

开拓者不敌湖人

杨瀚森被召回后仍未登场

11月4日上午,NBA常规赛波特兰开拓者主场115比123不敌洛杉矶湖人。赛前刚从发展联盟撕裂之城混音队被召回的中国中锋杨瀚森,本

场依然未获出场时间。

这已是他连续第二场比赛遭遇DNP(未出场)。截至目前,杨瀚森在本赛季常规赛共出战5场,场均出场5.8分

钟,贡献1.8分、0.8个篮板和0.4次封盖,投篮命中率22.2%。

谈到杨瀚森此前被下放发展联盟的情况,开拓者主教练斯普利特赛前表示:“他状

态很好,明白在NBA打球是马拉松,不是短跑。他态度积极,我们让他做什么他都照做,非常职业。”

据开拓者随队记者透露,

杨瀚森短期内不会在发展联盟出战,最近的下放主要用于随附属球队训练。上周末,他已连续两天随混音队参加合练。

据正观新闻

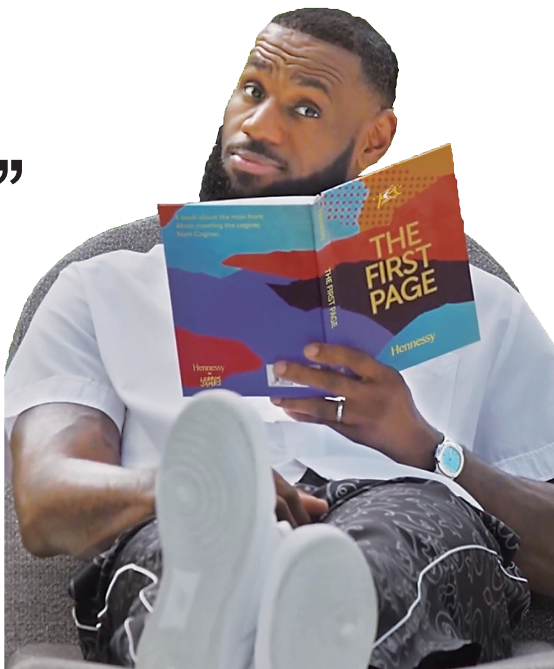
打球之余不忘阅读创作

NBA巨星里也有“文艺中年”

这几天,NBA赛场除了比赛的胜负,还有一个消息引来许多关注——勒布朗·詹姆斯又出书了。

日前,他的最新儿童绘本《万圣节惊魂夜》推出,这已经是詹姆斯出版的第四部童书作品,此前他于2020年推出的《我的承诺》,甚至登顶过《纽约时报》畅销书排行榜冠军。

能够成为畅销书作家,离不开平时的积累。多年以来,詹姆斯的阅读习惯为许多球迷所知,而在NBA联盟,喜欢读书的“文艺中年”不止他一个。有球员现身说法:爱阅读,对打好球也有帮助。



詹姆斯用阅读来进行放松

为何在征战NBA的同时,还不忘笔耕不辍持续出版作品?对詹姆斯来说,这或许是一种习惯。

用他自己的话来说,阅读爱好从小就走进了他的生活——4年级寄住在教练弗兰克·沃克家时,沃克夫妇每晚都会和孩子围坐阅读儿童文学。“我第一次觉得书本里能装下安稳的世界。”后来詹姆斯如此回忆。

“我当时可能是学校唯一读报的孩子,我会从头到尾把《体育画报》看完,不只是看图片,也会阅读所有文

章。我也会去图书馆借阅,看篮球书籍,努力了解这项运动的历史。”

进入NBA联盟后,随着詹姆斯日渐成为超级巨星,他在场内外的一举一动也愈发受人关注。

比赛前后,詹姆斯就常常被拍到在捧着书本阅读。为什么喜欢看书?他说这是一种调节情绪的手段,“阅读是一种放松自我的方式。”

“你花了大量的时间准备比赛,有时候你需要从中稍微抽离一会儿。阅读能让我暂时放松,随后,我又可以全

力集中到比赛上。”

不过,随着时间的流逝,詹姆斯的读书习惯也成了一个“网络梗”——由于被拍到看书时,詹姆斯常常都是正翻开书本的前面几页,于是不少球迷调侃,这只是詹姆斯在故意“摆拍”,从来没有真正读完一本书。

