

郎平解密中国女排东京之旅

“日前,中国女排以小组赛2胜3负战绩提前结束了东京奥运会征程。赛后,中国女排主教练郎平接受了采访,她在总结失利教训的同时,也表达了对中国女排未来的信心。

对朱婷伤势有预案

在东京奥运会首场小组赛中,受手腕伤势影响的朱婷仅得4分。第二、三场比赛,带伤上阵的朱婷状态提升很多,但比巅峰时期仍有差距。在朱婷有伤未能发挥高水平的情况下,中国女排开局遭遇三连败。

郎平透露,其实队里对朱婷的伤势做了准备,也想了不少办法。在去年集训中,朱婷手腕伤情出现反复,队里综合医生的意见做出了保守治疗的决定。

她说:“我们当时算时间,医生说来不及,只能保守治疗。而且手腕这个地方对于排球运动员来说非常重要,对手术和术后康复的要求非常高,所以我们权衡再三,为了奥运会,还是保守治疗。”

首战失利没缓过来

尽管在备战阶段遇到一些困难,但中国女排在将近两年的时间里把准备工作做得非常细。奥运会开赛前,大家都觉得中国队打进奥运会八强不是问题,但最后的结果却出乎所有人的意料。郎平认为,首场失利之后,中国队没缓过劲来。“首场比赛失利后,我们也给队员做了很多工作,

大家也在积极调动自己,而且打美国队确实也是有机会的,还是关键时刻自己出了问题,想赢怕输,太紧了。其实每个队员都想打好,都很努力,但我看她们的动作就知道她们用力过猛了,很不自如。排球这个项目很特殊,六个人必须都在场上发力,但必须是合力,紧张和压力之下,大家没有形成合力。包括对俄罗斯,其实我们想了很多办法给队员做了很多工作,上来打得还是不顺,队员们一直在很挣扎地调整,第二、三局刚刚顺过来,到后面对方一追分,心里又不踏实了。回想起这个过程,感觉都是特别出人意料的事情,都发生了,确实也是在我意料之外。”

不因结果否定努力过程

郎平认为,虽然这次奥运会中国女排成绩不佳,但不能全盘否定所有人努力的过程。“这两年因为疫情,大家的生

活都发生了很大的变化,我们更是如此,一直处于全封闭训练的状态。以往训练一周下来,我安排队员们稍微放松一下,出去看看电影,喝杯咖啡,见见朋友,都是一种调节。但在全封闭的环境里,运动员精神上的调节就完全

没有弹性了,周末都是关在屋子里,这种状况一下子持续将近两年。大家脑子里的这根弦,绷得太紧了。虽然这并不是主因,但确实对我们的球队有一定影响,因为不管我们教练怎么调动,大家活跃不起来了。”

“我们跟外界人连面都见不着了,更别提见家人了。那大家也心甘情愿。为了奥运会,每个人确实是非常努力,不论是我们这次的结果如何,都是非常值得肯定的。”

让郎平感到欣慰的是,自2013年接队之后,九年时间,朱婷、张常宁、袁心玥等一批队员日渐成熟,球队也取得了一些不错的成绩。巴黎奥运会将在3年之后举行,郎平希望年轻队员记住这次的失利,“以后再打奥运会的时候遇到这种情况,应该知道该怎么调节自己了。”

要对年轻教练有信心

郎平执教中国女排的合同将在东京奥运会结束后到期。在多次流露了隐退想法之后,郎平也为中国女排的未来送上了寄语。谈到继任者的问题时,她表达了对年轻教练的信心。郎平说:“我觉得这个(新任教练人选)还是由排管中心综合



郎平

大家意见来推荐,但是我觉得要相信我们这些年轻的教练。虽然我们这一代人老了,但是中国排球不会停步,还会向前发展。所以,也特别祝愿在巴黎的奥运会上,中国女排能够再取得好成绩。”通过这届奥运会,郎平对于世界女子排球发展和变化有了新的感受。据她观察,各支强队的整体战术更活更快,“整个防反环

节非常熟练流畅,防守起球马上就能形成进攻,而且场上已经不是三点进攻了,有的时候甚至多于三点进攻,非常男子化,这是女子排球的进步。”郎平认为,要想保持世界先进水平,还要创造条件参加国际赛事,而且要把国内的联赛办好。

据新华社

换个“频道”看奥运 这届奥运有“味道”

