

中国男篮怎么就突然变强了

中国男篮在2025年男篮亚洲杯上让人眼前一亮！时隔十年再次杀入决赛，虽然以89比90一分之差惜败澳大利亚，屈居亚军，但这支年轻的队伍用实力赢得了球迷的尊重。过去几年，中国男篮经历低谷，2019年世界杯排名第24，2022年亚洲杯仅获第八，2023年世界杯更是29位，连续两届无缘奥运会。这次在沙特吉达的亚洲杯，球队却打出了近十年来最激动人心的表现，到底是怎么做到的？首先得说说主教练郭士强的功劳。2024年6月，塞尔维亚教练乔尔杰维奇离任后，郭士强接手国家队，带来了“三从两大”的训练理念从严、从难、从实战出发，大负荷训练加上大恢复。

这种传统训练方式虽然被一些人质疑“老土”，但效果立竿见影。球队在休赛期赴云南高原集训，球员体能明显提升，尤其是外线投射能力，亚洲杯上三分命中率高达39.9%，投篮命中率49.1%，罚球命中率80.3%，三项数据均列参赛16队之首。小组赛中，中国队三战全胜，场均得分超90分，展现了强大的进攻火力。这次亚洲杯，球队阵容并不齐整。周琦、张镇麟、曾凡博、赵继伟等主力因伤病或个人原因缺席，郭士强只能依靠胡金秋、赵睿、胡明轩等少数有经验的球员，搭配一批新人。

20岁的王俊杰成为最大惊喜，这位NCAA旧金山大学的球员首次入选国家队，决赛中内外开花，砍下21分8篮板，入选最佳阵容。胡金秋和胡明轩也不遑多让，决赛中分别贡献20分10篮板和26分，关键时刻多次站出来力挽狂澜。球队场均20.7次助攻，展现了团队篮球的魅力，12人轮换、10人得分，板凳深度让人印象深刻。战术上的进步也很明显。过去，中国男篮常被诟病进攻单一、防守松散。这次，郭士强狠抓防守和篮板，尤其是对阵韩国队的14决赛，成功限制对手三分球24投仅3中，展现了强大的防守执行力。

半决赛对新西兰，球队第四节打出一波流，98比84锁定胜局。决赛面对世界排名第七的澳大利亚，中国队一度领先15分，虽然最后时刻被反超，但顽强的斗志让球迷看到了久违的血性。除了场上表现，背后还有中国篮协的改革助力。姚明推动的体教结合政策效果显著，像王俊杰这样的球员通过耐克高中联赛和海外留学崭露头角。曾凡博、崔永熙、杨瀚森等年轻球员也在NBA或NCAA历练，人才储备逐渐丰富。郭士强还在亚预赛后提出归化球员的计划，认为这是对抗强队的趋势。

未来，朱正、赵维伦等海外球员可能加入，为2027年世界杯和2028年奥运会增添希望。当然，问题依然存在。热身赛暴露了篮板保护和破解联防的短板，决赛最后时刻的战术执行也略显不足。但这场亚洲杯无疑是转折点。赵睿赛后泪洒发布会，坦言“这支队伍找回了老国家队的精气神”。胡金秋也表示，球队的团结和拼劲是最大收获。球迷们在场边高唱歌唱祖国，为这支不被看好的队伍呐喊。从低谷到亚军，中国男篮用实际行动证明，他们正在崛起。

接下来，2027年世界杯预选赛将是更大考验，期待这支队伍能走得更远！

原文链接：<https://hz.one/baijia/中国男篮变强-2508.html>

PDF链接：<https://hz.one/pdf/中国男篮怎么就突然变强了.pdf>

官方网站：<https://hz.one/>