

CBA联赛半程总结

严抓赛风赛纪 激发联赛活力

黄江惟 杜 婕

“三大球”振兴对于展现我国体育综合实力、实现体育强国目标具有重要意义。为落实关于“三大球”振兴的部署和要求，中国篮球协会积极行动，在CBA联赛成立三十年之际，打破陈规，拥抱变化，从严抓赛风赛纪，到在赛制设计、外籍球员政策和公益活动等方面推陈出新，既彰显了严的基调，也在极力激发联赛活力和闪光点。

中国篮球协会副主席徐济成介绍，“三十年来，CBA联赛取得了长足的进步，联赛影响力不断扩大，各家俱乐部运行更加规范成熟，为国家队输送了大量人才，CBA联赛也把振兴‘三大球’作为己任。”

多措并举 严抓赛风赛纪

中国篮球协会高度重视CBA联赛赛风赛纪管理，把赛风赛纪管理和赛事平稳运行放到重点突出位置来抓。中国篮球协会竞赛部部长肖红安表示：“中国篮球协会秉持‘贯彻总局要求、落实篮协规范、执行联赛规定’的工作理念，积极推进顶层设计，强化行业整治和行风建设，完善事先、赛中、事后处置办法，预防为主、常抓不懈、综合治理，并采取了一系列具体措施严抓赛风赛纪。”

一是完善行业规定，先后印发了《中国篮球协会赛事活动赛风赛纪管理办法》《中国篮球协会赛事活动安全工作规定》等多个政策文件，为营造稳定、公平、有序的竞赛环境做好制度保障。二是加强宣教，联赛开始前召开赛风赛纪宣讲大会，签署赛风赛纪承诺书，参赛主体责任书等。三是建立职业联赛赛事预警机制和对联赛重点人员的约谈制度。四是对于联赛出现的赛风赛纪问题，及时应对，快速处罚。五是抓好裁判监管，实现联赛所有场次监评全覆盖，对出现严重错漏判的裁判员给予内部通报批评和处罚。本赛季至今，共认定了4起严重错误，依规内部停赛12人、52人次，内部通报批评10人。

目前联赛运行平稳，没有出现安全事故和重大赛风赛纪问题。接下来，中国篮球协会还将召开全国篮球领域赛风赛纪专题会议，强化“以案为鉴”的警示教育作用。

推陈出新 激发联赛活力

为增加CBA联赛的对抗性和观赏性，带动、激励国内球员提升水平，在中国篮球协会和CBA俱乐部的共同努力下，本赛季CBA联赛外籍球员上场政策由此前的第四节四人次调整为第四节七人次。随着外籍球员人数和出场时间的增多，联赛对抗更加激烈，胜负更富悬念。据中篮联公司赛事运营部负责人孟晓琦介绍，在常规赛前30轮比赛所有场次中，比赛分差



北京队球员曾凡博（右）上篮。本报记者 王亮民摄

在10分以内的场次为131场，占有场次的43.67%；双方分差在5分以内的68场，占比22.67%；比赛分差在2分以内的21场，占比6.67%；另外还有10场比赛进行至加时赛才决出胜负。

对此，肖红安表示：“第四节七人次的外籍球员政策目前来看收效明显，下赛季还将继续沿用，从而保证联赛赛制的稳定性。”

比赛精彩激烈也带动了联赛关注度的提升，截至常规赛第23轮结束，全国共有15个电视频道转播了本赛季CBA联赛，共计播出场次1279场，电视观众累计到达人次18.13亿。从上座率看，227场比赛总上座人数近100万，CBA联赛的影响力还在不断扩大。

除了外籍球员政策调整，为充分利用CBA联赛窗口期、激发俱乐部活力，本赛季CBA还创新设立了全新赛事——“CBA俱乐部杯赛”。20支球队分为4个小组，小组赛于2024年11月12日至17日在定州、惠州、青岛和烟台四个赛区完成比拼，北控、北汽、山西、新疆、浙江、山东、上海和天津8支球队晋级决赛阶段。决赛阶段将于2月9日至15日在陕西西安进行，8支晋级球队将通过单败淘汰赛角逐首届CBA俱乐部杯冠军。

