

竞技观察

比赛更加精彩,球员加快成长

中职篮焕新前行

本报记者 范佳元

6月5日,上海体育馆被橙色的海洋与震耳的声浪淹没。终场哨响,比分定格在103:82,上海队以总比分4:1战胜浙江广厦队,成功捧起2025—2026赛季中国男子篮球职业联赛(CBA)总冠军奖杯。从2002年首度夺冠,到2026年再度登顶,这一刻,上海篮球等待了24年,也标志着CBA进入新的竞争周期。

冠军球队,状态沉稳成绩亮眼

本赛季,上海队展现出强大的整体实力与阵容轮换深度。常规赛阶段,球队取得38胜4负的战绩,高居积分榜首位,其间创下的23连胜追平队史纪录。休赛期举办的第二届CBA俱乐部杯上,上海队成功卫冕。

季后赛中,上海队接连击败山东队、北京队,挺进总决赛。其中半决赛第四场尤为关键:球队上半场落后16分,第三节打出39:11的“攻击波”,完成逆转晋级。总决赛对手为上赛季总冠军浙江广厦队。系列赛首战上海队101:90获胜;次战依靠外援古德温压哨3分,91:88再胜一场;第三场客场110:77大胜,手握3:0领先。第四场浙江广厦队主场101:93扳回一局。第五战回到主场的上海队以103:82取胜,最终以4:1的总比分拿下总冠军。

外援古德温季后赛表现亮眼,场均砍下24分,送出7.4次助攻,成为球队进攻主力,并当选总决赛最有价值球员。本土内线王哲林撑起攻防两端,新援张镇麟的到来补强锋线实力,全面的发挥也丰富了球队战术体系。上海队主教练卢伟的执教与临场指挥同样功不可没,他表示:“今年从外援到国内球员,磨合得都非常好。”

从常规赛崭露头角,到一路稳步前行,再到季后赛状态愈发沉稳,上海队此次夺冠实属不易。整个赛季,球队在得分、助攻、篮板等主要数据上全面领先。亮眼成绩的背后,是球队多年磨合的成果,更是阵容配置、战术打法与赛场心态全方位提升的体现。

竞争加剧,年轻力量不断涌现

回顾整个赛季,联赛格局发生显著变化。上海队时隔24年夺冠的同时,广东、辽宁两支传统劲旅无缘四强,“多强并起、群雄逐鹿”的竞争态势正在形成。

浙江广厦队保持着稳定的竞争力,过去5年4进总决赛的经历证明了队伍球员培养体系的成熟。深圳队、青岛队等队伍的崛起,使得季后赛席位的争夺更加激烈。整个联赛的竞争水平明显提升,据CBA公司统计,约60%的比赛分差在10分以内,胜负往往取决于细节处理和关键球的把握。

球员的成长成为本赛季的突出亮点。以贺希宁为例,他作为常规赛最有价值球员,场均得分从16分提升至20分,投篮命中率从41%提高到48%,已成为深圳队的主力;李弘权、倪季永、庞峥麟等年轻球员也在各自球队承担了更重要的角色,在攻防两端展现出更大影响力。

本赛季新增的CBA潜力赛为年轻球员提供了宝贵的锻炼平台。该项赛事共计190场比赛,每支球队均有19场参赛机会,聚焦于非首发国内球员的实战能力提升。已有超过



2025-2026中国男子篮球职业联赛·总冠军

80名年轻球员通过这项赛事获得了稳定出场时间,部分表现突出的球员甚至直接进入了常规赛首发阵容,有效打通了从青训到职业赛场的成长通道。

联赛整体呈现出各队实力更均衡、年轻力量不断涌现的良性发展态势。这种变化不仅提升了比赛的观赏性,为冠军归属留下悬念,也为中国篮球的长远发展注入了新的活力。

求新求变,赛事口碑越来越好

一个联赛的活力,不仅体现在赛场内的激烈比拼,也源于其求新求变的勇气。本赛季,CBA联盟推出并深化了一系列改革举措,着眼于联赛的职业化与长远发展,其积极成效已初步显现。

据CBA公司统计,得益于高价值场次评定与推广体系的建立,本赛季重点赛事上座率较上赛季提升了35%,商业赞助收入也同比增长20%。赛场环境的优化同样显著:青少年友好型赛场积分制度实施后,已有12个球队主场通过认证,带动青少年观众人数提升40%;同时,从业人员行为规范得到强化,赛场违规事件数量同比下降30%,联赛的品牌形象与社会美誉度持续向好。

竞赛规则层面,CBA全面接轨国际篮联(FIBA)规则,将单节时长由原来的12分钟调整为10分钟,统一赛事执裁标准。此次改革让联赛的比赛节奏、对抗强度进一步对标国际赛事,帮助球员在贴近实战的环境中历练



成长。数据显示,新规则实施后比赛悬念大幅增加,本赛季超15%的比赛爆出冷门,末节逆转、关键球决胜的精彩场面频频上演。

为进一步扩大联赛影响力,服务各地球迷,第二届CBA俱乐部杯完成扩容,参赛队伍增至23支,其中包含3支NBL(全国男子篮球联赛)球队。赛事小组赛落地武汉、长沙、南宁、南昌等非CBA传统主场城市,决赛则在呼和浩特举办。该项赛事不仅填补了联赛

