

男篮世界杯小组赛中国队与波兰队、科特迪瓦队、委内瑞拉队同组,外界普遍认为中国队抽到了好签——

仅有“上上签”是不行的

本报记者 袁浩

3月16日,绝对算得上是“男篮世界杯日”。

当日,2019年男篮世界杯小组抽签仪式在深圳举行。这场体坛盛宴到底有多火?“杨超越口误”荣登热搜榜第一位,“中国队上上签”和“H组,死亡之组”紧随其后,“科比姚明同框”位列第7……在这份长长的榜单上,男篮世界杯小组赛抽签仪式贡献了太多话题。

不过,对于“不看热闹看门道”的篮球迷而言,中国队与波兰队、科特迪瓦队、委内瑞拉队同组这条信息最具价值。毕竟中国男篮在世界大赛的舞台上已经很少品尝到胜利的滋味了,苦苦等候的球迷自然希望中国队在“上上签”的加持下有好的表现。

当然,中国男篮虽然抽到了“上上签”,但同组对手的实力并不比中国队差,只是各队整体实力较为接近,中国队有战而胜之的可能。而坏消息是,世界杯的脚步越来越近,中国队的多名主力有伤在身。能否在开赛前打磨好阵容,是摆在中国男篮主帅李楠面前的一道难题。

中国队获得“上上签”

其实,2019年男篮世界杯小组抽签仪式尚未举行之际,中国男篮已经获得了一个“上签”——国际男篮赋予了东道主种子球队的资格,这一规则同样适用于今年举行的U19男女篮世界杯。

种子球队的身份,让中国男篮在第一阶段比赛避开了美国队、西班牙队、法国队、塞尔维亚队、阿根廷队、立陶宛队和希腊队7支强队。

在16日晚的抽签现场,现场8000多名观众则见证了中国队手中的“上签”进阶为“上上签”的全过程。2019年男篮世界杯全球大使科比为中国队抽出了A组的同组对手。见此情形,有球迷甚至乐观地认为,中国队已经提前晋级16强。

相较于中国男篮,H组则是不折不扣的“死亡之组”。同组的澳大利亚队、塞内

加尔队、加拿大队和立陶宛队均具备不俗的实力,2个小组出线名额对于他们来说,确实有些稀缺。此外,F组的希腊队、新西兰队、巴西队和黑山队也将为小组出线展开激烈竞争。

对手并非“软柿子”

对于小组赛抽签结果,在台下见证了抽签过程的李楠表示:“对于我们来说,进入世界杯决赛圈的球队没有弱队。”

自然是波兰队和委内瑞拉队。欧洲无弱队。在当今的男篮坛,除“梦之队”美国队外,就数崇尚身体对抗和团队打法的欧洲篮球了。

波兰队现世界排名第25位,当家球星是现效力于CBA吉林队的兰佩。本赛季,兰佩场均砍下24.3分,是联盟中表现第4好的外援。更重要的是,中国队此前从未与波兰队在世界杯上交过手,对对手缺乏了解。

相对而言,中国男篮对委内瑞拉队没什么陌生。最近一次交手是2016年里约奥运会,中国队以68比72遗憾负于对手。



诚然,2019年男篮世界杯首次从24支球队增至32支球队。不过,32支球队都经历了预选赛的层层考验,能够晋级决赛圈的球队自然不是“软柿子”。

从中国队的小组对手来看,较强的对手

3战全胜,从未失手。世界排名第64位的科特迪瓦队也被视为本组最软的“柿子”。

阵容磨合面临挑战

对于分组形式,中国篮协主席姚明与李楠的看法一致。“我们还是要做自己的准备!甭管什么样的签,只有通过自己的努力,挥洒汗水,花时间去思考、锻炼、比赛,才能真正使它成为上签。”

如姚明所言,不管抽到了什么签,打铁还得本身硬。随着小组赛次落定,2019年男篮世界杯离我们又更近了,如何组建球队?李楠必须未雨绸缪。

眼下,本赛季CBA联赛已经进入到季后赛阶段。等到总决赛战罢,已经是5月。男篮世界杯将于8月31日开幕,也就是说,留给中国队集训备战的时间只有3个多月。

在这3个多月里,李楠要完成阵容组建,球队磨合、比赛热身等一系列准备工作。不过,李楠首先要面对的就是球员伤病。

目前,CBA前两个赛季的常规赛最有价值球员丁彦雨航还在美国恢复训练。“前天我们通过话,他现在恢复得不是很理想,回到赛场的时间又要延迟了。”李楠透露。

主力球员中饱受伤病困扰的还有易建联和周琦。易建联的脚伤一直没有痊愈,一直带伤上场比赛。周琦此前也出现了严重崴脚,目前正在美国特训,保持状态。

此外,中国男篮在经历了红蓝两队拆分后,李楠尚未组队磨合心仪的阵容。而世界杯干系重大,不仅体现了新一届中国男篮的风采,也关系着2020年东京奥运会入场券。在这种情况下,球队能否拧成一股绳,发挥出最大战斗力,变得至关重要。