开展主题教育 彰显人文关怀

为贯彻落实中国篮球协会对于CBA联赛开展思想教育活动的要求，全方位提升联赛参赛人员思想

素质，强化爱国主义、集体主义意识，本赛季自2024年夏天联赛准备期开始，中篮联公司充分借助选秀、夏季联赛、季前赛等各类场合，与承办赛区城市联合组织联赛人员参加红色主题教育活动、进校园活动等，例如夏季联赛新疆裕民站组织参赛球队人员参观小白杨哨所，季前赛江西吉安站组织参赛人员代表参观江西苏维埃历史陈列馆。

联赛期间，赛前奏唱国歌仪式“我是领唱人”主题活动在运动员和球迷中反响热烈。领唱球员由每场比赛主场俱乐部中的两名球员担任。当国歌奏响的那一刻，他们用自己的歌声引领全场唱响国歌，以一种极具感染力的方式让红色血脉在激情与活力的CBA赛场上流淌开来。

此外，CBA联赛及各俱乐部还聚焦篮球无障“爱”、青少年圆梦和爱国主义教育，共组织开展了50余场不同形式的公益活动，彰显了中国篮球的人文关怀。他们以篮球为媒，用温暖的力量去拥抱每一个群体，在社会各个角落播撒爱的种子，让热爱篮球的声音都能被听见。

中国篮球协会将牢记嘱托，在全国篮球领域坚决贯彻执行“团结一心、顽强拼搏，奋勇争先、不负使命”“遵守规则、尊重对手、尊重裁判、尊重观众”的理念和原则。为实现“体育强国”目标和“三大球”振兴而不懈努力。

拼一定失败。”U16女篮队员朱思雨选择了队友推荐的《追风筝的人》，说起选这本书的原因时，她谈道：“这本书主要围绕友谊在讨论，这对团队项目来说很重要。和队友之间的默契和信任可以让战术执行得更顺畅，能让我们走得更远。”

中国篮球协会青训总监张斌指出：“读书和打球是相辅相成的，通过阅读，可以学习他人如何迎接挑战、坚持不懈、应对逆境。这些品质同样适用于赛场和人生。”

“篮球正青春”系列活动，是中国篮球协会围绕青少年篮球发展制定的长期行动计划，希望通过篮球运动，帮助青少年学习团结协作、永不放弃的运动精神，弘扬篮球运动的精神文化价值，为后备力量培养提供支持。

未来，中国篮球协会将继续把青训工作置于重要战略地位，遵循青少年篮球运动员的发展规律，通过一系列扎实有效的举措，不断加强青训工作的投入与推进力度，致力于为中国篮球事业培育更多优秀的后备人才。



U19男篮在训练中。

U19女篮：磨炼技术 科学备战

为备战今年7月在捷克举行的U19女篮世界杯，从去年12月5日开始，中国U19女篮就一直在昆明海埂体育训练基地进行冬训。刚来到海埂高原时，队员们经受了很大的考验。为帮助姑娘们逐步适应高原环境，球队首次使用了训练监控设施，科学监控队员们的训练强度、身体恢复指标及睡眠情况，为科学训练打下了坚实基础。U19女篮队员徐凤威说：“我们需要更路实训练，用一个全新的状态、打法去面对世界杯。”

此外，U19女篮还与云南师范大学女篮、云南体育职业技术学院男篮进行了多场教学比赛，通过赛训结合的方式，检验了本阶段冬训的效果。在集训期间，队伍还集体听取了反兴奋剂教育讲座，并签订了承诺书。

本次U19女篮高原冬训将持续到1月25日，姑娘们将持续储备体能、磨炼个人技术，加强战术配合，努力冲刺U19女篮世界杯。中国U19女篮助理教练陈楠表示：“现在中国篮球处于相对比较低谷的时候，希望孩子们能抓住这次冬训的机会，也在未来找到属于自己的一片天。”

