

# “MVP”，累并快乐着

## 本报专访丁彦雨航，揭秘国产核心爆发的背后

“没有什么能够打败我们，这才是山东队！”击败辽篮的当天晚上，丁彦雨航更新了微博。只是简短的一句话，却已准确表露出了小丁的自信与霸气。

职业生涯第七个年头，丁彦雨航迎来了井喷一季，不管是个人数据，还是带队能力，堪比老大哥易建联。是什么促成了小丁的爆发？国家队的经历给了他怎样的改变？接下来，他会怎样同普莱斯共存？让我们听听小丁怎么说。

本报记者 刘伟

### 看淡数据，胜利比高分更重要

**齐鲁晚报**：赛季至今，你的个人数据迎来了井喷，包括过去两场比赛，成为球队关键先生，怎么看待自己这个赛季的表现？

**小丁**：对我个人而言，我觉得数据是次要的。之前我也说过，球队现在这么困难，如果输球的话，数据再好，对我来说也没什么用。接下来小外援将会到位，我们也会给他更多出手机会，总之还是球队大局为重。

**齐鲁晚报**：是什么动力促成了你这个赛季的飞跃呢？

**小丁**：一方面是这个夏天的训练吧，包括在国家队这么长时间一直没有放松，这么长时间一直在训练、在比赛。再一个，就是这个赛季我在场上的机会多了，当外援不在的时候，国内球员必须得站出来，所以说，你必须得去承担自己应有的责任。

**齐鲁晚报**：能具体说一下国家队一个夏天的征战，对自己有哪些具体提高吗？

**小丁**：这个夏天我们打了四十来场球，感谢官指导能够给我这么多的上场时间，也感谢有这么个机会，能跟国外的强队交手。虽然说比赛打下来，差距还是挺大的，但这样的学习机会，对我个人的提高还是很有帮助的，让自己明白了努力的方向。

### 不惧疲劳，因为加强力量训练

**齐鲁晚报**：你这个赛季的上场时间居高不下，场均有接近四十分钟的时间，这么高强度的比赛，能吃得消吗？

**小丁**：今年的赛制还是挺好的，两周五赛，中间还是允许我自己能够自我调节一下的，比如加强一下力量，或者自我调整一下。累是肯定很累的，现在CBA没有弱队，各个球队的实力差距很小，每场比赛都得尽全力去拼。你拼了都不一定有机会，不拼，肯定是没有机会的。

**齐鲁晚报**：在身体和体能的恢复上，自己有没有特殊的安排？

**小丁**：主要还是抓紧轮空的机会，来进行自我调整，好好休息。另外就是多加力量训练，增强自我保护，因为我的打法需要更多的力量作为基础，力量欠缺的话，就会很容易受伤。

**齐鲁晚报**：今年你的伤病明显减少了，是不是跟自己的力量训练加强有一定的关系？

**小丁**：之前伤病多，跟休赛期比赛多、身体疲劳有一定的关系，毕竟国家队比赛完了，接着就是俱乐部比赛，连轴转，身体吃不消。今年里约奥运会结束后，我有了两个多月的调整时间，感觉要比前两年好多了。

### 打得合理，球不一定都给我

**齐鲁晚报**：外界有种观点，你数据的提高，同球队小外援出状况有一定的关系。有人还觉得，单外援作战，对你这样的国手进一步成长，在联赛更好地锻炼自己有更重大的意义，你怎么看待这些说法？

**小丁**：对我来说，不管是单外援还是双外援，我都能够接受，并不是说，只有单外援的时候，我们才能承担更多的责任。今年科尔因为自己的一些原因，包括伤病，包括没有系统地训练，导致状态不够好，所以全队打得有些累。普莱斯来了以

后，跟我们的磨合很不错，包括他的训练态度，包括他的传球，不一定说来了外援，就会影响我的出手，更多的是我们在一起要去帮助整个球队，因为打得合理，并不意味着球一定都在我手里。

**齐鲁晚报**：普莱斯到队也有快一周的时间了，下一场比赛，他将正式登场亮相，对这位新搭档怎么看？

**小丁**：首先普莱斯的敬业态度没得说，这两场比赛大家都看到了，一个外援来到一个陌生的城市，人生地不熟，但他赛前会来到赛场帮我们捡球。虽然他自己还没打球，但他会鼓励大家，包括我们下场的时候，他主动上来跟大家击掌，融入得非常好。看得出来，普莱斯是一个非常积极上进的人，希望他能够尽快融入球队体系。因为他之前打过CBA，对这个联赛也非常了解，希望他能够以好的状态，帮助球队更进一步。

**齐鲁晚报**：在上海的时候，普莱斯的高得分，在一定程度上建立在高出手之上。有一场比赛，他就曾经在三分线外疯狂出手三十二次，同为后场球员，有没有担心这位搭档上场后，将会影响自己的出手机会，或者说，如何在场上同普莱斯更好地兼容？

**小丁**：这个还得需要更好地去磨合，毕竟我们还没有在一起打过比赛，现在说什么都还有点早，还是希望尽可能去融合，他在场上，我就不需要打得那么累。因为他能帮助我们分担其他一些担子，毕竟篮球，不光只有进攻，还有防守、篮板等等。我觉得还是球队胜利高过一切，如果他的命中率比较高、状态比较好，高出手也没有任何问题，我可以去抢篮板、去防守，球队好了，队员才能更好。



小丁本赛季数据全面爆发，成为高速男篮不折不扣的国产核心。  
本报记者 王鸿光 摄



汤普森用单场60分的表现扫除一切质疑。新华社发

### 单场60分，个人单场得分创新高

# 汤普森这次真封神了

**本报讯** 这个赛季，已经不止一次听到勇士交易汤普森的流言了。赛季初低迷的状态，勇士真空的内线防守，让人们设想用汤普森来交换一个内线屏障去补强勇士最后的短板。然而当北京时间6日，克莱·汤普森统治这个球场时，质疑声只能无奈地平息。

在甲骨文中心沸腾的气氛中，他33投21中，仅仅半场便狂砍40分，第三节不到便得到打破个人得分纪录的60分。

其实，汤普森已逐渐摆脱了赛季初的低迷。他的三分球正在努力回到正常水准，竞技

状态也大幅度提升。几年间，汤普森的出场时间、得分、命中率等重要数据逐年攀升。进攻手段的日趋全面让他变成一个更稳定的得分手。难能可贵的是，在兼顾得分的同时他一如既往地保证了出色的防守，限制对位球员命中率下降1.3%，限制对位球员三分命中率下降6.7%，这还是在大部分时间防守对方外线箭头时做到的。

但随着杜兰特的加盟，汤普森不得不再一次隐藏在光芒之后。事实上，汤普森一直低调且优秀地做着职责内的事情，并且完成得很出色。大部分

时间里，他都隐藏在库里和杜兰特的光芒之下。只是当他按捺不住欲出鞘的剑气，对手的末日就将来到。

我们可以直观地感受到，汤普森的进攻手段更加丰富，出手越来越快，射程越来越远。在防守端，汤普森选位、判断都变得更加老成。合理利用身高和臂展，用最少的犯规最大化地限制对手，很少再陷入犯规的困扰。汤普森今非昔比，攻防的数据是他为勇士做出的贡献，但汤普森带给勇士最大的财富却是数据无法体现的。

(新体)