

NBA 魔兽当道

格里芬昨日再创奇迹,“野兽派”进化成“魔兽”



第一代:奥尼尔

特点:皮糙肉厚,强打强于投篮
 破坏力:★★★★★

抛开达瑞尔·道金斯、张伯伦、贾巴尔、昂塞尔德等“远古魔兽”不谈,真正让“野兽派”球员为中国球迷所知的,还要算到“大鲨鱼”奥尼尔头上。这位NBA公认的内线大杀器,堪称最恐怖的内线得分机器。

奥尼尔虽然身高2米16,体重超过140公斤,但他能像短跑运动员一样冲刺,能像跳高运动员一样腾空,他拿过4次总冠军、3次总决赛MVP、1次常规赛MVP、NBA50大球员……当然,奥尼尔最让人印象深刻的,是他霸气的球风——菜鸟时期,他总是直来直往、拿球就扣,但在第一次总决赛中被奥拉朱旺4:0教训后,他在保持强硬的同时,也学会了小勾手、擦板等进攻手段,这样的进步,让他在湖人时代成为最有统治力的中锋,湖人21世纪初的三连冠,60%的功劳该归功于奥尼尔。

入围球员:和奥尼尔同时代的其他内线球员只能感叹“既生瑜何生亮”了,“雨人”坎普、著名扣将肯扬·马丁虽然也是身体强壮、弹跳出众、爆发力惊人,但与奥尼尔相比,他们差距明显。至于邓肯,他更像一名技术出色的大前锋,而不是纵横篮下的野兽。



格里芬这“惨无人道”的暴扣,不是野兽是神马?

第二代:霍华德

特点:运动力强,攻击力均衡
 破坏力:★★★★☆

2004年,霍华德同样以状元身份加盟NBA,他给人的第一印象,就是惊人的身体素质——足以亲吻篮筐的弹跳,横行禁区的力量,还有超长的臂展和超人的爆发力,连奥尼尔都惊呼:“他就是为禁区强攻而生的球员。”

有网友调侃,霍华德的绝技包括以下三大招式——“超人摘

星手”的篮板功夫、“力劈华山”的盖帽绝技和“晴天霹雳”的暴扣绝学,这三板斧让霍华德看起来势不可挡,然而就和刚加盟NBA时的奥尼尔一样,霍华德的软肋在于进攻招式过于单一,全仗一身硬功夫正面强攻对手。遇到技术风格相似的对,“超人”当然可以成为赢家,但一旦遇到姚明这样风格迥异的技术

流中锋,霍华德只能干着急。为了提高,霍华德师从“大梦”奥拉朱旺,中投和勾手技巧有了质的提高,不过要想成为下一个奥尼尔,霍华德还需要用总冠军来证明自己。

入围球员:小斯、杰弗森、钱德勒。和霍华德相比,他们稍差,更重要的是,他们所在球队战绩均不算出色,需要更多的时间。

第三代:格里芬

特点:能飞擅扣,尚需打磨
 破坏力:★★★★

和奥尼尔、霍华德不同,格里芬这样能飞擅扣的新一代野兽派球员,历史上的前辈并不多。他的英文名Griffin,本身就披着一层神话色彩——古希腊神话中,Griffin就是“狮鹫”,一种拥有狮身、鹰头、鹰喙、鹰翅,能够称霸陆空的怪兽。就连同为野兽派的詹姆斯也感叹:“他是当今联盟中最充满爆炸力的球员!”他就像一个能飞行的“艾布拉姆斯”坦克,攻防兼备。

队友拜伦·戴维斯如此评价格里芬:“在我这些年职业生涯中,我还从未见过像他这样可怕

的球员。”另外一名队友乔丹则感叹:“说实话,我每次看他不顾一切地飞来飞去时,我的心都会随之颤抖,他太玩命了,我真的很害怕他再有什么闪失。”的确,上赛季因伤报销后,格里芬在自己真正的第一个赛季,就打出让人瞠目结舌的数据——算上昨天的47分14个篮板,他已经连续27次斩获两双,超越了巴克利和奥拉朱旺的26次,距离纪录保持者加内特也只有10场的差距。按照这样的状态下去,他追甚至超越加内特只是时间问题。