U16男女篮：入队选书 读书育人

U16男、女篮正在国家体育总局秦皇岛训练基地训练，近日，他们在集训之余进行了一场别开生面的“篮球正青春”阅读角选书活动。此活动由中国篮球协会与湖南新华书店集团共同打造，在国家体育总局秦皇岛训练基地宿舍楼内搭建了一个书目种类丰富的阅读空间，在此集训的青年队员可以自由选择喜爱的书籍。

U16男篮队员陈昱休选的是一本《水浒传》，他表示：“我很喜欢武松打虎的故事，和在赛场一样，面临绝境时就是要拼。拼了不一定成功，但不

黄江惟

日前，中国篮球协会发布了《中国篮球协会篮球技能等级评定管理办法》（以下简称《办法》）。《办法》基于我国青少年的身心特点、技能发展规律以及国际篮球运动发展趋势，融合了实用技术和部分体能动作，旨在进一步推动篮球运动的普及与推广。

以青少年为主 不限定参与人群

中国篮球协会最初制定《办法》时，主要针对的人群是6岁至18岁的青少年群体，但在探索和实践过程中发现，《办法》适用于各年龄段的篮球人群。基于此，中国篮球协会未来将在更广泛的人群中开展篮球技能等级评定考试。

划分三等12级 5级是分界点

按照《办法》规定，篮球技能等级划分为三等12级。其中1级至4级是初级，属于“启蒙阶段”，难度相对较低，对于青少年提升参与篮球项目的兴趣大有裨益。5级至9级是中级，难度较高，10岁以上才能报考。9级至12级属于高级，需要青少年篮球运动员经过长时间系统性训练才有可能通过等级评定考试。

考查基础技能 提供选材参考

篮球技能等级评定考试主要考查内容为篮球基本技能，包括基本姿势、移动、传球、投篮和持球突破等。每一个等级的考试内容有所区分，但是不区分位置概念，所评定的是所有位置都需要的篮球基本技能。此外，中国篮球协会制定了篮球技能等级考试费用指导价，初级在200元左右，中级在300元左右，高级则在400元左右，由各地根据当地实际情况进行调整。

篮球技能等级评定考试现场通过录像、打分表的记录、签字以及对一些考试进行现场直播等手段，来保证考试的公平、公正和公开，为考生们营造一个风清气正的考试环境。《办法》的发布，明确了青少年阶段所要学习、掌握的篮球基本技能内容，有利于青少年篮球运动员打好基本功，同时也为俱乐部、学校等机构选拔篮球人才提供了重要参考。

面向全国 搭建桥梁

据中国篮球协会竞赛部相关负责人介绍，中国篮球协会已于2024年7月正式启动篮球技能等级评定项目的试点工作。截至目前，篮球技能等级评定考试已在湖北、深圳、山东、江苏等省市区启动，共计开展了15场考评，逾800人报名参加。在山东考点，首场篮球技能等级评定考试在潍坊举行，共吸引了百余名青少年篮球运动员参与。小运动员朱勤宇在第一次考试中传球出现了失误没能通过考试，在随后的第二次补考中，他立即调整状态，顺利通过考试。另一名小运动员单常贝尔通过考试后开心地向记者说：“这次能够通过评定考试，让我在篮球方面有了更多信心。”

除上述地区外，篮球技能等级评定考试还将于2025年在陕西、四川、云南、宁夏、湖南、宁波等省市区陆续推进。同时，北京、广东、青海、新疆、安徽、辽宁、吉林、山西等省市区也已开始前期准备工作，将陆续启动篮球技能等级评定项目。

中国篮球协会将逐步实现篮球技能等级评定与青少年篮球赛事紧密结合，开展相应等级的精英篮球训练营，为广大青少年篮球运动员和爱好者提供更专业的训练和竞技平台，使篮球技能等级评定成为青少年篮球运动员走向专业道路的桥梁。

一套程序 多家编辑 一家审定

中国篮协赛历对赛事进行体系化梳理

杜 婕 黄江惟

中国篮球协会不久前发布2025年中国篮协竞赛日历。中国篮协竞赛部部长肖红安说：“统一发布赛历有利于赛事认证和服务监管，也有利于打造上下贯通、衔接有序、层级完整、规模合理、价值导向统一、开放透明兼容的一体化篮球赛事体系，为篮球事业改革发展奠定基础。”

