



领先13分被逆转 一盆冷水浇醒大鲨鱼

本版撰稿 特派记者 薛思佳 发自义乌

2025-2026赛季CBA联赛继续进行，上一轮击败福建队的上海男篮继续自己的客场之旅，挑战浙江稠州。最终，球队在一度最多领先13分的情况下，被对手在末节完成逆转，以82比85不敌对手，无缘五连胜。

继上一轮30分的客场大捷之后，上海男篮马不停蹄从泉州奔赴义乌，备战与浙江稠州的客场赛事。身为近年来季后赛的常客，浙江稠州经历赛季初的低迷之后，经过换帅等方面的调整，逐步走上正轨，并且在昨晚与上海男篮的比赛中迎来了国手程帅澎以

及主要替补球员王仔路的复出。

此役，上海男篮调整了自己的先发阵容，由袁堂文顶替刘铮，搭档弗格、张镇麟、李弘权和怀特塞德出战，但这样的变阵在开局并没有起到很好的效果，反而被对手打出了一波进攻高潮，好在教练组及时调整，换上刘铮、王哲林、洛夫顿等球员，重新掌握了场上的主动权，并且带着6分的领先优势进入中场休息。

易边再战，古德温和怀特塞德联手帮助球队打出了一波进攻高潮，但无奈对手在末节发起了强有力的反扑。反观上海男篮本场比赛投篮准心全无，仅有五个三分入账的同时，罚球

弗格、白边状态回暖，四大外援已渐入佳境——

弗格成“弗神”，白边变“魔兽”

上海男篮近期所取得的一波连胜，几位外援的表现可谓是居功至伟。随着赛季的深入，无论之前仰仗更多的古德温和洛夫顿，还是出场时间较少的弗格和怀特塞德，都逐渐找到了自身的定位，帮助球队稳固积分榜上的排名。

弗格个人魅力 更衣室定心丸

在客场与福建队的比赛中，上海男篮略显意外地对先发阵容进行了调整，由弗格顶替古德温出战，而更让人意外的是，首发出战的弗格打出了加盟上海男篮至今最为出色的一场比赛。在25分钟的出场时间内，弗格16投10中，外线10投6中，罚球11中10，拿到全场最高的36分和3个篮板，其中首节就拿到20分，帮助球队在客场收获一场30分的大胜，以至于球队主教练卢伟都在赛后对其赞不绝口，“弗格这场比赛的表现非常好，希望他可以延续下去。”

作为上海男篮休赛期引进的一名新援，弗格自加盟球队之后的表现和状态一直都没有达到球迷的预期。在对阵福建队之前的17轮比赛中，弗格场均出场129分钟，贡献79分、2个篮板和16次助攻，但投篮命中率只有31.4%，三分命中率更是跌至27.4%，均为CBA职业生涯新低，如此低迷的状态也让球迷开始想起了“换弗格”的呼声。

事实上，弗格迟迟找不到状态，与他的上场时间被大幅缩短不无关系。在本赛季每节时间缩减至10分钟之后，作为球队“第三外援”的弗格上场时间被大大压缩，尽管弗格有着多年征战CBA联赛经历，并且帮助辽



宁队取得过“三连冠”的成就，个人还曾荣膺总决赛MVP称号，但一下子从主力核心转换成替补席“微波炉”的角色，显然他自己需要一段时间的适应，更何况上海队之于他而言是一支全新的球队。

虽然在球场上的状态并不尽如人意，但弗格在训练场，尤其是更衣室中发挥的作用得到了俱乐部上下的一致认可，“他为人非常谦逊和善，而且很愿意和你交流，告诉你在场上做些什么，完全没有任何架子。”作为曾经在辽宁队一同共事过的队友，张镇麟用“伟大的运动员”来形容弗格这名外援，“无论训练还是比赛，他都是最努力认真的那个人。在球场上，他是一名好球员、一个好榜样，在私底下，他是一名好丈夫、一名好爸爸。”

除了队友之外，管理层和教练组

对于弗格在更衣室起到的作用也给予了非常高的肯定，尤其是当古德温、洛夫顿或是怀特塞德因自身表现而出现情绪起伏的时候，弗格永远是第一个出现在他们身边进行安抚的队友，“他真的是一名很职业、很出色的球员。怀特塞德因为刚来CBA不久，很多东西都不太了解，都是弗格告诉他怎么去做，怎么去适应这个联赛，人格魅力真的很强。”怀特塞德的中方经纪人说道。

在自身状态迎来回暖的同时，弗格也收获了另一个好消息，即他和妻子即将迎来自己第三个女儿的诞生，这或许将给予他在球场上更多的动力。与此同时，他将在明天迎来自己的37岁生日，届时球队也将力争用一场胜利为这位征战10年的老将送上最好的一份生日贺礼。

“白边”恐怖防守数据 撑起球队内线“禁飞区”

相较于弗格，被球迷称为“白边”的哈桑·怀特塞德更是成了近期球队的一大惊喜。根据统计，在近五场比赛中，怀特塞德在场均15.4分钟的出场时间内，可以交出11.6分、11.2个篮板和18次盖帽的恐怖数据，投篮命中率高达61.5%，其个人的防守效率更是攀升至联盟第一，足以有能力去竞争本赛季的“最佳防守球员”称号。

很长一段时间以来，上海男篮都在努力为王哲林寻找一个合适的内线替补，但无论是国内球员还是外援，效果都不甚理想，直到怀特塞德的到来，终于帮助球队大大提升了自身的内线深度。尽管休赛期在日本的试训效果并不算太令人满意，但管理层和教练组经过商量之后，最终还是决定把第四个外援名额给到怀特塞德，“因为在日本的时候，他已经有段时间没有训练和比赛了，身体状态不在最佳，但在比赛中还是可以看到他护筐以及篮板方面的能力。”

经过赛季初的适应和调整，怀特塞德在广东的两连客中彰显出了自身的价值和实力，尤其是在与广东男篮一役中，他全场贡献12分、18个篮板和3次盖帽，几乎以一己之力撑起了大鲨鱼的内线“禁飞区”，也依稀让人看到了曾经那个在NBA拿到篮板王、

盖帽王和最佳防守第二阵容的球员，“对我而言，上场就是全力以赴帮助球队取得胜利，尤其是在防守端尽可能地帮助球队做出贡献。”对于自身在球队中的角色，怀特塞德有着很清晰的认知。

在怀特塞德登场效果极佳的情况下，教练组也不再局限于依靠某一套固定的阵容担任先发，而是根据不同的对手，以及自身球员的状态，开始调整自己的首发五虎，而怀特塞德就曾连续顶替洛夫顿先发登场，并且表现不俗，“他完全具备首发的能力，我们教练组也在时刻观察每个球员，包括他自身在场上的状态，随时进行调整。”上海男篮主教练卢伟说道。

弗格以及怀特塞德的状态回暖，对于正处于战绩上升期的上海男篮而言无疑又是一大利好消息。在不少圈内人士看来，上海男篮本赛季能够竞争四强的最大资本便是球队雄厚的板凳深度，而随着赛季临近过半，球队也逐渐将这一优势发挥得淋漓尽致，无论是两位年轻小将偰李永炜、刘礼嘉，还是两位外援弗格、怀特塞德，上场时间都有所增加，状态也渐入佳境，这无疑给主力球员提供了更多的休息时间，避免因过度疲劳而产生不必要的伤病。