处子赛季,格里芬场均能砍下22.5分12.8个篮板3.4次助攻的数据,比超级巨星拉里·伯德新秀赛季更惊艳。在他和乐福(场均21.2分15.7个篮板)的带领下,NBA新一代野兽派内线,开始正式登上中央舞台。如今,给格里芬取绰号,就成了全NBA最开心的事情——韦德叫他“Mr.Excitement(激情先生)”,波什叫他“Bull(公牛)”,NBA官网叫他“PosterChild(海报小子)”。不过如何提高中投和勾手得分能力,是格里芬避免成为扣将的关键。

入围球员:大卫·李、奥卡福。

》揭秘·野兽派

“兽”是怎么炼成的?

能成为野兽派球员,强壮的肌肉、超人的弹跳、迅捷的速度是基本条件。不过,除了人种、遗传等先天因素,后天努力也是必不可少的,奥尼尔、霍华德、格里芬等人概莫能外。

以本赛季最典型的“野兽”格里芬为例,他之所以能成为“海报小子”,后天的努力甚至超过了他的先天基因——大一时,格里芬膝盖受伤,但他在那年夏天,参加了“马特里西亚诺训练营”,一个由退役军人在海湾地区开办的特种兵训练营。格里芬每天要做的,包括抱着几十斤重的实心健身球在沙丘上跋涉,或是背着几十磅的沙袋快速冲上一座沙丘,或是穿着40磅重的背心做引体向上……一个残酷的暑假过去后,他增加了足足10磅肌肉。大二的暑假,他又来到这个训练营。“只有30%的人能坚持到最后,”创始人弗兰克·马特里西亚诺,这位曾训练过拳击手、警察、骑兵的海军陆战队官员表示,“格里芬是我见过最有毅力的人,成就是顺理成章的。”

到了NBA,格里芬的努力同样没有停止——他随时在练球,并努力控制饮食,对啤酒、冰激凌或者是薯片等食品保持着高度克制,科学的规划和顽强的毅力,让他最终成为了“野兽”球员。当然,格里芬要想达到霍华德、奥尼尔的高度,他必须跨越战胜所有野兽派球员的最大敌人:伤病。毕竟,野兽派球风就像《倚天屠龙记》里金毛狮王谢逊练的七伤拳,固然威力极大,但也会伤及自身。格里芬第一个赛季报销,也是因为伤病原因。如何保护脆弱的膝盖和脚踝,将成为所有野兽派球员的最大任务。

快报记者 沈忱

》快问·给力芬

1. 他只是个扣篮机器吗?

不。昨天的格里芬,除了各种形式的扣篮,他的19个进球还包括了中距离、勾手、转身跳投……

2. 他会有多优秀?

在快船主帅德尔内格罗眼中,格里芬是个非常特别的球员,“他最棒的一点就是,他在不断变得更好。”

3. 他能给快船带来真正改变吗?

快船与湖人本赛季两次交手,第一次,他们以一分惜败;而两天前,他们赢得了胜利。还有什么比在同城死敌身上证明自己更直接有效的方法吗?快船队的改变显而易见,他们已经成为最让人恐惧的球队之一了。

快报记者 唐浩杰

》链接

现役NBA野兽派TOP10

- 奥尼尔
场均10分 5个篮板
- 霍华德
场均22分 13.3个篮板
- 格里芬
场均22.5分 12.8个篮板
- 乐福
场均21.2分 15.7个篮板
- 詹姆斯
场均25.4分 7个篮板
- 小斯
场均26.4分 8.9个篮板
- 兰多夫
场均20.1分 13.1个篮板
- 杰弗森
场均16.8分 8.8个篮板
- 大卫·李
场均15.1分 9.6个篮板
- 钱德勒
场均9.1分 9.1个篮板

赛场上的奥尼尔经常“兽”性大发

