

单节10分钟,增设“潜力赛”,CBA联赛推出多项改革措施 新赛季有新改变,新规效果待检验

记者 冯子涵 报道

单节10分钟 提升比赛质量

2025—2026赛季CBA联赛将于12月12日拉开序幕,最晚于2026年6月14日结束。据了解,新赛季CBA联赛完全采用FIBA规则,由此前的四节比赛每节12分钟改为四节比赛每节10分钟;同时取消短暂停、6犯离场、一队一节5次犯规处于全队犯满状态等特殊规定。

FIBA赛场节奏快、对抗强,每个回合都至关重要。以往CBA球员习惯了48分钟的“慢节奏”,到了国际赛场往往显得措手不及。比赛时间缩短,球员必须在更短时间内保持高专注度,这将有效提升球队对关键球的处理能力,让比赛更有悬念。

取消6犯离场等特殊规定,则将能帮助球员建立符合国际规范(5犯离场)的防守意识。过去,CBA的防守尺度,让球员在国际大赛中频频陷入犯规麻烦。球员在国际比赛中迅速犯满离场的教训,正是联赛与国际规则脱节所致。改革的目标不再是让球员在低水平对抗中“刷”出场时间,而是通过提升联赛的对抗质量和竞争强度,锤炼出真正能在国际赛场作战的精英球员。

11月26日下午,2025—2026赛季CBA联赛新闻发布会在北京举行。发布会公布了新赛季CBA联赛的赛程赛制,其中变化最大的,莫过于单节时长由原来的12分钟变更为10分钟,以及增加全新的“潜力赛”。

此外,CBA联赛还限制了每支球队注册外援人次的上限,并放宽国内球员准入的年龄限制。新举措丰富了联赛内容,对年轻球员更加友好,CBA联赛新气象值得期待。



11月26日,CBA联赛新赛季启动仪式在京举行。新华社发

增设“潜力赛” 创造更多实战机会

发布会上,CBA还官宣了一项全新举措:常规赛阶段将增设“CBA潜力赛”。

该赛事计划设置190场比赛,

每支参赛球队将进行19场潜力赛比赛,比赛时间为当日CBA联赛常规赛结束后、同一比赛场地内进行。据此前报道,参赛阵容方面,限定为当场CBA比赛报名的非首发国内球员,外援全程禁止参赛。

一直以来,CBA联赛在人才培养上存在着结构性矛盾:既要

保证联赛的竞技水平和观赏性,又要给本土年轻球员足够的成长空间。潜力赛就像是一个专门的“试验田”,在不影响正式比赛的前提下,为替补和年轻球员提供了宝贵的实战机会。

潜力赛在赛事规则设计上,也有着独特的考量。“2×5分钟”

的短时赛制,要求球员迅速进入状态;常规时间战平后的“金球制胜”规则,模拟决胜时刻压力,锻炼球员的心理素质和关键球能力;仅允许场上球员申请暂停的设定,更是培养了球员自主阅读比赛的能力。这些细节都直指中国球员在国际比赛中暴露出的短板:关键时刻手软、缺乏自主决策能力。

外援注册有上限 放宽球员注册年龄

球员注册方面,新赛季外籍球员上场规定与上赛季保持一致(4节7人次),同一俱乐部可同时注册4名外援。与以往不同的是,新赛季单一俱乐部最多注册8人次。它促使俱乐部更谨慎地选择和管理外援,从追求短期成绩转向注重长期建设,并最大限度保持竞赛公平。

值得一提的是,新赛季还放宽了对球员准入层面的年龄限制:参加过U17男篮世界杯或者U19男篮世界杯的主力球员,在注册参加CBA时,年龄可以放宽至18周岁以下,16周岁以上。以往CBA规定,未满18周岁不能参加联赛,但对真正有天赋的年轻球员来说,通过这个新规“提前”进入职业联赛,对他们的成长会很有好处,可以让真正的年轻天赋运动员,不必在低水平比赛中空耗年华。

这回玩得太大 傲慢付出代价 瓜迪奥拉大轮换,曼城0:2不敌勒沃库森

记者 尹成君 报道

瘦死的骆驼比马大,此言非虚。本赛季开始前被拆分到七零八落的德甲球队勒沃库森,在新帅尤尔曼带领下2:0击败逐渐复苏的曼城。勒沃库森全场仅有三次射门就打进两球,曼城13次射门无一命中,瓜迪奥拉的轻敌,把球队在欧冠的好局面给毁了。