休赛期空档,也为各支球队演练阵容、培养新人搭建了优质平台,更为职业联赛赛事体系创新、地域布局拓展积累了宝贵经验。

图①:6月5日,上海队在颁奖仪式上庆祝胜利。

图②:6月2日,浙江广厦队球员林秉圣(右)在比赛中上篮。

新华社记者 江 汉 摄

世界女排联赛南京站:中国队三胜一负

在压力和逆境中保持平常心

6月7日晚,南京青奥体育公园体育馆内座无虚席。2026年世界女排联赛中国南京站的最后一场比赛,中国女排以3:1逆转战胜实力不俗的波兰女排,最终以3胜1负的成绩收官。

南京站是中国女排本赛季首个国际赛事。赛前,中国女排主教练赵勇坦言,今年世联赛前半程的主要目标就是锻炼年轻球员,给有潜力的队员更多在实战中磨炼心理和技战术的机会。

进入洛杉矶奥运周期,中国女排开启更新换代,阵容中出现更多年轻面孔。今年4月初公布的新一期国家队名单中,既有张籽萱、陈厚羽、王奥芊等去年世联赛表现出色的“二年级”小将,也有李晨瑄、解盛钰等首次入选的新人。两个月的集训,这些新秀全身心投入训练,个人能力和团队配合都有了一定提高,球队氛围蓬勃向上。

如今这支中国女排平均年龄仅23岁,世联赛首发球员平均不到21岁,大赛经验尚浅。而主攻吴梦洁因伤休战,让这支新军肩上的担子更重。“光脚的怕不怕穿鞋的!”中国女排队长龚翔宇鼓励年轻队员放下心中包袱、放手一搏,“打一分算一分,保持积极的心态”。

然而,世联赛首场比赛就给中国女排来了个“下马威”。在对阵捷克女排时,由小将担纲主力的中国女排表现欠佳,以0:3告负。在龚翔宇看来,“年轻队员在场上有些急躁,临场应变和关键分的把握还比较欠缺。”她说。

第二场对阵泰国女排,中国女排经过苦战,以3:2取得本赛季首胜。比赛困难阶段,老将王媛媛和龚翔宇的登场,帮助队伍顶住了压力。这场胜利如及时雨,让中国女排找回了信心。

前两场比赛暂停期间,教练不断提醒队员们放开手脚,但小将们的紧张状态清晰可见。“心态起伏会导致技术的波动,我会尽量去帮年轻队员做心理疏导,让她们能轻装上阵,享受比赛。”王媛媛说。

心态的转变,在第三场比赛得到充分验证。面对欧洲劲旅塞尔维亚女排,中国女排打出了气势,以3:0完胜对手。赵勇赛后表示:“我们的队员从始至终保持头脑清醒,比较好地贯彻和执行了技战术意图。”

这场硬仗,中国女排攻防流畅,多点开花。18岁的首发主攻王奥芊多次快攻得手,为取胜发挥了关键作用,“我们还是立足于自身,敢打敢拼。”当日,现场观众达到17816人,创下世界女排联赛全球单场上座率的新纪录。

收官战与波兰女排的较量中,中国女排不断调兵遣将,让替补席的年轻队员有机会登场。先丢一局后,姑娘们逐渐适应了对手的节奏,各个环节发力,越打越有信心,最终连扳三局。当最后一球落地,比分定格在26:24,姑娘们兴奋地围在一起庆祝。

从首战失利到取得三连胜,中国女排交出的“青春答卷”有意外、有不足,也有惊喜。“经过这一周的比赛,年轻队员们积累了不少经验,她们学会在压力和逆境中保持平常心,正一步步走向成熟。”赵勇总结。

短暂休整后,中国女排将继续参加世联赛土耳其安卡拉站和中国香港站的比赛,并将以东道主身份出战在中国澳门举行的总决赛。目前中国女排这套阵容,从实战看还需进一步优化,比赛中暴露出的配合不稳、失误过多等短板也亟待解决。如何将新老队员更合理地调配,切实提升全队战斗力,考验着教练组的智慧。

在世联赛以赛代练、磨合阵容,中国女排为8月下旬打响的亚锦赛做着准备。“我们会全力冲击亚锦赛冠军,争取第一时间拿到洛杉矶奥运会参赛资格。”赵勇说。

本版责编:罗彦 尹育华 高 信 版式设计:汪哲平

孙心然获法网青少年组女单亚军并登顶青少年世界第一

“小蝴蝶”期待“飞”向更远的未来

本报记者 李 硕



6月6日,在2026年法国网球公开赛青少年组女单决赛中,15岁的中国小将孙心然(见上图,李建设摄)以2:6、1:6负于俄罗斯选手阿克娃布列娃,获得亚军。虽未能夺冠,但凭借本届法网的出色发挥,她将登顶青少年女单世界第一,成为继徐诗霖、吴易昺、王曦雨、商竣程之后,中国网协第五位青少年世界第一。

