

454支队伍超3000名青少年参与,北京市小篮球联赛精彩收官——

打好小篮球 心怀大梦想

本报记者 刘兵

近日,为期三天的2025“极下之光杯”北京市小篮球联赛决赛在首钢篮球中心举行。来自北京市8个赛区的79支球队、637名小球员参与了决赛角逐。

赛事主办方相关负责人表示,小篮球联赛秉承着公益和为中国篮球发现人才的初衷,同时为孩子们提供团队合作、展示自我、提升篮球技术的平台,对塑造青少年健全人格大有裨益。今后将进一步创造条件,让更多的孩子参与小篮球运动,筑牢中国篮球的塔基。

赛事水平持续提升

“好球!现在U8(小于8岁)、U10的一些孩子打球的水平,让人感到欣喜。”在北京市小篮球联赛决赛现场观赛的北京市篮球运动协会青少年发展委员会会长焦健如此感叹。

比赛中,每一场比赛竞争都十分激烈。尤其是U12组别,一些孩子的身高接近成人,身体对抗程度和传球运球的水平也接近成人。家长在观众席观战,比孩子更兴奋。

所谓“小篮球”,是根据12岁以下的少年儿童生理特点,参照成年人篮球运动竞赛规则,比赛所用的球、球场、篮架及比赛时间、比赛人数、比赛规则等均有不同的规定。如U8组别篮板高度2.35米,U10组别为2.60米,U12组别为3.05米。

记者了解到,根据儿童的发育特点和男

女比例,本次赛事分为U8组(不分男女)、U10男子组、U10女子组、U10混合组、U12男子组、U12女子组。焦健告诉记者,现在女生参与小篮球运动的积极性不断提高,“决赛637名球员中,女生接近200人,占比超过30%”。

参加本次决赛的球员是从预赛的激烈比拼中脱颖而出的。预赛阶段,共吸引全市8个赛区的454支队伍共3233名青少年参与。3月中旬,各支队伍首先进行了分区赛,各个赛区的优胜者才获得参加决赛的机会。

据介绍,北京小篮球赛事举行八届以来,不断发展壮大,联赛参与人数从几百人猛增至目前的3000多人,赛事水平和球员水平也逐步提升,发现的好苗子越来越多。本次决赛,有8名国际级和国家级裁判执裁,其余也是各区的骨干裁判员和北京市篮协重点培养的青年裁判员。

成长比成绩更重要

在本届北京市小篮球联赛决赛前,由全国篮球协会编著的《小篮球球员指导手册》(以下简称《手册》)正式发布。《手册》内容涵盖了小篮球运动的基本知识、技能训练、战术指导、比赛规则、营养指导等方面内容,还特别增加“女孩篇”和“家长篇”,鼓励女孩参与篮球运动,并为家长提供实用指导。目的在于更好地推广小篮球项目,指导更多的孩子打球。

《手册》主编宋占军对记者表示,大篮球、

高篮架一定程度上会挫败孩子的自信。降低篮球项目的门槛,就能让更多孩子走进篮球场。“实际情况也是这样,在校园推行‘小篮球’规则后,我们逐渐发现学生接受度比以往更高。”

来自U10女子组优肯橙蓝队的许梓萌,是在好朋友的带动下接触篮球的。起初女孩玩篮球,父母还不太乐意,但练习篮球两年多,许梓萌变得乐观开朗了许多,和同学的关系融洽。“投篮得分能给我带来自信,我的身体也越来越好了,现在很少感冒发烧。”

此次U12女子组冠军争夺战中,和一闪队打得十分顽强,但最终不敌朝阳体校队。不过,和一闪队主教练刘焕然认为,孩子的成长比成绩更重要。“每一个学生都走上职业篮球的道路不现实。通过训练和比赛,锤炼坚韧不拔的意志,收获友情,懂得团队协作是终身的。”

北京市篮协秘书长薛正武表示,小篮球的最大目的和意义是参与,孩子们享受篮球运动的快乐、强健身心、完善人格,比输赢本身重要得多。“打好小篮球,心怀大梦想。无论是掌声、呐喊还是泪水,都共同见证着孩子的成长与蜕变。”

