

成长与挑战

——女篮前国手陈晓佳的执教初体验

□新华社记者 苏斌 王恒志

训练场上,陈晓佳一丝不苟地完成着拉伸、投篮等训练内容,此时她是江苏女篮队员;训练结束后,陈晓佳通过翻译,与外教逐一复盘着训练环节,这时她的身份是球队主教练。

在2024—2025赛季中国女子篮球联赛(WCBA)中,陈晓佳以主教练兼球员的身份随队晋级八强,完成了赛季前制定的目标。在接受新华社记者专访时,她给自己执教的“菜鸟”赛季打了及格分,认为“成长”与“挑战”是这个赛季的关键词,自己还要不断提高临场判断和应变能力。

是责任,更是传承

“其实现在提起来,还是会有点不太愿意,还是会很难过。”谈及接过江苏女篮教鞭的原因,陈晓佳的声音突然变得低沉。

去年2月,江苏女篮原主教练丁铁率队征战客场比赛时,突发疾病离世。失去了主心骨,全队沉浸在悲痛的氛围中。但球队还要继续往前走,又面临全运会备战任务,随队征战20余年的陈晓佳得到了省体育局和训练中心的认可,于去年5月正式接手江苏女篮成年队。

“接下这个接力棒,不仅是一份责任,更多的是一种传承。我希望通过另外一种角色,在江苏篮球的发展中发挥光和热。”她说。

陈晓佳用了三、四个月时间去适应身份上的转变,尽管转型之路并不平坦,但她身边有经验丰富的教练员保驾护航,队员们也用实际行动表达着对她的支持,她在上任后的首项赛事——全

国女篮锦标赛带队晋级决赛。

不过转战WCBA联赛,金维娜、张曼曼等多位主力队员离队,需要年轻队员承担起更重要的任务,此前的很多角色球员进入首发阵容,这给陈晓佳的临场指挥提出了更高要求。

“肯定有压力,担子也很重。”陈晓佳坦言,尽管球队的主要任务是锻炼年轻队员,但当一支此前多年晋级联赛四强的球队被交到她手上,她不愿看到球队战绩出现大幅下滑,也不想辜负外界期望和球迷支持。

自我加压的同时,陈晓佳用运动出汗的方式排解压力,身边的资深教练也会经常与她聊天,告诉她不要在乎外界带来的干扰,要秉持初心去从事这份工作。她渐渐理解了信任的重要性,“要给予队员充分的信任,他们才会给予你信任,这就是相互成就。”

与队员一同成长

陈晓佳2003年进入江苏女篮青年队。2009年,她首次入选中国女篮国家队,并以主力控卫身份随队参加了2014年女篮世锦赛和2016年里约奥运会。本赛季,她只出战了7场常规赛,场均得到4.1分、3个篮板和3次助攻。

兼顾主教练与队员两种角色,常规赛阶段,陈晓佳的背包里需要同时装着运动服与正装,她会在抵达赛场后决定是否登场。

“主要还是球队需不需要我在场上稳住节奏。以我现在的身份和年龄,指望我一场球能得多少分、抢多少个篮板,其实是不太现实的。我需要做的是掌控好节奏,在队员慌乱的时候稳住军

心,让她们不急、不慌、不忙,这是我在场上能够体现出来的最大作用。”陈晓佳说。

不过到了季后赛,陈晓佳的背包里就只剩下运动服了。“竞技体育中,场上因素千变万化,谁也不能保证一场比赛下来就能顺顺利利的,所以自己需要做好上场准备。”她说。

陈晓佳表示,之前做队员的时候,她只需要注重个人的技战术发挥和临场状态,但作为主教练,她要考虑球队方方面面的事,不仅是训练,还有生活,以及一些琐碎的事情,“有时候会觉得有点力不从心,因为很多东西自己之前当队员的时候没接触过,现在就像摸着石头过河,一步一个脚印,慢慢地往前走。”

她会比其他队员提早半小时抵达训练馆,一方面是将训练内容在脑子里过一遍,捋清楚思路,另一方面是让自己更快地进入热身状态。运动员的经历给陈晓佳的执教起到了很大帮助,在她看来,大赛经历让她知道在训练中需要注重哪些方面,她能在比赛和训练中更直接地将大赛经验传授给队员,让她们少走弯路,尽快达到自己的目标。她也能够第一时间洞察队员们在场上情绪和心态的起伏变化,及时给予她们针对性的心理疏导和鼓励,帮助她们渡过困难。

