



■ 郎平昨率弟子袁心玥(左一)、张常宁(左二)、朱婷(左三)亮相沪上

本报记者 李铭珅 摄

郎平沪上畅谈执教女排心得 希望朱婷变“超女”

我在现场

挥洒汗水，每一天都向冠军的目标前进。中国女排正在北仑集训，百忙之中，郎平携朱婷、张常宁和袁心玥昨天来到上海，参加“夏练国度”上海站活动。

“郎导，辛苦了。中国女排，加油！”闻讯而来的球迷见到心爱的女排姑娘，大声呐喊。面对记者的采访，郎平敞开心扉，畅谈女排如何团队协作、迎难而上。

问：心理学和压力在体育中分别扮演怎样的角色，你是如何调整队员心态的？

答：人在过度兴奋和过于激动时，往往会有误判，这个时候就要求队员保持平常心。在比赛中，我会要求队员特别注意场上的每一个细节。在平时训练中，就要给她们更多的心理压力，这样才能在比赛中有更好的控制能力。

问：你当运动员时的女排队伍和现在的女排有什么不同？

答：时代在变，教练也要与时俱进。现在的年轻人，会面临外界更多的吸引。她们需要制订一个适合自己的计划，跟随时代的脚步做出相应的变化和调整。

问：正如你所说的，时代不同，女

排姑娘面临的选择不同，你是怎样引导她们的？

答：上世纪80年代初，物质比较贫乏，人们的思想更单纯，会专心地投入刻苦训练中。而现在的年轻人，会面对很多诱惑很多选择，在如此丰富多彩的世界里，做一种选择，是非常艰难的。你必须要有决心，树立一个信念，逼自己去为热爱的事业奋斗，比如排球事业。所以我希望我们的运动员，在面对现实时做出最好的选择，一定要说服自己，把其他东西放到一边，才能达到目标。我经常对队员说，你为了成功，必须努力，但努力了，不一定都成功。

问：你不仅带领中国队奥运夺冠，也曾带领美国队获得过亚军，执教美国队和中国队有什么不同？

答：排球的语言是一样的，但文化背景不同，造成人与人之间的沟通理念不同。我对美国队员更多是启发，点到为止，一般不给直接答案。而在中国的文化背景下，我同队员的沟通更直接，白与黑、胜与负，相当明确。我常告诉她们，要提升自己的视野，在面对众多选择时，给出最合适自己的答案。

问：平时你对运动员说得最多的一句话是什么？

答：我平时说的基本都是鼓励的话。除了技术细节方面，我经常提

醒她们，人啊，得敢想！有些人说，我不敢想。我常说，敢想，才有机会去实现。要相信人的潜力是巨大的。

问：队员们都说你不是一个高高在上的教练，大家在一起相处融洽温馨。能分享一下这方面的心得吗？

答：运动员的坚持，对我来说也是一种鼓励。很多时候，教练也有压力，当看到队员们的努力和坚持，我也备受感染。在困难中大家互相鼓励不放弃，而在生活中，更多的是我向她们学习。比如我不太会网购，不太会下载音乐，我都要请教她们。

问：对你身边的三名爱将，你有什么期待？

答：朱婷，你已经是世界上数一数二的主攻了，全世界都在研究你，你要变得更加坚不可摧，做一个Super Girl(超女)，超级婷！张常宁，你在场上要做好“超级婷”的对角。袁心玥，希望你成为世界上顶级的副攻手。

问：亚运会前，你对队员们有什么寄语？

答：亚运会上的每支队伍，目标都是冠军。我想对队员说，你们现在都是世界冠军、奥运冠军，都非常棒。但一定要不忘初心，冠军的道路永无止境，不要自我满足，继续努力。

本报记者 陶邢莹

舞台已搭好 主角准备好了吗

CBA 选秀大会还有很长路要走

一年一度的 CBA 选秀大会昨天曲终人散，14 位幸运儿借此登陆 CBA 大舞台，人数之多也创下 CBA 历史纪录。可是，本应作为 CBA 选秀大会主角的大学生球员，今年却只有 3 名被选中，这不得不说不是一种遗憾。CBA 选秀大会未来仍有很长的路要走。