夯实中国篮球塔基

目前,我国在篮球青少年人才培养方面,面临传统体校模式萎缩、体教融合的顺畅程度有待提升等新课题。业内人士认为,青少

年人才的培养,需警惕犯下过于追求短线成绩、忽略人才长线培养的错误。青少年阶段,队伍出苗子远比出冠军更重要,选手的成长要比成绩更关键。发展篮球关键在于增加普及度,让更多青少年参与进来。

焦健对记者坦言,发展小篮球运动属于打地基的工作,很多人看不见,但十分重要。“塔基宽了,塔尖才会更高。只有越来越多的青少年参与篮球运动,供给他们展示自我的舞台,才能发现更多人才,急功近利想走捷径注定无法成功。”

据介绍,每一届北京市小篮球联赛都会对所有小球员的技术数据做出整理,包括投篮次数、命中率、助攻数、篮板数等。以此为基础,学校和篮协从中可以发现具有天赋的孩子,提供更高的平台,帮助他们实现自己的篮球梦想。

数据显示,小篮球联赛从2018年至2024年期间,全国共有107万人次参赛。尤其是近三年参加人数猛增,极大调动了全国各地小学生参与篮球运动的积极性,为中国篮球运动的发展夯实了塔基。

中国篮球协会副主席徐济成表示,“小篮球”是中国篮协提出的运动方案,目的是让更多孩子爱上篮球,促进篮球运动的推广和普及。“我希望更多孩子更好地接触篮球、参与篮球,感受篮球的魅力,从而扩大中国篮球人口基数,厚植青少年篮球发展土壤,促进少年儿童身心健康成长。”

本报记者 朱亚男

近日,世界羽联宣布,本赛季将在部分世界羽联比赛中试行“3局15分制”的计分规则,其中包括十场世界羽联三级赛事。第一场是5月7日至11日举行的墨西哥国际挑战赛,最后一场是10月28日至11月2日举行的中国国际挑战赛。随后根据各方反馈,决定是否在2026年度大会上提议正式启用新的计分规则。

目前羽毛球比赛通常采用三局两胜、每局21分制的规则。与21分制打到20平就必须超过对方2分才算获胜一样,15分制如果打到14平,也要领先对手2分才能赢得该局,不过每局最多打到21分。每局当有一方获得8分时,进入局间休息。

21分制规则下,动辄40分钟以上的冗长的比赛时间问题时常受到诟病。这已经不是羽毛球项目首次尝试在计分方式上做出改变,此前,世界羽联就曾在主席拉尔斯的推动下多次尝试过精简羽毛球赛制。

2014年,世界羽联就尝试过在一些低级别比赛中使用5局3胜11分制的赛制。2018年,5局3胜11分制的提案被提交到了世界羽联年度大会,得到129票赞成123票反对,赞成票未达到三分之二,最终未能变成正式规则。而在2021年的世界羽联年度大会上,5局3胜11分制的规则再度被投票表决,最终还是以微弱劣势未获通过。

拉尔斯表示,缩短比赛时间、推广更加“精简”的计分方式,可以让羽毛球比赛更有利于观众收看和转播。“缩短比赛时间会让羽毛球更具影响力,在电视转播时会更吸引人。这会转变为更多的收入,球员收入也会相应增加。观众很难在长时间的比赛中保持兴奋度,而且太长的比赛对下一代的年轻人也没有吸引力。”

除了转播和观众方面的考虑,在北京体育大学竞技体育学院副教授冷波看来,精简赛制还有利于保护运动员的健康,延长他们的运动寿命。“比赛时间越长,运动员受到损伤的几率就越大。新赛制下比赛时间相应缩短,对运动员的身体健康来说是有好处的,对运动员的体能要求也会随之下降。”