“她们现在唯一缺的就是在球场上阅读比赛的能力,比赛经验也不够,我能给她们指点的就是当她们遇到这种情况的时候应该怎么做。在她们出现低谷或者人不够兴奋的时候,怎么样让她们调动主观能动性,怎么样调整心

态,尽快走出低谷和挫折,带着崭新的面貌,自信地面对身边所发生的一切。”陈晓佳说。

全运会将是“最后一舞”

38岁的陈晓佳目前正跟随江苏队备战十五运会女篮成年组资格赛。她表示,今年的全运会将是自己以运动员身份参加的最后一项赛事。

“球队目前加上我一共报名了13名队员,个个都是‘队宝’,在不能出现任何闪失的情况下确保全员出战,还能完成任务,这是我目前考虑比较多的。”陈晓佳说,“球队整体技战术方面,攻防都要通过训练和比赛去慢慢磨合,从而达到熟练精进的状态。”

随着时间的流逝,陈晓佳的精力在逐渐向教练员岗位倾斜。她认为,这个赛季有些遗憾的是因为她临场指挥经验不足,球队在一些关键场次中以微弱劣势输球,这是在为她的年轻“买单”,对于她的自信心以及队员们的精气神都是考验。

与此同时,球队能在经历低谷,尤其是赛季中途外援受伤离队、以“全华班”出战的情况下,常规赛排名第九,并在季后赛首轮“以下克上”淘汰北京队,队员们在场上展现出永不放弃的精神,这是陈晓佳眼中的最大收获。

跟随江苏队征战22载,陈晓佳书写了女篮赛场“一人一城”的故事。她说,没有江苏女篮,就没有现在的自己。“我是江苏女篮一手培养出来的,江苏女篮给予了我现在所拥有的,所以江苏女篮就像自己的家人一样,对我而言是不可或缺的。”



郑钦文晋级八强

5月12日,在意大利罗马举行的WTA1000网球罗马站女单第四轮比赛中,中国选手郑钦文2比0战胜加拿大选手安德莱斯库,晋级八强。图为郑钦文在比赛中回球。新华社记者 李京 摄

亚特兰大力克罗马 锁定欧冠席位

新华社罗马5月12日电(记者 黎梦青)2024—2025赛季意大利足球甲级联赛12日结束第36轮的争夺,亚特兰大主场2—1战胜罗马,锁定下赛季欧冠席位,同时终结罗马的联赛19场不败。比赛伊始,亚特兰大迅速拔得头筹,由卢克曼在第九分钟兜射破门。此后主队又创造了几次进球良机,但未能把握住,这给了罗马喘息的机会。第32分钟,克里斯坦特接苏莱的

传中头球破门,为客队扳平比分。易边再战,亚特兰大的攻势在第76分钟收到成效,替补登场的卡卡里一记远射打入制胜球。获胜后亚特兰大位列积分榜第三,在联赛还剩两轮的情况下领先第五名拉齐奥7分,锁定下赛季欧冠席位。罗马排名第六,仍有机会进入前四。另外一场比赛中,威尼斯主场2—1战胜佛罗伦萨。

安切洛蒂将成为 巴西男足国家队新任主教练

新华社里约热内卢5月12日电(记者 赵焱 陈威华)巴西足协12日宣布,西甲皇家马德里队主教练安切洛蒂将担任巴西男足国家队新任主教练,合同签至2026年世界杯结束。今年3月的世界杯预选赛后,多里瓦尔辞去主教练职务,巴西国家队主教练一职始终空缺。安切洛蒂签约后将在6月的国际足联比赛日带领巴西队首次亮相。巴西足协主席埃·罗德里格斯说:“找来安切洛蒂执掌巴西队不仅仅是战略需要,还是向世界宣布我们决定

重新回到最高领奖台的决心。他是历史上最优秀的教练,现在他将率领世界上最好的国家队,我们将一起书写巴西足球最辉煌的篇章。”巴西队下一场国际比赛是世界杯预选赛南美区比赛,对手是厄瓜多尔队。目前巴西队在南美区积21分排名第四,厄瓜多尔积23分列第二位。安切洛蒂现年65岁,曾执教尤文图斯、AC米兰、切尔西、巴黎圣日耳曼、拜仁慕尼黑、皇家马德里等豪门俱乐部,在执教生涯累积获得过5次欧冠联赛冠军。

