

■沈琼：“我能当好优秀运动员，就能当好一名优秀教练。”——见习记者 李铭坤 摄

一心系排球 无暇思红袖

——专访上海男排少帅沈琼

文体人物

专访“少帅”沈琼，说好的一年一次。这一季的总决赛，如人所愿，沈琼率领的上海男排，再次以常规赛第一名的身份强势晋级总决赛。当主教练的第四年，他笑言，“我老了，不是少帅了。”他依旧保持着好身材，但黑眼圈明显深了。除了比赛和训练，沈琼要操心的方方面面实在太多了，队员的心理调节、外援的挑选，甚至男排市场的推广。2018年，训练场上的他，多了几分威严，但在队员心底里，他还是那个“邻家哥哥”，以至于个人问题也无暇顾及……

队当助理教练时发现的“宝”。沈琼回忆道，去年在市场上流动的世界级外援太少了，于是在世界男排联赛期间，他在观看法国队比赛时，注意到了林内尔。“我们的目标是冠军，我必须挑选高质量外援。”半决赛之前引进内援饶书涵和王径一，细心的沈琼早早做好了打算。战胜四川队挺进总决赛之后，回沪第一天，沈琼便请两人吃了顿日本料理，跟他们详细介绍了上海的环境、队伍的氛围、后勤保障等方方面面的细节，“我希望他们能快速融入队伍，让他们在上海打球有家的感觉。”上海男人的细致，在沈琼身上体现得淋漓尽致。

一路思考

驰骋排坛，沈琼是个用心的人。时代的潮流推动着他前行，上海队队长、国家队队长、上海队教练、国家队助理教练……他在排坛的脚步，从未停歇。

一路前行，一路思考。还是国家队队员的时候，沈琼就看中了教练组使用的一套“Data Volley”分析系统。当上上海男排主教练后，沈琼建议引进这套系统，成为联赛中少有的几支走在时代前沿的队伍。“比赛需要数据支持，国家队的经验告诉我，这套系统很适合男排，而且必须要由打过排球的人去做。三年来，我们使用得很成功，包括临场指挥、准备会、技战术分析，我都是通过这套系统来进行分析的。”

今年的外援林内尔，是沈琼去年在国家

奋力争先

2017年，本命年的沈琼许愿要做一只“战斗鸡”。然而，全运会八进四被淘汰，他坦言，没能成为“战斗鸡”，这是去年最大的遗憾。

被淘汰那一天，是沈琼36岁的生日，他连生日蛋糕都没吃。“那场球，让我永远记住了这一天，这个梁子，就此结下。”回忆起2017年9月5日，沈琼颇有几分耿耿于怀的意思，但语气，分明是轻松的。“但也就一两天吧，我

贴心大哥

在队员心里面，场外的沈琼，永远是那个贴心的大哥哥，有什么心理波动，去他房间喝杯咖啡、聊聊天，问题多半会解决。

2016赛季，刚刚在国家队崭露头角的张哲嘉，突然遭遇了伤病，一个赛季不能打球。这个突如其来变化，令沈琼始料未及。

“对于他的伤病，我真的感到可惜，我一直在寻求帮助他的办法。”那个赛季，沈琼既是主教练，又像是大哥哥，始终陪伴在张哲嘉身边。沈琼向记者坦言，其实自己也纠结，“我很喜欢张哲嘉这名运动员。他是个非常要强的人，好胜心极强，天赋也很高。”面对张哲嘉坎坷的排球之路，沈琼一方面要安抚好他的情绪，一方面要监测好他的伤情。即便是这样，上海男排在

上海男排客场遭对手零封 北京队新外援成撒手铜

本报讯（记者 陶邢莹）0比3，上海男排昨晚在客场负于北京队，男排联赛总决赛双方战成1比1平，重新站到同一起跑线。

三外援应战的北京队，坐拥主场之利，明显有了比第一场更足的底气。上海男排并没有因此畏惧，开局反客为主，一度领先对手4分，但此后上海男排并没有保住领先优势，北京队的反击打得非常出色，双方比分犬牙交错，最终北京队以27比25艰难拿下首局。后两局，双方从头至尾都打得十分胶着，但上海男排始终处于“追赶者”的角色，打得很辛苦，虽屡屡将比分艰难扳平，但在



这是谜一样的球队。大多数时候，他们一节拿24分不费吹灰之力，偶尔发疯时，甚至半节就能砍下24分；但在昨晚，他们用了整整两节时间，才艰难拿下24分。102比110，昨晚辽宁男篮没能如往常一样逆转广东队，因为他们上半场只得到24分，全场最多时落后达33分，哪怕知耻后勇追到一度只落后5分，最终仍然差了一口气，被对手将总比分追成了1比3。

上半场得到24分，下半场得到78分，辽宁队的下半场有多疯狂，

辽宁男篮昨役表现让人看不懂 上半场四大主力一分未得

末节追至只差5分这块遮羞布，仍然让人大跌眼镜。

必须承认，辽宁队的整体实力确实在广东队之上。但还是那句话，一场比赛表现如此起伏、反差如此之大，这绝不是一支成熟球队应有的表现。虽说从3比0到3比1，理论上不会影响最后的结局，但对于从没有拿过CBA总冠军的辽宁队来说，只有扎扎实实拿下每一场胜利，低调沉稳朝着目标前进，才有机会摘掉头上那顶“千年老二”的帽子。

赛后辽宁队主帅郭士强表示，或许是因为大比分已经3比0领先，队员们这场打得太放松了，所以发挥不正常。确实，无论是过于轻敌还是其他原因，仅就上半场而言，这堪称是辽宁队的赛季之耻，纵然有