

运动影像 令人感慨 成功真谛 后天努力

一张老照片验证了天道酬勤

“他”是谁?“他”又是哪个项目的著名运动员?昨天,本报体育版刊出了一张肌肉发达的帅小伙照片,让广大读者一起猜一猜,谜底今日揭晓——这位拥有发达胸肌、健硕身材的年轻人,就是上世纪七八十年代沪上有名的“小黑皮”、篮坛名将郑福根。对于他,很多上了年纪的老球迷并不陌生,但年轻人恐怕很难会把他与篮球运动联系在一起,毕竟现在像他这样身材的篮球运动员也非常罕见了。

成功=先天禀赋+后天努力。这个命题被无数次地解读与验证。拍摄这张照片的时候,正是郑福根27岁的当打之年。“这不是个例。肌肉都是练出来的,我的队友们也同样矫健。”郑福根和他的老伙计们,验证了天道酬勤。“后天努力才是成功的决定性因素。”

郑福根1.88米的个头放到篮球界来看,只能算矮小队员。16岁进队时,他还只会右手上篮。“还记得大冬天的时候我们5时就要起床,5时45分开始早操到8时15分。”这只是一天中的第一练。上午9时,下午3时,还有高强度的练习。“一个礼拜练三天。上篮技术、投篮、运球,这三项基本功是主要训练内容。只有基本功扎实了,动作规范了,才有可能发展下一个动作。篮球是一系列技术的串联,而基本功是一切的可能。”练动作、练体能,稳扎稳打让那一代

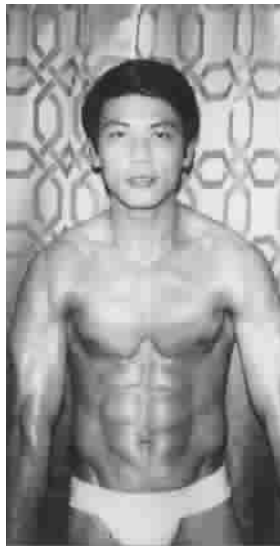
运动员受益不少,上海男篮也一直稳居全国前三名,成绩喜人。郑福根在41岁的高龄回到甲A联赛的赛场,还通过了3200米折返跑的体能测试,底子厚可见一斑。育人,拔苗助长是大忌。上海篮球协会副会长乐继跃对此深有感触:“中国篮球如今陷入尴尬境地,一是我们篮球教育性子急了,二是现在年轻运动员后天的努力缺了点。”去年中国男篮在亚锦赛上仅获第五名,创下中国男篮在亚锦赛上的历史最差战绩,36年来第二次无缘男篮世锦赛。而在看似热热闹闹的CBA赛场,唱主角的也总是舶来的洋外援。我们自己的力量在哪里?

在郑福根看来,篮球并不是单纯地追求高度。乔丹、科比、詹姆斯这些巨星都算不上是NBA中的“高大上”,但却不影响他们成为顶梁柱。“基本功扎实了,还需要相当的文化水平。打篮球,不读书肯定不行。”文化缺失,理解能力便有限。“这样的话,你就不能解读教练的意图,不能很好地贯彻战术。40分钟的时间里,你怎么能始终保持清醒头脑?这也是现在中国篮球界的一个突出问题。”

时至今日,郑福根的运动影像仍叫人啧啧赞叹。时代在变,观念在变。不变的是生活的真谛,在各个领域的实践;没有随随便便的成功,也没有轻轻松松的荣誉。本报记者 华心怡



■ 1979年,上海男篮主力后卫郑福根(白)在与来访的美国华盛顿子弹队比赛中,凭借出色的身体素质,拼抢篮板球一点不落下风 洪南丽摄



■ 27岁的郑福根,凭借强健身体和过硬技术成为上海篮坛的著名运动员。有点像李小龙?



■ 长年的训练,让如今59岁的郑福根依然保持了令人啧啧赞叹的身材

同场同时同牌

双千人双人桥牌赛昨举行

本报讯(记者李京红)一项新的基尼斯纪录昨天在上海世博馆诞生。昨天下午,2000多名上海桥牌爱好者参加了双人桥牌赛。这次双千人双人桥牌赛,成功地冲击大世界基尼斯纪录!中国桥牌协会主席、大赛名誉主任项怀诚为冠军选手颁发奖杯。上海市副市长、大赛组委会名誉主任赵雯宣布比赛开幕。

本次大赛桥友报名踊跃,上至八十九岁的耄耋老人,下至八岁的聪慧少年纷纷前来参赛。世博馆内,全场以“黑桃、红桃、方片、草花”四种花色分成四个赛区,共设53个比赛大组,计523桌,有2092名桥牌好手一起“同场、同时、同牌”竞技。所有参赛者都获得了大世界基尼斯参赛证书。

获得全场第一名的是孔林德/肖松,丁德宏/岳琦宙。本报记者李京红同王礼萍搭档获全场第六名。

上海男排一路狂飙

本报讯(记者李京红)全国男排联赛进入复赛第五轮。昨天,积分领先的上海队在主场以3比0轻取江苏队,豪取15连胜,继续领跑积分榜。

上海男排主场迎战新人为主的江苏队,仍然派出了外援萨瓦尼和大卫·李为首的最强阵容。江苏队名将张晨进入12人名单,但并未出场,除周鸿、陆振外均是清一色的年轻队员。上海队的网上实力和整体攻防优势明显。全场比赛,几乎没费周折,耗时67分钟就直落三局取得了比赛的胜利。

