



郭士强

# 收获信心 接轨世界

## ——专访中国男篮主帅郭士强

新华社北京8月20日电（记者 林德韧 王镜宇 刘艺淳）2025年亚洲杯硝烟已散，中国男篮在本届赛事上的精彩发挥给球迷们留下了深刻印象。中国男篮主帅郭士强在接受新华社记者专访时表示，本届亚洲杯上，中国男篮收获了信心。要从低谷中走出来，中国男篮必须跟世界篮球的趋势和理念接轨。

### 收获信心 接轨世界

本届亚洲杯上，中国队进攻犀利、运转流畅、外线精准的比赛风格让人眼前一亮。从结果上看，既击败了约旦队、韩国队等亚洲老对手，也在对阵强敌新西兰队和澳大利亚队的比赛中有上佳发挥。

郭士强表示：“去亚洲杯之前，大家可能不太看好新一届中国男篮。我们定下的目标就是拼每一场比赛，争取站在领奖台上。”

最终，中国男篮获得亚军，完成了赛前的目标。郭士强表示，队伍最大的收获就是自信心。“我在2024年刚接手国家队的时候就提出来，大家要提高自己的自信心。通过这次亚洲杯比赛，球员在场上打球更加自信了，这是巨大的收获。”

郭士强认为，中国男篮要从低谷中走出来，就必须跟世界篮球的趋势和理念接轨。他在讲述自己的执教理念时说：“第一个就是攻守平衡，每一个人要平衡，全队也要平衡；第二个是内外结合；第三个是快速反击、快攻要提速；第四就是要打团队篮球。”

郭士强告诉记者，大家看到中国队进攻更快，也是因为他对队伍提出了明确的要求。在研究了世界杯、奥运会等世界大赛数据之后，他为队伍制定了40分钟的比赛进攻出手次数要达到67至70次的目标。在本次亚洲杯赛中，有的场次中国队达到了这个目标，有的场次没有达到。

“这个目标跟中国队的攻防两端都是有关联的，如果防守不好，或者篮板球保障不好，或者进攻串联不好，这个目标都很难实现。”

在进攻提速的同时，郭士强也鼓励队员出了机会之后要大胆出手，并用“责任我来扛”来为球员们减轻压力。

“我在全队开会时说了，球员是我选的，战术是我安排的，比赛是我指挥的，球员在场上就是去执行去展示，有什么问题我去承担。我就想让大家去放开，不要有包袱，不要有压力，相信他们自己，相信我们这个团队。我非常相信他们，相信他们每个人。”郭士强说。

### 命中率排名第一的背后是主动加练

在本届亚洲杯赛中，中国队的投篮命中率、三分球命中率和罚球命中率均排名第一。郭士强透露，在这背后是队

员们已经养成习惯的加练。

“所有球员都在主动加练，都是自发的，有的是在训练之前早来二、三十分钟，有的是在训练结束之后加练投篮、罚球。作为教练，我喜欢队员去加练，主要是强调主动性，也有一定的必要性。因为在正常训练课上投篮训练的比例占得少，那（量不够）怎么办？就只能课前课后自己加练。当然我也强调，必须在身体状态允许的情况下加练。”郭士强说。

在这次亚洲杯赛中，外界看到了一支既有凝聚力又有血性的队伍。郭士强表示，除了球员之外，教练员和辅助团队也有很强的凝聚力和战斗力。助理教练和体能教练既有国内的，也有国外的，团队中还有李昂这样有国外执教经历的教练，另外还有医疗组、科研组、录像分析组。“他们才是我们幕后的英雄。”郭士强说。

谈到幕后英雄，郭士强举了两位录像分析师的例子：“我们的两个录像分析师，在沙特的19天里，几乎没离开宾馆，只现场看了一场比赛，就是决赛（决赛是最后一场，赛后不用立即分析录像）。因为只要有比赛，他们就都要第一时间把对手情况分析出来。所以我也跟队员们说，我们要努力，让录像分析师在亚洲杯能踏实看上一场比赛。”

### 赴美考察相中王俊杰

在这次亚洲杯赛中，首次登上国家队舞台的年轻球员王俊杰表现出色，赛后入选了最佳阵容。郭士强表示，王俊杰是他1月份赴美考察球员时相中的。

他说：“我没接手国家队之前不太了解他。接手之后听说不少中国队员在国外打球，我就去关注这些孩子们。1月份我特地去了趟美国，后来通过各方面了解知道了王俊杰，特意去看了他的训练课和两场比赛，有了更多了解，喜欢他在训练当中的表现。新一届男篮成立，我就把他纳入集训名单里。他来到国家队之后，融入很快，表现也比较好。他每一天的训练、比赛都非常投入，态度非常积极，在训练中也都能按照教练要求去完成，在4号位上我们也需要他这种球员。”

在广州男篮执教时，郭士强就以培养和挖掘年轻球员著称。这次亚洲杯赛，培养和锻炼年轻球员也是他的目标之一。

“赛前我就想，如果有几名年轻球员能在亚洲杯打出来，对于中国男篮是一

个好的事情。”

### 国家队大门永远向所有人敞开

本届亚洲杯，中国队未能以全主力阵容出战。周琦、张镇麟、曾凡博、杨瀚森、赵继伟、孙铭徽等球员因为各自原因无法出战，给郭士强的选人用人带来了相当大的挑战。

在亚洲杯12人名单公布时，外界有一些不同声音。然而，郭士强率领的教练组用一套并不完整的阵容打出了十分精彩的比赛，多名年轻球员有亮眼的发挥，他的排兵布阵也成为了球迷们热议的话题。

在选人用人方面，郭士强表示：“我们有自己的标准。第一个是根据对手情况，第二个是根据自己需要和球员特点。从第一天训练开始，我们会观察球员在每一堂训练课的表现，以及每一场热身赛的表现，然后最后来评价确定。”

在这支男篮队伍中，有几名球员并非传统意义上的“大牌球员”。对此，郭士强表示，名气与资历不是教练组的选人标准。“我上任时就说，新一届国家队大门永远向所有人敞开。不管是职业的、体制内的，还是青年队的、大学的，或是海外球员，只要你能达到国家队选球员的标准和要求，都行。”

### 研究对手 遇强则强

这次亚洲杯决赛的过程出乎了很多人的意料。面对此前几场比赛全都大比分取胜的强敌澳大利亚队，中国队以1分惜败。郭士强表示，中国队在赛前充分研究了对手，能做到遇强则强。

“赛前我跟队员讲，对手虽然强，但他们也有弱点。首先，前5场比赛他们没有遇到困难，所以在比分咬住、局面焦灼的时候，我们会有优势。第二，他们有一些球员有弱项，有两三名队员个人防守不是很好，我们要抓住他们的弱点。

如果我们能把准备会上的要求执行好，跟他们打会有机会。”郭士强说。

比赛的进程印证了郭士强的判断，胡明轩最后一投的战术是在训练中演练过的，比赛时也执行得很好，只可惜最后差之毫厘。

郭士强表示，对阵新西兰队和澳大利亚队的比赛，对于中国队未来面对欧美强队有着很强的借鉴意义。

他说：“新一届中国男篮以后要多找欧美强队来打比赛，这对我们中国男篮的提升和进步有好处，也是跟世界强队缩短差距的最好方式。亚洲杯只是奥运会备战周期的短期目标，我们还有中期目标比如亚运会，最终目标肯定是打好2027年世界杯，拿到2028年奥运会入场券。接下来我们还是要踏踏实实训练，抓好队伍建设，一步一个脚印走下去。”