“输掉决赛当然很遗憾,但我从这场比赛中学到很多。”孙心然语气中透着超越年龄的沉稳。她坦言,自己的力量、发球和接发球还不够强硬,而本届法网赛程极大锻炼了她的心理素质。

“胜利属于最坚韧不拔之人”,这句话刻在法网中心球场的墙成为孙心然法网之旅的注脚。女单第三轮,她经历了一场3小时17分钟的鏖战,一度在决胜盘以2:4落后,最终顽强逆转。而年初的澳网,她止步青少年组女单八强,那场被逆转的失利让她当场落泪。“当时情绪控制

能力不强,给了自己太多压力。”孙心然回忆。

法网女单决赛前,孙心然已取得青少年比赛15连胜。她说:“每一场球都去拼,没有想结果会怎样,就是尽百分之百的努力去做。”从澳网的泪水到法网的坚韧,短短几个月,她的目光已全然不同。中国网球协会在贺信中写道:“你在这项顶级赛事中展现出的技战术水平、抗压能力和不屈意志,其含金量丝毫不亚于任何一座冠军奖杯。”

孙心然的网球之路始于母亲的引领,“我家附近有网球场,妈妈打球时会带上我。”有天赋,又足够热爱,这条路便走了下来。去年年底,她夺得橘子碗U18组女单冠军,成为首位摘得该组别女单桂冠的中国球员。法网前,她又在ITF(国际网联)J500米兰站夺冠,青少年女单世界排名提升到第二位。5月的WTA(国际女子网球协会)125伊斯坦布尔站,她收获职业生涯首场WTA正赛胜利。

站在从青少年迈向成人赛事的关键节点,孙心然对自己有着清醒的认知。她形容从青少年到成人赛事是“两种不同的网球”——力量、发球、对抗,每一项都需要跨越。但她已有愿景:“我希望成为全能型球员,不管遇到什么样的对手,都有方法去应对。”

青少年组女单决赛当天,19岁的俄罗斯球员安德烈耶娃捧起了法网成年组女单冠军奖杯。这对孙心然是特别的激励:“这么年轻能做到这一点,非常不容易。她真的很努力,心态控制能力也越来越好。”孙心然也在通过更多“大场面”的锻炼,提升自己。

颁奖仪式后,孙心然匆匆奔赴下一个赛场,“肯定想继续走下去,成为真正的职业球员。”小名“小蝴蝶”的孙心然,期待“飞”向更远的未来。

团体坛新力量

2026年中国清远国际漂流公开赛启幕

在激流弯道里破浪竞发

本报记者 姜晓丹

夏季的古龙峡,澄澈的溪流奔涌向前,此起彼伏的呐喊声、水花声交织在一起,热闹非凡。

6月6日,2026广东·清远漂流文化旅游季暨中国清远国际漂流公开赛在清远古龙峡启幕。本次赛事从分站赛升格为城市品牌国际赛,设男子双人、女子双人、男女混合三大组别;吸引了14个国家和地区的80支队伍齐聚青山绿水间,逐浪竞技。

赛道之上,一艘艘橡皮艇如离弦之箭划破碧波。选手们默契配合、挥桨破浪,奋

勇冲刺全长6063米、总落差378米的世界级竞赛河道。在单体落差17米的“飞龙在天”经典河段,橡皮艇腾空而起,顺势俯冲,选手们在激流弯道灵活转向、沉稳控艇,成为峡谷中亮眼的风景线。

来自重庆的刘发革连续两年参加清远国际漂流公开赛。去年,她凭借精湛的技巧和沉稳的心态摘得女子组冠军。“今年的赛道难度很高,180度的急弯、连续的落差坡道极具挑战性,全程都在考验选手的反应力和胆量。”刘发革说。



刘发革也提醒广大游客安全漂流。“漂流时防护绝不能忽视,一定要穿专业溯溪鞋和长款运动裤,既能防滑防撞,也能避免被礁石、树枝划伤,保护好自己才能尽兴游玩。”赛后,她打卡山水风光、品尝特色美食,深度感受清远的夏日魅力。

身着自制队服的古巴留学生白德辉,代表“古巴碧蓝水蓝鲸队”出战。跌宕起伏的赛道、清幽秀美的峡谷风光,让他全程沉浸其中,满心欢喜地表示明年还来参赛。

专业竞技之外,本届漂流季还创新推出趣味玩法。大浪送鱼人杯、沿途趣味泼水互动,让漂流变成惊险又欢乐的狂欢,全程趣味十足、凉爽满满。

作为“中国漂流之乡”,清远坐拥得天独厚的生态资源,4至10月长达7个月的黄金漂流期,搭配世界级竞赛河道,稳居国内水上运动优选地行列,国际影响力持续提升。

清远市文化广电旅游体育局副局长罗宁介绍,依托“跟着赛事去旅游”的热潮,预计5至8月清新一清城南农文旅融合示范区将接待游客300万人次,旅游收入同比增长15%。当下,清远已联动多家景区、酒店推出惠民举措,后续还将开启“我在清远过暑假”系列活动,以多元业态、惠民举措,持续擦亮清远夏日文旅名片。

左图:选手在漂流比赛中。

柳青摄