竞赛日历就是把各种复杂的赛事作为一个竞赛体系进行体系化的梳理，把赛事分级分类、赛事认证、等级制度、服务监管等一系列工作都理顺。中国篮协参与和管辖的赛事众多，为更好整合国际国内各类篮球赛事信息，中国篮协统筹优化后印发了2025年中国篮协竞赛日历，统一赛制、赛历、赛程，确保各类赛事时间安排合理，避免冲突，进而提高篮球赛事的整体质量和推广运营。其实，中国篮协以前也曾有过简单的赛历，但今年赛历的特别之处是用一套程序，多家编辑，一家审定。各地方篮协、学校系统和行业体协可以

此为依据编排各自的赛历。

肖红安介绍，在赛历编排的过程中遵循两大原则。一是以国际篮联赛历原则为指导；二是结合国内联赛和国家队集训比赛的实际情况依序编排。中国篮协的赛历包括国际比赛、全运会、职业联赛（包括中国男子篮球职业联赛、中国女子篮球联赛、全国男子篮球联赛及超三联赛）、全国锦标赛、U系列等赛事。所有赛事按照编排赛历优先程度分为5个层级，一是国际篮联赛历中与中国队相关的国际比赛，二是中国队的其他比赛和全运会比赛，三是职业联赛，四是中国篮协主办的其他全国比赛，五是其他赛事。肖红安表示，统一赛历的最大好处是能够避免冲突，按照五级编排原则，地方比赛服从全国比赛，一般比赛让位于重大比赛，国内比赛服从于国际比赛，这样能帮助各个层级的运动员、教练员、裁判员及相关工作人员做好训练、参赛和工作准备。统一的赛历既能更好地服务于运动队，也能提高办赛质量，服务于观众和社会，提升篮球赛事的整体质量和推广运营。

在CBA公司董事长徐济成看来，中国篮协统一发布赛历是中国篮球规范化管理的重要举措，另外他认为，篮球人才培养有自身的规律，这是制定政策时需要考虑的问题，此次中国篮协发布的篮球赛历兼顾了运动员整个的成长周期，有利于青少年和青年队员的成长。

名人堂

匡鲁彬从学姊走进U19国青队

本报讯 近日，为进一步弘扬中华体育精神，激励年轻一代篮球运动员奋勇拼搏，“名人堂在行动”主题活动在昆明海埂体育训练基地顺利举行。中国篮球名人堂成员匡鲁彬、从学姊走进中国U19男、女篮，与年轻队员们进行交流。

两位名人堂成员全程观摩了中国U19男、女篮的力量训练和技战术训练，在与年轻球员们的交流分享中，匡鲁彬以自己近20年陪伴国青队伍的亲身经历，向队员们介绍了一代又一代国青“师兄”“师姐”们的训练比赛事迹，并寄语年青一代要珍惜参加“国字号”队伍训练的机会，迎难而上，勇于承担为国争光的重任。匡鲁彬表示：“老一辈的运动员，都是通过苦练出成绩的。如果你喜欢篮球，首先要学会自律，为了提高水平、达到目标，必须要学会吃苦。”

热爱、多练、挑战、责任感，是从学姊送给国青队员们的四个关键

词。从学姊分享道：“热爱会让你不断地投入、进步，多练让你不止步于掌握技术，更让技术成为本能。勇于挑战、勇于面对未知才能迈向更高的台阶。你们代表着同年龄段青少年的最高水平，你们有责任完成中国篮球的接续，守卫中国篮球的荣誉。”

在为期两天的主题活动中，中国U19男、女篮全体运动员、教练员和工作人员集体观看了名人堂主题短片，深入了解并学习了中国篮球历史与名人堂成员们的传奇故事和拼搏精神。

据悉，中国篮球名人堂将持续携手名人堂成员开展各领域、多形式的主题活动，激励广大篮球人和青少年奋勇向前，努力推动中国篮球事业发展。（黄江惟）