这届东京奥运会,你大多通过什么渠道看奥运?你最关注的是什么?什么最令你印象深刻?当问完自己三个问题后,很多人会发现,相比五年前的里约奥运会,似乎自己已经切换到另一个“频道”看奥运,获得的观感也大不相同。

手机观赛 小视频当道 冠军同款 塞爆购物车

首先观看渠道不一样。过去人们普遍通过电视看奥运,但这一届人们的观看渠道更为丰富多彩,网络更是成为年轻人的主战场。4日央视公布的数据显示,奥运会期间,央视视频APP累计下载量突破3亿次,单日视频总观看量突破2亿人次。另外,小视频,甚至是二次加工的小视频成为年轻人参与奥运最活跃的阵地。这边奥运金牌刚产生,小视频网站相关比赛视频上的弹幕已铺满整个屏幕。奥运冠军的各种表情包,昔日比赛小视频集锦,甚至久远的日常生活片段、接受采访的视频也被“打捞”起来,点击率暴涨。例如孙颖莎击败伊藤美诚爆火后,网络上有关“团宠”孙颖莎被队友捏脸的视频马上火爆全网。观赛模式的切换,使大家观赛关注点也发生极大的变化。除了关注赛况、奖牌榜,运动员奋斗的历程外,有时候看点也会“跑偏”,奥运冠军无意中会掀起一股



“带货潮”。比如奥运首金获得者杨倩赛后的珍珠美甲成为最新潮流,她的小黄鸭发饰、胡萝卜发圈,乒乓球女单冠军陈梦的乒乓球主题项链,举重冠军侯志慧用过的风油精都成为网络“爆款”,网友争相上购物网站寻找“奥运冠军同款”,购物车被奥运“旋风”席卷塞爆。

“绝世美人” 外国粉丝多 “军神”出圈 燃爆健身群

随着观看渠道的拓宽,信息来源更为丰富,一些平日我们不太



关注的项目也会意外火爆,瞬间出圈。比如举重项目,奥运会短短二十几天的争夺银浪潮自然让人兴奋,但平日大多数人不会持续关注这个项目。但本届奥运会,81公斤级冠军、37岁的吕小军却成为最火的运动员之一。夺冠后吕小军被国外裁判追着要签名,他往日的各种训练视频在小视频网站上爆火。大家才知道,在海外视频网站上,“军神”吕小军的健身视频播放量、评论量与网红“李子柒”不相上下,外国粉丝送给他一个外号

——“绝世美人”,用以称赞他完美的肌肉线条。他在国外的粉丝还有一条不成文的规矩:去健身房必须穿和吕小军同款的安踏鞋。在健身文化流行的国外,中国举重队一直很受推崇,他们的训练方法、标准的动作以及饮食方案,都是教科书般的存在,从而吸引了海量的粉丝群体。如今随着吕小军的火爆,加上国内健身文化的发展,很多人开始从肌肉美感和技术上来欣赏举重比赛,吕小军继火爆国外健身圈后,势必将成为国内健身圈当之无愧的“顶流”。

本届观众 摒弃金牌论 成败得失 都送上祝福

从开赛至今的观赛舆论看,本届奥运会一个重大的变化是,国人逐渐摒弃了过去以奖牌论成败的观赛心态。无论奖牌颜色是什么,网友都会送上暖心的安慰。刘诗雯获得银牌后哭着说“对不起”,大家送上的多是祝福和宽慰;女排三连败,网上也少见苛责。4日辛鑫获得女子10公里马拉松游泳第八名,赛后她在社交平台上写道:“让大家对这个项目失望了……”网友在底下齐刷刷送上安慰:“已经非常棒了”“大部分人2小时都走不完10公里呢”“奥林匹克精神在于努力拼搏,你的努力我们都看在眼里,拼搏最美!”观赛者会惊叹于跳水冠军施廷懋在读博士的高学历,也会扒拉出苏炳添的论文,感慨“跑得最快的大学教授”“苏炳添曾写论文研究自己”,也会被张雨霏与战胜白血病重回泳池的日本名将池江璃花子的拥抱所感动。当越来越多的观赛者逐渐摒弃了过去“唯金牌论”的功利主义,开始领略奥运会的多重魅力,这届奥运会也就成为了一届神奇和美妙的奥运会。

据羊城晚报