

得兴青训营寒假特训班开营 立陶宛“国字号”外教人气高



本报讯（记者 李诗怡 秦越）近日，2024年福建SBS得兴篮球青训营寒假特训班正式开营。在立陶宛“国字号”外教古塔乌塔斯的带领下，学员正式开启为期十天的篮球之旅。

早在训练开始前，古塔乌塔斯将担任本次寒假特训班主教练的消息就得到了家长和学员的关注。这位外教将带给大家哪些惊喜？能和学员擦出怎样的火花？带着这份期待，开营的日子到来了。

“希望你们百分百地投入，享受今天的训练，并学有所获。”训练正式开始前，在翻译人员的帮助下，古塔乌塔斯将学员们集中在一起，和大家正式见面。

本次寒假特训班设置了少儿基础班和专项提高班。上课过程中，古塔乌塔斯将“快乐篮球”的理念贯穿始终，再“因材施教”，根据不同班级的情况，差异化设置训练内容。

面对少儿基础班中许多刚开始学习篮球的小学员，古塔乌塔斯不仅耐心十足，而且非常暖心。看见个别学员学习三步上篮时，总不得要领。古塔乌塔斯会第一时间来到他们身旁，指出问题所在，纠正动作，伴随而来的还有他洪亮的“Very good”“Nice”的鼓励声音。

寓教于乐也在古塔乌塔斯的课上充分体现。游戏中，他要求学员在三分线内一边运球一边拍掉其他人的运球。一开始，学员都放不开，只顾着运球，迟迟不敢出手。见此情况，古塔乌塔斯拿着篮球走到学员中间，和大家一起玩起了游戏。在他的带动下，学员们很快抛开束缚，投入游戏，场上气氛也愈发热烈。

专项提高班学员的年龄在10岁到15岁之间，篮球基本功相对扎实。课堂上，古塔乌塔斯不断向学员强调不要怕犯错，甚至鼓励大家犯错，“这是许多孩子会出现的情况，大家害怕在训练中犯

错。但只有在训练中犯错，加以改正了，在比赛中才不会再出现错误。”在古塔乌塔斯一遍又一遍的鼓励下，学员大胆了许多，运球的幅度更大，场馆内的运球声也更响亮。

在专项提高班中，古塔乌塔斯还展现出了风趣的一面。“是有学员的钱掉在地板上了吗？”见学员们在练习左右手运球时习惯低着头，古塔乌塔斯以幽默的方式指出了问题所在，化解尴尬的同时，也让学员们更容易接受指正。

在欢乐且热烈的氛围中，开营第一节课顺利结束，古塔乌塔斯赢得了学员和家长的一致肯定。学员柯弘恩的妈妈谢安妮在场外旁听了整节课，她对古塔乌塔斯赞赏有加，“外教带来了全新的训练理念和方式，对孩子来说，这是一种很好的学习交流。”谢安妮遗憾地说，原计划大儿子也要报名寒假班，可惜因为训练时间冲突错过了。

专访

外教古塔乌塔斯： 把学员放在第一位

本报记者 李诗怡

下午6时，一天的训练课程结束，古塔乌塔斯仍精力十足，丝毫不见疲劳。聊起这次牵手得兴青训营，古塔乌塔斯认为最重要的是要把学员放在第一位，让大家享受这段训练时光，感受学习篮球的乐趣。

古塔乌塔斯来自立陶宛，现任福建得兴俱乐部CBDL（中国篮球发展联赛）代表队主教练。据悉，古塔乌塔斯曾担任立陶宛U16国青男篮主教练，并曾带领立陶宛 Vilniaus Kibirkstis 女子篮球俱乐部获得立陶宛女子篮球联赛冠军。

古塔乌塔斯透露，自己刚开始执教时，也是带这个年龄段的学员训练。这次执教得兴青训营，是他时隔十多年后回归青训教练员的身份。

虽然是时隔多年后再次教导小学员，但古塔乌塔斯显得游刃有余，不论是在教学内容的设置上，还是在和学员的沟通中，都展现出极高的专业度和责任心。

古塔乌塔斯透露，一上课，自己之前的训练安排就被推翻了。“通过热身，我了解了他们的篮球基础和接受能力。课程设置要根据学员的实际情况来定，所以基本上推翻了之前的安排，但我觉得这是必要的。”在古塔乌塔斯看来，课程设计要以学员为核心，让训练充满吸引力，确保学员是开心快乐的，“训练要一步步来，从最基础的运球开始，一次性教授很多项目学员接受不了。”

记者注意到，课堂上的古塔乌塔斯总是充满活力，说话声音洪亮，表情和肢体语言丰富，这无形中让学员抛开胆怯，勇敢展示自己。在互动过程中，古塔乌塔斯看到了得兴青训营学员对篮球的热爱，还点赞了学员的基本功，他说，“我觉得他们的基础能力在同年龄段中是很不错的。”

篮球是世界上最受欢迎的运动之一。对于篮球青训，古塔乌塔斯有自己的见解，他说，“针对小孩的训练要记住一点，就是确保他们享受这个过程。他们还是初学者，不能对他们有太高的要求。训练时，可以先观察他们的表情，看他们开不开心，享不享受这个过程，然后再逐步往上走，慢慢培养他们。”

古塔乌塔斯表示，篮球是一项很好的体育运动，孩子之间可以相互交流、相互帮助，收获友谊，还能提升个人解决问题的能力，他希望能有更多孩子喜欢篮球，“欢迎更多孩子加入得兴青训营，一起享受快乐篮球，这里有专业的球场和教练团队。”