科技助力残健“融合无界”

新华社上海5月13日电(记者 许东远)2025年长三角残健融合运动会开幕式13日在上海市残疾人体育训练基地综合馆举行,相关赛事活动于当日同步进行。科技在助力残健融合中的作用成为本届运动会的关注点之一。此次运动会首次开创性采用多区联办模式,将搭建起长三角区域体育资源共享平台,推动沪苏浙皖残疾人体育事业协同发展。上海市残联理事长杜

松全介绍:“本次运动会以‘融合无界科技无限’为主题,其中迎宾机器狗、手语AI主持人等科技的应用,让‘平等参与’从理念变为现实,让‘融合共享’从愿景照进生活。”赛事包括融合电竞赛、融合乒乓球赛、融合飞镖赛、融合定向赛。其中,融合乒乓球赛将设置乒乓球机器人挑战赛,运动员将与乒乓球机器人进行面对面竞技,尚未投入市场的乒乓球鹰眼设

备将亮相赛场。开幕式现场还举办了科技集市,共13家企业参加集市,集中展示包括外骨骼康复训练器、智能仿生手、六足机器狗、康养机器人、AR字幕眼镜、电动轮椅等高科技辅具和生活科技产品,呈现生活因科技赋能而充满无限可能的场景。活动现场全新发布的残健融合运动会会徽以红蓝色调交织,巧妙将“CJ”(残健)字母变形为轮椅与健步者携手

剪影,会徽设计者蔡瑞是一位听障人士,她用手语表示:“红色代表热情奔放、积极向上,蓝色代表博大胸怀、永不言弃的精神,整个会徽想传达残疾人 and 健全人一起携手向前奔跑的理念。”上海市崇明区代表队运动员张佳诚说:“能和来自长三角不同地区的选手一起比赛,非常开心。许多项目需要大家一起协作才能完成,对于我们残疾人而言也是一次锻炼身心的机会。”

考文垂:2008年走进“鸟巢”那一刻是难忘的奥运记忆

新华社科威特城5月12日电 国际奥委会候任主席柯丝蒂·考文垂12日在科威特举行的亚奥理事会第45届代表大会上表示,2008年北京奥运会走进“鸟巢”那一刻是她最难忘的奥运记忆之一,她相信亚洲在奥林匹克运动中的地位举足轻重,并将在未来扮演关键角色。

“亚洲在奥林匹克运动中一直占据特殊位置,也在我心中有着特殊的意义。这个地区充满活力、热情、创新与雄心,不仅是奥林匹克大家庭的重要组成部分,更是其未来的核心。一个强大

团结的亚洲,再加上一个强有力的亚奥理事会的支持,对整个奥林匹克运动至关重要。”考文垂说。考文垂将于今年6月接替国际奥委会现任主席托马斯·巴赫,成为国际奥委会首位女性主席以及首位来自欧美之外地区的主席。她表示,将倾听各个国家和地区奥委会和运动员的声音,努力代表好所有成员。“我要倾听你们的意见——你们需要什么、期待什么,以及你们如何看待自己在奥林匹克未来中的角色。”此外,考文垂强调运动员将始终是

她工作的核心。“为了更好地支持运动员实现他们的奥运梦想,我们必须认真倾听运动员本人的声音,以及那些为他们提供支持的国家(地区)奥委会的声音。这也是我对国际奥委会工作的总体理解——一方面是在精英层面办好奥运会,另一方面是在社区层面传播我们的奥林匹克价值观。”考文垂曾是一名游泳运动员,2008年北京奥运会是她运动生涯的高光时刻,收获1金3银。她表示,北京奥运会开幕式上走进国家体育场“鸟巢”那一刻是她最难忘的奥运记忆之一。

“北京奥运会为我们所有人树立了新标杆,那种宏大规模让我终身难忘。自2008年以来,亚洲在奥林匹克运动中留下了深刻印记——过去十年中,连续举办了平昌冬奥会、东京奥运会和北京冬奥会。”她表示,2027年在沙特利雅得举行的首届奥林匹克电子竞技运动会,将再次展现亚洲在创新和吸引年轻人方面的引领作用。“我期待与大家一起开创未来,倾听大家的声音,共同推动奥林匹克运动持续发展。”考文垂说。