目前,上海队、北京队已经确保进入四强,山东队也已基本进入四强。另一个四强席位争夺将在八一队和河南队之间产生。

客场两连败后,昨晚与山东队之战竟成了上海男篮能否进入季后赛的关键之战。赛前,上海男篮紧急调整了教练班子,原负责临场指挥的外籍执行教练贝弗里奇下岗,代理主教练王勇重新取得了比赛的指挥权,并最终以前96比82战胜山东队,在晋级季后赛的道路上掌握了主动。

尽管上海东方篮球俱乐部昨天在官方微博中称洋帅离队的原因是“需回国处理个人及家庭事务”,但球队战绩不理想显然是他下岗的主要原因。自贝弗里奇到来后,上海队的排名从当初的第三落到了第七,几场关键战赢球变输,他的临场指挥能力和赛前的战术安排都受到了球迷和球员的质疑。特别是上一轮客场输给旅顺吉林

洋帅成“洋盘”

关键时竟把队长忘记了 王勇昨重新取得指挥权

队、将球队逼入保八险境之后,即使贝弗里奇家里没事,俱乐部也到了必须有所调整的时候。上海队队长刘炜昨天谈到洋帅时说了句令他哭笑不得的话:“有几场比赛打到最后时他把我忘记了,我其实状态蛮好的。”

昨天上海男篮的另一大变化,是请长假陪伴患病妻子的主教练王群又出现在源深体育馆。据了解,从第6轮起一直没出现在球队

和赛场中的王群,昨天上午接到了姚明的电话,姚明希望他能在沪鲁之战前给王勇出出主意,帮助球队渡过难关。王群接到电话后马上来到球队的训练馆。俱乐部总经理章明基昨天说,王群给球队提了些很好的建议,对球队帮助非常大。但具体建议的内容章明基称不便透露。

对于王群什么时候会正式归队,章明基昨天没有给出具体说法。“因为他爱人还需要王群照顾,

客场他肯定去不了。下一个主场也很关键,只有赢了才能说肯定进季后赛。所以,常规赛最后两个主场王群一定会来的。”

现在,上海男篮的教练班子是王勇冲在前面,负责日常训练和比赛指挥。王群和刘炜隐在幕后,与王勇、章文琪一起商讨比赛战术和用人安排。姚老板也会给出一些建议。正像俱乐部副总张弛所说:“我们是一个团队在作战,王勇指挥比赛时能取得这么好的成绩,其实有很多人帮助他。”包括昨天的胜利,王勇本赛季临场指挥了七场比赛,赢了五场,并在客场击败了联赛最强球队广东队。

据了解,本赛季接下来的比赛上海男篮不会再做教练班子的调整。 本报记者 王志灵

5个加时赛 多打半场球

CBA 闽浙之战创多项纪录

本报讯(记者李元春)昨晚CBA历史上出现一场堪称最刺激的比赛,福建队主场与浙江队的比赛,双方足足打了5个加时才分出胜负!最终福建队以178比177获胜,比赛历时3小时3分钟,福建队得到178分、两队历经5个加时,总共得到355分、6人得分达到30+……一场比赛创下CBA多项纪录!

在NBA历史上,曾经出现过一场6次加时的比赛,不过那是在遥远的1951年,NBA出现5次加时的比赛也不过两次。CBA历史比NBA短得多,但是昨晚也产生了这场马拉松式的5加时之战,这两支球队也给CBA留下了一连串此后很难被打破的纪录。

本场比赛之前,CBA单场总得

分纪录是287分,而昨晚两队实际上在第3个加时结束时,就已经将这个纪录抛在了身后,当时总得分就已经达到300分,而最终他们更是将原先的纪录提高到了355分。

原本浙江队员张大宇是可以创造一个单场出场时间纪录的,但是他在第5个加时开始后不久就被罚下,这让他出场时间停留在了

63分30秒,最终他将单场出场时间的纪录拱手让给伊朗人巴赫拉米,后者本场一共打了67分17秒。

最后一项令人难以望其项背的纪录是,福建队一共有5人在得分上达到26分以上,赵泰隆的26分已经是福建队这5人中的最低,韦斯特和巴赫拉米竟然都有37分和11次助攻的表现。浙江队阵中更是有张大宇的36分16个篮板,哈里斯的55分17个篮板,斯班瑟的47分13个篮板和9次助攻……在以后很长时间内,或许再难见到如此恐怖的数据集中出现在一场比赛中了。

欧洲诸强联赛战报

| | | |
|------|-----|---------|
| 托特纳姆 | 1比0 | 埃弗顿 |
| 曼联 | 2比2 | 富勒姆 |
| 塞维利亚 | 1比4 | 巴塞罗那* |
| 沙尔克 | 2比0 | 汉诺威 |
| 摩纳哥 | 1比1 | 巴黎圣日耳曼* |

带*球队暂居所在联赛积分榜榜首

体彩公告

| | |
|------------|--------------------|
| 排列3第14032期 | 中奖号码:2 6 6 |
| 直选 | 7503注 1000元 |
| 组选三 | 5517注 333元 |
| 排列5第14032期 | 中奖号码:2 6 6 6 9 |
| 直选 | 16注 100000元 |
| 七星彩第14014期 | 中奖号码:9 5 0 6 7 7 6 |
| 一等奖 | 0注 0元 |
| 二等奖 | 8注 49092元 |
| 三等奖 | 139注 1800元 |
| 四等奖 | 2596注 300元 |
| 五等奖 | 28893注 20元 |
| 六等奖 | 352508注 5元 |