对于球迷的揶揄,詹姆斯倒也不在意,反而屡屡自嘲——比如在拍摄广告时故意手捧一本标题为《第一页》的书,或是在广告里假装看书,实则在玩藏在书里的手机游戏。

科比也曾推出过魔幻小说

对阅读有兴趣的“文艺中年”,NBA里不只有詹姆斯一个,甚至不少人也都是出过书的“作家”。

科比·布莱恩特就曾推出过魔幻小说《威兹纳德系列:训练营》,克里斯·保罗也出版过不止一本回忆录和儿童励志读物。在这些“文艺中年”眼里,球场上需要全力以赴,走下球场,享受阅读和创造也是一种人生乐趣。

事实上,就像詹姆斯所说,阅读对于运动员发挥出更好的竞技水平,也能够起到积极的作用。

美国球员丹·格伦菲尔德

也认同这个观点,“我的阅读是为了消遣,与我的篮球生涯无关,但这些年来,我逐渐意识到两者之间确实存在着某种关联。”

格伦菲尔德直言,阅读是让自己进入平衡状态的好方法,而这种状态正是运动员所必需的,“在比赛的关键时刻到来之前,花几分钟时间沉浸在书海中,可以带来一种宁静感,这种感觉能够转化为比赛中的放松和专注。”

“除了比赛日之外,坚持阅读也能产生积极的长期影响。赛季漫长,训练艰苦,比赛激烈,每位运动员都需要

某种形式的消遣。”

“读书对我来说既放松又愉快,还能激发思维。当你沉浸在一本好书中时,就好像在书中生活了一段时间,这是从高强度训练中解脱出来的一种难得的休息方式。”

当然,阅读的好处还有很多,比如提供更多的人生经验,让运动生涯和未来的生活都能受益,就像格伦菲尔德所说,“如果你培养了对阅读的热爱,它将伴随你一生。这本身就是一份珍贵的礼物。”

据澎湃新闻 蒲焱磊

杜埃获得欧洲金童奖

新华社罗马11月4日电 意大利《都灵体育报》4日宣布,巴黎圣日耳曼前锋杜埃获得2025年欧洲金童奖。

出生于2005年的杜埃在上个赛季表现出色,随“大巴黎”赢得了法甲、法国杯、欧冠等多项赛事的冠军。在欧冠决赛中,杜埃奉献两射一传。入选今年金童奖候选名单的还有居莱尔、赫伊森、伊尔迪兹等人。

金童奖由《都灵体育报》在2003年创办,旨在颁发给效力于欧洲俱乐部最优秀的21岁及以下球员,阿圭罗、巴洛特利、姆巴佩等均曾获此殊荣。

巴西队大名单公布

新华社里约热内卢11月3日电(记者赵焱)巴西男足国家队主教练安切洛蒂3日宣布了将于本月举行的两场友谊赛的巴西队大名单,召入了更多巴西国内俱乐部球员。

巴西队将于15日在英国伦敦迎战塞内加尔队,18日在法国里尔对战突尼斯队,这也是巴西队在2025年的收官赛。

安切洛蒂在宣布大名单的记者会上解释了最近几场比赛不断轮换球员的行为。他说:“我们对球队进行了多次轮换以进行测试。这始终是积极的,也是我们必须进行的。我认为测试结果不错,我对球员们有了更多了解。通过这些友谊赛,我们会确定一支更加稳定的球队。”

对于这次名单中有7名球员来自巴甲联赛,安切洛蒂说:“巴甲联赛的竞技水平很高,有很多球员都有资格入选,他们在本赛季表现都很出色,我希望对他们进行评估。”

年度最佳阵容揭晓

当地时间11月3日,FIFPRO(国际足球运动员协会)官方公布了2025年最佳阵容名单,其中,姆巴佩、亚马尔、登贝莱、贝林厄姆、帕尔默等球员领衔。

2025年最佳阵容包括:

门将:多纳鲁马(曼城/巴黎,意大利)

后卫:阿什拉夫(巴黎,摩洛哥),范戴克(利物浦,荷兰),门德斯(巴黎,葡萄牙)

中场:帕尔默(切尔西,英格兰),佩德里(巴塞罗那,西班牙),维蒂尼亚(巴黎,葡萄牙),贝林厄姆(皇家马德里,英格兰)

前锋:姆巴佩(皇家马德里,法国),亚马尔(巴塞罗那,西班牙),登贝莱(巴黎,法国)

FIFPRO的年度11人最佳阵容由来自世界各地的21000多名职业足球运动员投票选出。每位足球运动员会挑选出他们认为在以下每个位置上表现最出色的三名球员:守门员、后卫、中场和前锋。

球员们可以自由选择他们认为能进入最佳阵容的球员。值得一提的是,这是足坛唯一完全由球员决定的全球性奖项。

据澎湃新闻 胡杰