面对支离破碎的勒沃库森,瓜迪奥拉的排兵布阵引发了巨大

争议。与上轮英超对阵纽卡斯尔联时相比,他做出了10处人员调整,只有尼科·冈萨雷斯继续首发。22岁的鲍伯、21岁的萨维尼奥、21岁的刘易斯、21岁的库萨诺夫、连守门员都是只有23岁的特拉福德,曼城的首发阵容由小将担纲。“蓝月亮”有这样的青训底子,可是这是欧冠比赛,拿新人练手显然不太尊重勒沃库森。

果然,大幅轮换的曼城在场上毫无默契可言,尽管拥有54%的控球率,但创造出的有威胁进

攻屈指可数。困境在上半场就已显现,曼城虽然控球占优,但45分钟仅有5次射门,与往常在伊蒂哈德球场的统治力相去甚远,在第27分钟时就让勒沃库森的格里马尔多打进一球。

接下来,瓜迪奥拉又采取了另一个极端措施,他在中场休息时一次性做出三次换人调整,这在他的曼城执教生涯中仅发生过四次。

福登、多库和奥赖利换下了三名21岁左右的小将,但这一调

整并未能扭转局势。

相反,勒沃库森在第54分钟扩大了领先优势,希克接应马扎尔的传中,以一记精彩的头球攻门,让特拉福德束手无策。

本场比赛,瓜迪奥拉在门将位置上的选择同样饱受诟病。他让从未在欧冠赛场上亮相的特拉福德首发,而非状态稳定的多纳鲁马。并非特拉福德表现糟糕,而是时机和情境完全不合时宜,勒沃库森的两个进球固然难以扑救,但特拉福德作为年轻的替补

门将,缺乏指挥防线的经验与权威才是症结所在。

知道自己失策的瓜迪奥拉只能派上了“杀手锏”哈兰德,希望用他的个人能力挽回败局,可是大势已去。尽管哈兰德曾获得一次良机,但被勒沃库森门将弗莱肯出色化解。

此役后,曼城积10分排名欧冠积分榜第6,勒沃库森积8分升至第13位。对瓜迪奥拉而言,这场失利是一个警示,欧冠赛场无弱旅,过度自信终将付出代价。

编辑:马纯潇 美编:刘燕 组版:刘焱

结婚启事

2025年11月27日星期四 农历 乙巳年十月初八

新郎 刘屹冬 **新娘** 温雪涵

于乙巳年十月初八结为夫妻。
愿修百年之好,共赴白首之约,
此生风雨同舟。
特此登报,敬告亲友,亦作留念。
喜结良缘 同喜同贺

新郎 袁梓良 **新娘** 卢艳萍

兹定于乙巳年十月初八
正式结为夫妻,
谨以白头之约,书向鸿笺;
好将红叶之盟,载明誓谱。此证。
敬启四方亲友,恭请同鉴佳期。

挂失声明

◆登报声明
济南市历下区卫生和计划生育监督所遗失票据作废声明:已开具《山东省资金往来结算票据》二联单201000000896至201000000900连续票号共五张;空白三联《山东省资金往来结算票据》A201010265010至A201010265014连续票号共五张。

◆遗失声明:王小飞遗失护照,护照号码Ej4852572,声明作废。

◆王金龙医疗保健证遗失,特此声明。

高价收购

高价收购15662781688
老钱币邮票字画老酒像章纪念章
集小人书银元金银币等,可上门看货。
英雄山文化市场西门口红太阳古玩店

挂失声明

◆登报声明
济南市历下区卫生和计划生育监督所遗失票据作废声明:已开具《山东省资金往来结算票据》二联单201000000896至201000000900连续票号共五张;空白三联《山东省资金往来结算票据》A201010265010至A201010265014连续票号共五张。

◆遗失声明:王小飞遗失护照,护照号码Ej4852572,声明作废。

◆王金龙医疗保健证遗失,特此声明。

高价收购

高价收购15662781688
老钱币邮票字画老酒像章纪念章
集小人书银元金银币等,可上门看货。
英雄山文化市场西门口红太阳古玩店

正宗山东烟薯25

农超心意卡可用

¥18.8
3斤

糖心流油
软糯香甜
为烤而生

qilu
齐鲁农超