

《绝杀慕尼黑》： 体育精神“燃哭”观众



低调的上映 强大的“自来水”

电影《绝杀慕尼黑》根据真实事件改编，讲述1972年慕尼黑奥运会篮球决赛上苏联队与美国队相遇，苏联篮球教练加兰任临危受命，力排众议向世界宣布要战胜劲敌美国队，并带领苏联队克服重重困难战斗到最后一秒，终结了美国36年不败神话的故事。该片在俄罗斯上映时，就获得了超高话题度，并以30亿卢布夺得俄罗斯影史本土电影票房冠军，得到俄罗斯总统普京公开点赞。

影片6月13日上映后，立即得到了韩寒、吴京、林允、杨凌、郑海霞、邢傲伟、张斌、刘建宏、史航等一众文体名人的集体推荐。韩寒在看过电影之后表示，希望将这部电影推荐给所有人，因为这部电影不仅仅是一部体育片，其中传达出的个人信念、团队精神等，适合每一位观众。“我们甚至可以将它看做是一部‘超级英雄电影’，即使我们不喜体育，但是我们都会爱上电影里这些为国争光的‘超级英雄’。”他还在微博上推荐说，这部电影“比动作片更动作，比战争片更战斗，燃过超英”，并将本片列为“2019年必看十佳之一”。

甚至，国家体育总局发文向正在备战中的教练和运动员们推荐这部电影，希望大家学习电影体现出来的团队合作、奋力拼搏和永不言弃的精神。这事还一度登上了热搜，引发了不少网友的热烈讨论。“热血”、“高燃”是大家观影后的一致感受，电影里奋勇拼搏的热血精神，令不少观众激动到落泪，甚至在映后自发鼓掌。尤其是影片最后的那场决赛，几乎做到了1比1的精准还原，让观众体验了一把在大银幕看球赛的快感。正如韩寒所形容的，“最后三秒让你澎湃三天”，可见电影巨大的情绪感染力。

虽然有好莱坞大片的挤压，《绝杀慕尼黑》在院线排片始终只停留在个位数，但它却一路逆袭，好评在影迷中口耳相传，票房也稳健爬升，目前向着总票房5000万冲击。

许多看过影片的网友纷纷表示：“这部电影逆袭绝对靠的是实力，无论从故事层面还是精神层面，都能带给人积极向上的能量。”也有网友畅想：“中国什么时候也能拍出这样热血的体育电影呢？期待我们自己的《中国女排》！”

导演看了500遍录像 主演练了八个月篮球

1972年慕尼黑奥运会的篮球决赛虽然是一场充满传奇的经典比赛，但对《绝杀慕尼黑》的主创们来说，其实已经相当遥远了。

“小时候，父亲给我讲述了这场比赛，他告诉我，我们的球员在那三秒内如何得分，这是奥运会金牌的决定性时刻。这个故事烙印在了我的脑海。”导演安东·梅格季切夫透露，自己在接到剧本初稿后就立刻找到了比赛的录像，整整看了八个小时，完全没有意识到时间的流逝。“后来，我开始研究并亲眼看到这一切是如何发生的时候，我意识到这是人类体育史上最重要的比赛之一，是一定要被传颂的一个故事。”

在片中饰演传奇篮球运动员谢尔盖·别洛夫的里尔·扎耶采夫则说，自己在拍摄前仅仅是听说过这场比赛，对细节并不了解。“我在学校偶尔打篮球，我和朋友们看街头篮球，我们可以背诵所有NBA球星的名字，但我们对苏联篮球一无所知。这很可悲，但却是真的。当我看到1972年的决赛录像时，我哭了。我看到了一个奇迹，是奇迹！”

在筹备阶段，导演看了不下500遍比赛录像，才开始考虑如何将它表现到大银幕上。“关键时刻是比赛决定性的‘三秒’，这是我职业生涯中最大的挑战。这一段戏持续了大约七八分钟，而拍摄需要好几天时间。在观看比赛的过程中，我发现有大量的观众在现场。所以拍摄时，我必须制定一个代码和命令系统来引导人群，并让每个人都按照比赛中的动作行事。”

而对于主演里尔·扎耶采夫来说，如何让自己成为镜头

前一名可信的篮球运动员是最重要的。“从被邀请参加试镜的那一刻起，我就开始自己训练了。我把所有的业余时间都花在了篮球上。”在练了八个月后，他才得到试镜成功的通知，“当时我已经练到了一定的水平，当然后来我也继续参加剧组的训练并学习电影中的具体动作。”不只是他，剧组的所有主演也都投入了大量的训练。