“我们要先把队伍凝聚起来,所有人都要像握着一个拳头一样,我们才有能力和实力去冲击强队。”中国男篮领军人物易建联表示。



新华社天津3月16日电(记者张泽伟)

对任何一个国家来说,解决医疗和健康问题都不是一件容易的事。正在天津举行的“体医融合·运动是良医”天津高峰论坛暨第二届天津医院运动处方培训班上,中外运动医学专家为“健康中国”建设建言献策,认为在慢性病问题日益凸显的当下,不仅要树立“运动是良医”的理念,更要深入推进“体医融合”,让每个人都“动”起来,让运动成为防治疾病的重要“处方”。

原美国运动医学学会主席斯金纳教授说,包括中国、美国在内,全世界都面临越来越严重的慢性病问题。在致死的六大因素中,高血压排第一位,其次是吸烟、高血糖、缺乏运动、肥胖、高血脂。除了吸烟外,其余几种致死因素都跟运动不足有关。

“更可怕的是,慢性疾病的发病率还有加剧的趋势。以高血压为例,2004年,每4个人中有1人患高血压,而预计到2025年,每3个人中就有1人患高血压。”斯金纳说。

美国运动医学学会资深会员康维斯博士更为担心全世界的肥胖问题。他说:“美国是全世界最肥胖的国家,而中国是肥胖症增长最快的国家。中国肥胖或超重的人已有3亿,这对中国的医疗卫生系统会是很大

的压力。”

传统的以“药物治疗”为核心的健康理念和体系,需要变革。斯金纳说,药物治疗是被动干预方式,不仅让政府和个人为之付出沉重的医疗费用,患者自身还要承受很大的病痛折磨,生活质量更无从谈起。美国在世界上最早推行“运动处方”,倡导“运动是良医”。“这是一种主动的、非医疗干预措施,目的是让大家不去或少去医院。”他说。

斯金纳介绍,美国每年都会召开为期三天的“运动是良医”大会,有来自不同领域、不同行业的专业人士参与。大会不仅是很好的交流平台,也是宣传、推广“运动是良医”这一理念的良好机会。

天津市天津医院副院长郭妍说,“医体结合”的做法值得借鉴。“事实上,我们可以看到‘医体融合’的指导思想已经在《健康中国2030规划纲要》和《慢性病防治规划



F1澳大利亚大奖赛:博塔斯夺冠

3月17日,2019赛季F1首站比赛澳大利亚大奖赛正赛在墨尔本举行。梅赛德斯车队芬兰车手博塔斯夺冠,梅赛德斯车队英国车手汉密尔顿、红牛车队荷兰车手维斯塔潘分获第二、三名。图为博塔斯在比赛中。

新华社记者 白雪飞 摄

声音

下一个改变,或许就源于这些声音

刘颖余

这些年,每到两会,有一个巨大的身影总是能引起媒体的激动和亢奋。他很轻易地就进入了摄影摄像记者的镜头,因为他实在太高了。

你一定知道我说的是谁,没错,他就是姚明。

如果说姚明是中国体育最近10多年来的一个缩影,相信大家都不会有意见。他当运动员时,没有拿过一次世界冠军,但这一点也不妨碍他成为中国体坛标志性的人物,他甚至被美国前总统克林顿誉为“中国对美国的最大一宗出口”。试问,过去和现在有哪个中国运动员能担得起如此大的荣誉。

姚明现在已经成为中国篮协主席,也是全国政协委员。他不只是有大块头,也有大智慧。和许多羞涩内敛的体育界别委员不同,他敢为天下先,勇于发出自己的声音。前些年,他提交取消商业性和群众性体育赛事审批的提案,可谓石破天惊。孰料,五个月后,国务院便兑现了他的提案。体育人就该这样敢作敢当。

相比于姚明今年“小篮球”的提案,我更惊艳于杨扬此次在两会上的大声疾呼。

杨扬和姚明一样,是少有的具有国际视野的中国运动员。当年盐湖城冬奥会上,她一举夺得两金,实现中国冬奥会金牌零的突破,曾让多少冰雪人扬眉吐气。延续了赛场上的敢打敢拼,她在场下面对各国记者也是毫无惧色,一口流利的英语,让人刮目。退役后,她还曾当选国际奥委会运动员委员会委员,热衷于体育公益,还开有自己的体育俱乐部,现在则是中国滑冰协会副主席、2022年北京冬奥会组委运动员委员会主席,多个角色,转换自如。难怪在两会这样的大舞台上,杨扬也并不怯场。