对比其他小球运动,冷波认为羽毛球运动员的运动寿命是最短的。他指出,许多羽毛球运动员膝关节、踝关节、腰背部都有不同程度的损伤,很多时候这些损伤都是疲劳造成的。

而对于即将尝试这一规则的运动员来说,需要提前适应新的比赛节奏。冷波认为,“15分制”的比赛时间更短,节奏更快,无疑会减少球员失误的容错空间,增加比赛的偶然性,对“慢热型选手”来说需要尽快调整,快速进入比赛状态。除此之外,“15分制”对运动员的心理素质也提出了更高的要求,“可能一两个失误之后就进入关键分的争夺了,运动员在比赛中就需要更强的抗压能力。”

也有不少人对“15分制”改革提出了反对意见,已经退役的马来西亚名将李宗伟曾表示:“要取代现有的赛制并不简单,尤其是当所有人都已经习惯了它。如果真的实行这一变化,那就不是羽毛球了。”

世界羽联“15分制”的改革目前还处在试验阶段,这一赛制最终是否能够被提交年度大会以及能否获得通过,还难下定论。改革与否众说纷纭,但拉尔斯坚信新的计分制将推动羽毛球运动的发展,“这就是我坚持下去的原因”。

整合

武汉将决出首届女足亚冠联赛冠军

据新华社武汉电 (记者乐文婉)7日,据亚足联官网消息,2024—2025赛季亚足联女足俱乐部冠军联赛半决赛、决赛将于5月在武汉举行,武汉车谷江大女足将在主场向首届女足亚冠联赛冠军发起冲击。

亚足联官网赛程显示,女足亚冠联赛半决赛将于5月21日举行,武汉车谷江大女足将对阵越南胡志明市女足,韩国现代制铁红色天使俱乐部将对阵澳大利亚墨尔本城女足。两场比赛的胜者将于5月24日进行冠军争夺战。

女足亚冠联赛是由亚足联主办的亚洲女子足坛最高水平俱乐部赛事,本届赛事共有21支球队参加。3月23日,武汉车谷江大女足客场在点球大战中以6:5淘汰夺冠热门日本浦和红钻女足,晋级四强。

潘其妙击剑世青赛摘铜

据新华社无锡电 (记者董意行 王恒志)近日,2025年世界青少年击剑锦标赛在无锡太湖国际博览中心开幕,15岁中国小将潘其妙在青年组女子佩剑个人赛中斩获铜牌。

潘其妙在本次比赛前排名青年组世界第一。她在小组赛轻松晋级后淘汰赛首轮轮空,随后以两个15:10晋级16强。在15:14惊险击败美国选手西奥班·沙利文后,潘其妙轻取队友饶雪怡晋级四强。半决赛潘其妙以9:15告负,收获铜牌。金牌最终由亚历山德拉·米基娅洛娃摘得。

本届赛事将持续至4月15日,共吸引来自101个国家和地区的1400余名选手参与18个小项的角逐。8日将进行少年组男、女佩剑个人赛。

男子冰壶世锦赛中国队无缘奖牌



近日,在加拿大温哥华举行的2025年世界男子冰壶锦标赛铜牌争夺战中,中国队2比11不敌加拿大队,无缘铜牌,最终排名第4,将在年底的奥运落选赛中争夺米兰冬奥会入场券。

中国队本次由老将徐晓明出任四垒,三垒费学清,二垒王智宇,一垒李智超,杨博昊为替补。图为徐晓明在比赛中掷壶。

世界羽联缘何力推赛制改革

将在本赛季部分比赛中试行“三局十五分制”计分规则

第十六届环海南岛国际公路自行车赛揭幕



4月7日,2025第十六届环海南岛国际公路自行车赛在海南琼海开赛。在首日琼海-琼海赛段的比赛中,喜德盛阿斯塔纳车队车手马泰奥·马卢切利获得本赛段第一名。本次比赛共有20支车队参赛,参赛车手分别来自31个国家和地区。本届环岛赛持续至11日,比赛线路将展现海南“山海相拥”的生态画卷,路线贯穿环岛旅游公路、环热带雨林国家公园旅游公路。赛事共设置5个赛段,起点设在琼海市,终点设在三亚市,途经万宁、陵水、保亭、琼中、五指山、东方、乐东等市县,总里程854.64公里。

