛势头，在前两局冲劲十足，取得大比分领先。被逼到悬崖边上的上海男排迎来触底反弹，上演“让二追三”的好戏。上海男排自由人曲宗帅在总结比赛时表示：“虽然0比2落后，但我们场上队员和教练都没有想过放弃，我始终相信队友，

再加上上海队的冠军底蕴，越困难越强大。”

很多人不清楚的是，前往保定参加比赛的上海男排，需要摆脱一系列主客观因素的制约，才能以最佳状态迎战对手。赛前准备阶段，由于没有直达的交通工具，球队不得不历经长达九个小时的路程才抵达比赛目的地。这一路舟车劳顿，队员们身心都承受着巨大的考验。而当他们终于抵达后，留给上海男排进行赛前场地适应的时间却仅仅只有几个小时，这无疑大大增加了他们备战的难度。除此之外，外援库比亚克抵达后出现身体不适，能不能上场都需要打上问号。值得庆幸的是，上海男排战胜了了自己，也把对手的气焰打了下去。

啃下硬骨头保定男排后，上海男排距离卫冕联赛第18冠仅差一场比赛。根据赛程安排，上海队将于今天返沪，备战6日进行的第二回合比赛，期待上海男排能够如愿以偿！



一场脆败，上海女排不能怂

时隔25年，沪苏女排再度会师决赛。3月1日，2024-2025中国女排超级联赛总决赛第一回合，上海光明优倍女排主场0比3不敌江苏中天钢铁女排。三局比分为18比25、10比25、17比25。一场脆败后，接下来将连打两个客场的上海女排争冠前景不容乐观。

赛季至今沪苏两队共交手四次，上海女排两胜两负，知根知底的两队来到总决赛第一回合均派出最强阵容。沪苏两队在冥冥中有些奇妙的缘分。上海女排赛季首个主场的对手是江苏女排，当时坐拥强力外援的上海队取得开门红。四个月后的上海女排迎来主场收官战，面对相同的对手却是另一番局面。

上海女排输在哪里？赛后技术统计显示，泰纳拉和欧阳茜茜得到8分，仲慧和高意仅有6分入账，如此低效的得分在此前比赛中尚未有过。一传不稳定、进攻不下球，上海队被打到崩盘。而江苏女排两位主攻张常宁和吴梦洁合力砍下37分，奠定了获胜基础。正如张常宁在赛后所言：“这场比赛并不是上海女排真实水平。”

制约技战术水平发挥的根本原因是心态，未能摆正位置的上海女排吞下苦果。连续三个赛季晋级总决赛，上海女排前两次都铩羽而归，此番再度站上总决赛舞台，想赢怕输的包袱是球队表现的桎梏。上海女排主教练王之腾总结球队失利的原因时，谈到

接发球环节表现糟糕。“队伍在接发球环节出现了很多问题，这是比较糟糕的一点，导致我们在进攻拦防和整体节奏都有波动。”他进一步补充道，“比赛现场就是抑制与反抑制。对方从发球开始，就比我们做得好，而我们出现很多无谓的失误。每一个环节相辅相成，第一个环节出了问题，后面就会犯更多错误。我们没有打出自己应有的水平”。

回顾整场比赛，上海队并非一丝机会都没有，第三局比赛是重要的分水岭。江苏女排二传刁琳宇在比赛中意外受伤，突发情况让上海女排有了逆袭翻盘的可能性。但面对经验更为老到的江苏女排，上海队没能展现出半决赛战胜天津女排的韧性。当刁琳宇下场时，由国手张常宁、龚翔宇、吴梦洁、倪非凡坐镇的江苏女排没有自乱阵脚，反而一鼓作气拿下比赛，成熟的表现值得上海女排学习。

对于上海女排而言，首场失利并不可怕，重要的是需要通过这场脆败快速成长。战胜心魔从来都不是易事，但球队必须要在短期内调整心态找回精气神。根据赛程安排，第二回合对决将于3月4日晚在常州举行，王之腾表示，上海队在2日上午出发常州进行备战工作，“时间比较紧，但好在常州并不远。过去之后首先要在心理上对队员进行疏导，然后开会总结这场比赛出现的问题。”



运动员在频繁跨省作战中，身体始终处于“恢复未完成即再消耗”的恶性循环



视点

球员接连受伤，精彩大打折扣谁之过？

3月1日，女排超级联赛进入收官阶段，冠军争夺战首回合，江苏队主力二传刁琳宇在传球时膝盖重伤倒地，含泪下场。另外一场三四名比赛中，天津队小将陈博雅遭遇崴脚离场。算上不久前受伤的李盈莹，以及赛程中期受伤的龚翔宇和张常宁。这一幕幕似曾相识的悲剧，将本赛季排超联赛的残酷性推向高潮——半套国家队主力阵容陷入伤病泥潭。当竞技体育的荣耀被伤病阴影笼罩，我们不得不思考：这背后究竟是谁之过？

本赛季排超联赛从2024年10月26日开赛至2025年3月持续近五个月，迄今为止前四名队伍均以出战30场以上，远超欧洲顶级俱乐部科内利亚诺的同期场次。更致命的是，联赛采用“一周双赛+主客场”模式。以上海队为例，从东北辽宁到华南深圳，单程飞行时间超过4小时，而两场比赛间隔仅三天，其中一天半消耗于旅途。运动员在频繁跨省作战中，身体始终处于“恢复未完成即再消耗”的恶性循环。

排超联赛本质是通过比赛进一步提升国家队水平，但效果并未显著。对比巴黎奥运会女排冠军意大利，该国联赛是当今排坛最高水平的联赛之一，意甲联赛赛程更密集，但其国土面积仅为中国的3%，主客场交通时间可控，且拥有成熟的轮换体系与医疗保障。反观国内排超，球队青训断层严重，主力阵容常年“一套打到底”。天津队对李盈莹的依赖便是典型：其受伤后，球队无合格替补，半决赛不敌上海队，暴露出板凳深度浅薄的痼疾。当中国排超仍停留在“伤后救火”阶段，欧洲联赛早已进入“预防为主”的科学时代。

另一方面，2025赛季排超引入排位赛、全局赛等复杂赛制，四强队伍需反复对战同一对手，比赛冗余度陡增。多名主教练曾坦言，“伤病已成为拖垮球队的最大敌人”。联赛扩军、外援引入、转播权高价出售……排超的商业化进程看似如火如荼，实则陷入“虚假繁荣”。各队为短期成绩疯狂堆砌主力，却无视梯队建设。天津队“李盈莹依赖症”背

后，是青训体系培养不出第二个顶级主攻的尴尬；江苏队龚翔宇受伤后，接应位置竟无可靠替补。这种“掏空主力、透支未来”的模式，与邻国日本V联赛“以老带新、均衡轮换”的策略形成残酷对比。

球员受伤是外界不愿意看到的惨痛结果，但我们更需要思考联赛出路何在？笔者认为，要打破困局，必须从制度层面动刀，应回到重构赛制与回归“人本体育”。其一，压缩赛程周期。参考日本联赛分区制，减少东西球队跨区作战频率；其二，建立强制轮换机制。规定每场比赛必须起用一定比例的青训球员，避免主力过度消耗；其三，升级医疗保障。强制俱乐部配备运动医学团队，设立球员健康数据库，实时监控身体负荷。

此外，更深层的改革在于价值观的重塑。排超联赛需从“成绩至上”转向“可持续发展”，将运动员职业生涯长度纳入考核指标。正如网友所言：“我们想看的是球员绽放十年，而非燃烧三年！”