杨扬今年的提案之一是,希望体育和教育部门能联手举办更多的校园赛事,让小学与中学,甚至是大学相衔接,打造完整的青少年体质,功在长远,岂能等闲视之。现代体育发展至今,早已不是体育部门一家的事情。中国体育也正面临着由体育部门主导到全社会共同发展的转型。这一转型已成大势所趋,它不只是需要政府的推动,更需要社会各种力量的跟进,包括人们认识的改变,文化的培育——千万不要小看这些无形的手,它们才是决定体育发展后劲的最坚韧的力量。

在两会这样最高级别的政治大舞台上,体育人敢于发出自己的声音,是令人欣慰的。希望全社会都听到这些声音,也希望体育人继续发声。念念不忘,必有回响。下一个改变或许就源于这些声音。

吕文君:入选国足非常荣幸

新华社南宁3月17日电(记者黄耀滕)17日,中国男足在广西壮族自治区南宁市的广西体育中心2号训练场开始下午的训练课。首次入选国足23人大名单的上海上港球员吕文君在训练前接受媒体采访时表示,能入选国家队很荣幸,希望能为国家队贡献自己的力量。

上赛季中超联赛,吕文君跟随上海上港夺得了联赛冠军,吕文君联赛出场28场,其中替补出场21场,首发出场7场,在大部分都是替补登场的情况下贡献7粒进球、3次助攻。虽然入选国家队的呼声一直很高,但吕文君始终未能获得国足前任主帅里皮的征召。

不包括亚冠比赛,今年新赛季的2场中超联赛以及赛季开始前的中国足协超级杯,3场比赛吕文君贡献了2粒进球、1次助攻,良好的状态终于打动国足新帅卡纳瓦罗。上周刚过30岁生日的吕文君有望在3月21日开始的中国杯上演国家队首秀。

首次入选国足,吕文君也希望有好的表现。“非常荣幸能够为国出战,希望自己能够延续在联赛的表现,把状态带到国家队,踢好中国杯。”吕文君说,已经转会至西甲西班牙人队的前队友武磊也向他表示了恭喜和祝贺。

此外,因为姜至鹏受伤退出而得到替补征召的山东鲁能左后卫刘洋,已经抵达南宁与球队汇合,国足23人已经全部到齐。

运动医学专家:“健康中国”离不开“运动处方”

(2017-2022)》中被提及。作为现代医学的践行者,我们也清晰地认识到将“体医融合”融入“健康中国”的内涵,对于服务人民的全民健康具有十分重要的意义。”她说。

目前,我国一些地方已经引入“运动是良医”概念和项目,并开具“运动处方”。天津市天津医院是天津地区“运动是良医”的发起者、推广者、践行者,已经在天津大学启动了首个“运动是良医”推广项目,为学校医院的医护人员进行慢病管理、科学运动专业的培训;专家团队走进校园,为教职工进行体检报告解读,并针对体检中筛查出的各种慢病给出合理化建议,根据不同人群开出“管住嘴、迈开腿”具体方法的“运动处方”。

天津市天津医院健康管理科主任杨晓巍说,启动、推广“运动是良医”项目,就是要倡导“主动健康”理念,推动健康关口前移,促进医体深度融合,最终提升群众的体质健康和

幸福水平。天津医院将努力推动“运动是良医”项目在更多地方落地。

康维斯博士对天津医院的做法大加赞赏:“这是一家不一般的医院。他们不仅仅关注接诊了多少人,为多少人做了手术,还更广泛地关注这个城市的人民的生活方式和生活质量。这不仅是一种医疗方式的变化,更是巨大的文化变化。”

这种变化在康维斯看来,也许从2008年就悄然开始了。“2008年北京奥运会时,中国人可能更多关注的是竞技体育,是获得多少奖牌,但此后更多地关注到大众体育、全民健身。这是非常大的变化。”

当然,仅有观念的变化还不够。斯金纳认为,最关键的是要大家动起来,让每一个人通过运动,过上健康、有质量、有意义的生活。

“世界需要一个越来越健康的中国。”他说。



2019环海南岛国际大帆船赛开赛

3月17日,2019环海南岛国际大帆船赛全环组海口到三亚离岸赛开赛。图为参赛船只在比赛中。

新华社记者 杨冠宇 摄