末节追分未果 福建得兴4分惜败

本报讯（记者 林小杰）昨晚，福建得兴股份男篮迎来春节前“三连客”的最后一个客场，对手是深圳马可波罗队。两支球队在上半场打得你来我往，深圳马可波罗队在下半场打出一一次次进攻“小高潮”，将分差拉开。不过，福建得兴股份男篮在末节突然起势，一度缩小分差，保留比赛悬念，但无奈错失关键投篮，最终以118∶122惜败。

首节开始，福建得兴股份男篮再次派出“双外援”阵容，随着索恩·梅克拿下篮板，完成二次进攻为球队首开纪录，也标志着福建得兴股份男篮的冲锋号就此吹响。之后，杰曼火力全开，连突带投继续帮助福建得兴股份男篮得分。但在首节比赛即将结束前，深圳马可波罗队依靠外线三分球，保持着3分的领先优势。

次节，约瑟夫·杨后场抢断，“一条龙”上篮得分。本节末段，约瑟夫·杨再次挺身而出，连续投篮得分，黎璋霖三分投篮也中，福建得兴股份男篮打出一波7∶0，追平比分。然而，就在半场最后几分钟，对手外援亚当斯连得7分，双方分差再次被拉开。

下半场开始，深圳马可波罗队率先进攻，他们手感火热，接连命中三分球，继续扩大分差。在福建得兴股份男篮急需打破得分荒时，杰曼站了出来，他利用持球单打，突入内线上篮打进。在杰曼带领下，黎伊扬、梅克也接连得分。第三节结束，福建得兴股份男篮把分差追回到个位数。

末节，福建得兴股份男篮曾凌铨和邹阳找到外线准星，连续命中三分球，再加上索恩·梅克的篮下暴扣，福建得兴股份男篮打出一波8∶0的小高潮，将分差缩小至6分。

在比赛还剩1分钟时，还是曾凌铨和邹阳分别投进一记三分球，帮助球队将分差缩小至3分。最后10秒，深圳马可波罗队造犯规，并2罚中1。最后一攻，福建得兴股份男篮三分不中，全场比赛结束，福建得兴股份男篮4分惜败深圳马可波罗队。

此役，福建得兴股份男篮4人得分上双。其中，索恩·梅克得到25分8个篮板，尤金·杰曼得到25分4个篮板3次助攻，邹阳得到18分6个篮板3次助攻，约瑟夫·杨得到18分。

索恩·梅克参加扣篮大赛 福建“双子星”再闯CBA全明星赛

本报讯（记者 林小杰 秦越）继2024年CBA全明星周末技巧大赛的名单出炉后，CBA官方昨日公布了本次全明星周末扣篮大赛名单和星锐赛名单，福建得兴股份男篮外援索恩·梅克将参加扣篮大赛，曾凌铨和翁金郎也将再次参加星锐赛。

CBA官方公布的扣篮大赛名单除了索恩·梅克外，还有矣进宏（北控）、曾凡博（北京）、李弘权（上海）、万磊（特邀中国人寿外卡球员），以及一名特邀大学生球员（待定）。

索恩·梅克身高2.13米、臂展2.21米、站立摸高2.81米，拥有中锋身材，但其跑跳速度和前锋球员类似。在本赛季，他代表福建得兴股份男篮出战29场比赛，在场均19分钟的上场时间里，能够得到13分6.8个篮板1.8个盖帽。在比赛中，索恩·梅克的扣篮总能点燃现场球迷的激情。

纵观CBA全明星扣篮大赛赛史，有不少福建得兴男篮球员参加，包括扣篮大赛冠军赵泰隆、亚军田桂森、被球迷调侃为“汤神，永远的杰”的汤杰，以及王增杰、何重达等球员。据悉，中国人寿扣篮大赛预赛将于3月2日星锐赛后进行；预赛前三的球员晋级决赛并于3月3日全明星赛中场争夺扣篮大赛冠军头衔。

此外，在CBA官方公布的2024年CBA全明星周末星锐挑战赛的名单中，出现了曾凌铨和翁金郎的名字。福建“双子星”将第二次踏上CBA全明星的舞台，而这次，他们也从星锐一年级球员升级至星锐二年级球员。

记者了解到，最近几个赛季，CBA全明星周末的星锐挑战赛一直在变换比赛模式，从一年级打二年级，到和CUBAL大学生联队、北大清华男篮联队进行对抗，本赛季的赛制又有了新的变化。本届星锐挑战赛将于3月2日在厦门进行，将在下午场和晚场进行两场星锐赛。其中，CBA星锐一年级与清华大学男子篮球队的较量在15:45进行，CBA星锐二年级与大学生联队的比赛在19:10鸣哨。

去年3月，作为福建两个自己培养的“新星”，首次参加CBA全明星赛的曾凌铨和翁金郎表现出色，翁金郎得到12分6个篮板，曾凌铨得到13分3个篮板。这个赛季，两名小将的进步同样十分明显。其中，曾凌铨上场时间从16.9分钟增加到22.1分钟，场均能得到8.8分1.8个篮板；翁金郎的场均得分也迎来提升，他场均能收获4.7分1.5个篮板。

加上此前公布的黎伊扬和尤金·杰曼，本次CBA全明星周末，福建共有5名球员参与其中。



梅克上篮



翁金郎突破



曾凌铨运球

行进中国 大爱晋江

2024暖冬行动

共筑爱的温暖 晋享心的温度

物资捐赠热线：82003110

用我们的一点爱，
温暖他们的整个冬天

晋江团市委 晋江经济报社 晋江市青年商会（宣）