■ 姚明出席 CBA 选秀大会

图 VCG

逐年进步

三年前的第一届 CBA 选秀大会，连专门的会场都没有，地点就定在 CBA 联赛办公室，各俱乐部也没有人到场，而是通过电话沟通方式完成选秀。那届选秀大会只有 20 名球员参选，最终只有来自西北工业大学的方君磊被当时的重庆队选中，而他之后在 CBA 联赛中一共只打了 2 分钟，一年后就离开了 CBA。

随着时间的推移，CBA 选秀大会也逐渐完善逐年进步，不乏有 CUBA（中国大学生篮球联赛）球员以及港台球员脱颖而出，至今仍然活跃在 CBA。像去年的选秀状元陈盈骏帮助广州队首次打进季后赛，而前年的选秀球员史仪更是在去年入选中国男篮集训队。

今年的选秀大会更加规范。在 26 日至 28 日举办的选秀训练营中，报名参加选秀的球员接受了体能测试、分队训练、与两支高校球队进行对抗赛等高强度考验，并在 28 日晚分队进行了公开夜赛。这让各俱乐部可以更直观地了解选秀球员。

此次选秀大会，共有 14 名球员被 12 家 CBA 俱乐部选中，人数之多创 CBA 联赛选秀大会纪录。

有新举措

今年的选秀大会，相比往年有了一些新举措，这也使得选秀更具合理性和吸引力。

首先，本次选秀大会首次允许各俱乐部之间互换选秀权，吉林队就通过和八一队互换首轮选秀权，最终在第一顺位选中了姜宇星。像 NBA 一样，CBA 增加了选秀权可以交易的选择，那么各球队在选秀上可操作的空间就明显更大，避免心仪对象被“截胡”的尴尬。去年的

选秀大会，手握 3 号签的浙江队就“截胡”北控队，签下了香港球员惠龙儿，而当时北控已经和惠龙儿基本达成协议。

其次，今年 CBA 公司提高了选秀球员的待遇，状元、榜眼和探花的薪资（不含津贴）分别为 50 万、40 万和 35 万人民币，第 4-14 顺位年薪从 30 万逐渐递减到 20 万，第 15-40 顺位的年薪均为 18 万人民币，相比较而言，去年状元秀的最低保障年薪只有 30 万元。CBA 提高了选秀球员的年薪，主要是为了提供更多一些的利益保障，同时也希望能吸引更多球员参加选秀，走上职业化道路。

仍存尴尬

从首届的绝大多数球队选择弃权，到今年广东队连续两轮选中新秀，CBA 选秀大会已不再是人们口中的“鸡肋”，但是尴尬仍然存在，那就是大学生球员仍然是“配角”。以往三届选秀大会，大学生球员至少有 15 人报名，但是今年这一数字下降到 9 人，最终只有 3 人被选中。

随着中国篮球的发展，CBA 选秀大会已成为沟通校园篮球与职业篮球的一座桥梁，可是目前大学篮球和职业篮球还有较大差距，大学篮球还没法做到像 NCAA（美国大学生联赛）之于 NBA 一样，为职业篮球提供源源不断的新鲜血液。今年选秀大会，前三名都是来自 CBA 下一级别的 NBL（全国男子篮球联赛），大学生球员无论从数量还是质量上来说，都还没法吸引大多数 CBA 俱乐部的注意力。

从目前情况来说，校园篮球要成为 CBA 的人才库，不是短时间内就能办到的，配角成为主角的那一天，还很遥远。本报记者 李元春



记者手记

没有代沟

神，横跨了两代人，而她们之间，并没有什么代沟。

生活中，郎平向队员学习二次元时代的新玩意：训练场上，她鼓励队员，常说“你们非常棒！”甚至，她还让袁心玥担任队内“DJ”，每天训练前由 DJ 来选择播放音乐。郎平年轻时读《钢铁是怎样炼成的》，而面对现在这批孩子们，她不会用自己当年的那套标准去

要求她们，反而会心疼她们忍着伤痛坚持训练，在公众场合谈到姑娘们的伤病时，她不止一次感动到流泪。

郎平承认，当教练也要跟上时代。老的训练方法、老的心理调节模式，需要更新换代。这就是为什么，郎平所率领的中国女排，总能给球迷带来鼓舞和快乐。

陶邢莹