“这是一部关于精神的力量、对事业坚定不移的奉献精神、坚定信念才能实现梦想的电影。这也是一部关于爱的电影，因为只有爱中我们才能取得伟大的成就。我们国家历史上的篇章和人物永远不应该被遗忘。”主演《绝杀慕尼黑》这部影片，让里尔·扎耶采夫本人也得到了很多力量和启示，他表示：“1972年那场胜利是一项巨大的成就。那些球员没有获得丰厚的薪酬，他们不是为了钱而赢。他们个人的荣誉、国家的荣誉受到威胁，所以必须获胜。这可能也是我们的父亲和祖父们赢得第二次世界大战的原因。我们应该记住这一点，我们的孩子应该知道它。”

据《北京晚报》

花絮

■ 电影以传奇篮球运动员谢尔盖·别洛夫的回忆录《一跃而起》为基础完成剧本。

■ 除近视眼球员阿扎现实生活中就是专业篮球运动员，其他多数主演都是演员，而非职业运动员，甚至主演萨沙和谢尔盖之前都没接触过篮球，他们用了年时间，每天花几个小时训练。并且所有演员都需要和专业篮球队进行大量的比赛。

■ 片中可以看到，从上世纪60年代末到70年代初期真正复古服装，甚至所有群演服装都是按当时的布料和裁剪方式忠实还原订制的。

■ 在许多道具细节上，剧组专门制作了20多个篮球，都是根据当年的苏联标准制造的，且被国际比赛采用的球来制定的。并且在特技拍摄中使用了特制的软球。

相关链接

几部经典中国体育类电影

体育展现的努力拼搏、永不放弃的精神催人奋进。中国这些年也有不少谱写热血青春的励志体育题材电影，都具有极强的感染力。

《女篮五号》——篮球



《女篮五号》应是新中国首部体育题材电影。谢晋导演讲述了女子篮球运动员训练比赛的生活经历。这是一部弘扬正能量，意义大于观赏度的电影。

《激战》——拳击

导演林超贤通过张家辉和彭于晏两条人物线，用双重励志的展现形式摆脱了故事的俗套，让两位男主角在不同的人生阶段去超越自己，加重了影片的励志色彩。

《翻滚吧！阿信》——体操



这部影片是根据导演的哥哥林育信真人真事改编。

讲述一个误入歧途的体操选手为圆梦再度踏上体操舞台的故事。这部电影呈现了体操另外一种力与美，还结合了跳舞与武打，翻滚的不仅是一个动作，更是一种精神！

《破风》——单车



导演林超贤将动作片和运动片很好的结合在一起，将竞技场面拍得非常出色，运动电影中特有的紧张刺激感，让人从头到尾肾上腺激素极速飙升。

《少林足球》——足球



这部影片其实是一部披着足球外衣的动作喜剧电影，但这也是体育运动题材里少有的经典之作。

其实，在中国，体育题材的电影并不多，未来的几十年，体育类型的影片发展空间还有很大。 晚综

延伸阅读

足篮排球运动如何避免损伤？

夏季到来，参与足篮排球等球类运动的人越来越多，如何在享受运动的同时避免损伤，医生提出了几点建议。

“普通人群最容易发生损伤的时段是开场30分钟以内。为什么？没有热身。”北京大学运动医学研究所副主任医师马勇表示，10到15分钟的热身活动，如压腿、扩胸、挥拍等，再结合慢跑，可使身体各个活动部位得到伸展，改善肌腱、韧带的弹性，增加肌肉的灵敏度和反应速度；提高大脑兴奋性，消除生理惰性，避免受伤。

马勇表示，锻炼应尽量选择平坦、没有杂物的场地，防止撞击、绊倒或摔倒擦伤。坚硬的地面会增加下肢关节面的冲击强度，导致软骨、半月板等急性损伤或慢性磨损，建议选择规范的场馆进行球类运动。

避免损伤还应掌握防范技术，在奔跑过程中和从空中落地时，切忌踩在球上或者别人脚上，这样容易扭伤膝关节或者踝关节。摔倒时，手臂着地要注意缓冲，

学会侧滚翻或前后滚翻，切不可硬撑。

马勇说，训练和比赛时使用绷带裹踝，防止踝扭伤与磨损。此外，为预防肘、膝以及小腿挫裂伤，也应使用护肘、护膝及护腿。

训练或比赛后，适当进行一些身心放松活动，有助于消除疲劳，加速乳酸消除，减少心理负担，缓解肌肉劳损。最简单的方法是深呼吸，或用自己喜欢的方式进行心理放松，也可以做一些体操。适当按摩大腿、小腿、腰背等部位使肌肉放松。

马勇表示，减少关节损伤和磨损，最根本的方法是减重、增肌力以减轻关节负担、增强关节运动稳定性。过大的体重会增加关节负担导致磨损。这种情况下，一旦扭伤，其损伤程度也会加重。所以各种增强上肢、胸腰背腹以及下肢力量的练习必须坚持。好的肌肉力量在运动过程中可以很好地维持各关节运动稳定性，减少急性损伤概率。 据新华社