新华社记者 杨冠宇 摄

无双毕竟是家山

刘颖余

“这人到了70岁也和10岁没啥区别,脑子里一半是足球,另一半是罗马。”

说这话的是名帅拉涅利的妻子,“这个人自然是拉涅利。”

拉涅利73岁了,有着漫长的执教履历。意甲的尤文、国米、罗马、那不勒斯、佛罗伦萨,西甲的马竞和瓦伦西亚,英超的切尔西和莱斯特城,法甲的摩纳哥和南特……都曾和他结缘。

他最著名的巅峰之作,自然是顶着“1赔5000”的鱼腩定位,愣是带着坎特、马赫雷斯、瓦尔迪等平民英雄,拿下了2015—2016赛季的英超冠军,上演了金元时代难得一见的黑马神话。

再往前追溯,1997年拉涅利在瓦伦西亚,带领球队从西甲倒数爬到第4,还拿了国王杯冠军。还有2019年,桑普多利亚排名垫底,保级都难,拉涅利一去,带队爬到第15名。

有统计表明,拉涅利这辈子接手“救火”球队,平均排名能提升6位,胜率超40%。

正因如此,拉涅利也赢得一个诨名,叫作“补锅界”的GOAT(历史最佳)。

但除了救火和补锅,拉涅利其他方面却乏善可陈,职业生涯居然被解雇了十多次。

拉涅利捧得最大的一个跟头,恐怕是

2000—2004年在豪门切尔西,带队进了欧冠四强,签下了兰帕德、马克莱莱,结果没拿到任何冠军,2004年5月被“扫地出门”。

接替他的“狂人”穆里尼奥留下狂言:“我取代他执教切尔西,这可不是我的错。切尔西告诉我,他们想要赢球,而拉涅利没这个能力。如果他被认为是个失败者,那就怪不了我。”

对此,拉涅利避而不谈,一笑了之。

球迷看不过去,后来拉涅利好几次带领其他球队遇见切尔西,球迷们为了力挺主帅,齐唱嘲讽切尔西的歌曲。儒雅的拉涅利一边感谢支持,一边表示:“不要言语攻击,因为每支执教过的球队都留在我的心里。”

这就是拉涅利的风格,他是个老派的好人,勤勤恳恳,重感情,会发火,但不记仇。

也正是因为重感情,前些年早就想结束教练生涯的拉涅利才会留下一个活话:“我经常告诉别人,只有两种情况才能让我回到教练席:罗马或者卡利亚里,如果那里出现问题的话。”

有趣的是,这两种情况都出现了。

2022年,他带意乙球队卡利亚里,接手前,球队在意乙半程积分榜排第14。5个月之后,卡利亚里拿下联赛第5,闯入附加赛。最后,神奇般地杀回意甲。

为什么要当卡利亚里的“补锅匠”,原因很简单,这里是拉涅利执教职业俱乐部

的起点,1988—1991年间,他一路把球队从意丙带进了意甲。

至于罗马,那就更简单,这是拉涅利的家乡,也是他职业足球梦开始的地方,他还曾于2009年和2019年两次执教过罗马。

“罗马邀请我,我永远没法说不。因为收到邀请,我已经激动得睡不着觉了。”拉涅利如此解释。

谁能相信,2024年底,罗马球迷还在为保级发愁,拉涅利接手后,各条战线28场17胜5平仅6负。2024年12月意外输给科莫之后,罗马在意甲打出一波11胜3平,14轮保持不败,积分榜一路杀进前6。

拉涅利“补锅”到底有何诀窍,有各种总结,比如把球员放在最合适的位置,融洽更衣室气氛,根据对手灵活采取战术等。老帅卡佩罗的评价更为独特:“拉涅利是真的用心在执教,他的球队有灵魂。”

罗马是永恒之城,诞生过无数伟大故事。仅仅在足球世界,这里便传颂着托蒂和德罗西的“遇一人白首,择一城终老”。拉涅利满世界走走停停,然而无论何时何地,在他心里,总是放着一个永不褪色的家乡。

无双毕竟是家山,拉涅利如果听过这句中国诗,他一定会心领神会、感同身受吧。

G声音