

对话 体坛名将

5月24日,2026法国网球公开赛拉开帷幕,张帅又一次踏上追梦之旅。32年与网球相伴,37岁捧起第三个大满贯女双奖杯……是什么让她在低谷中不言弃?又是什么支撑她一次次重返巅峰?本报记者对话张帅,听她讲述自己的“顽固”。

谈成败——

“努力不会白费,只是收获的时间未必如你所愿”

问:37岁再夺大满贯女双冠军,今年的澳网冠军对你意味着什么?

答:以我现在的年龄,能站上大满贯赛场已属不易,能夺冠更是不可思议。距离我上一个大满贯冠军已经过去将近5年。5年里,我经历过伤病,半年没有参赛,排名下跌后也找不到有实力的固定搭档,一切都要从零开始。晋级决赛那一刻,一切既陌生又熟悉。这个冠军给了我信心,更是一种证明——努力不会白费,只是收获的时间未必如你所愿。

问:3次大满贯夺冠经历各不相同。什么变了,又有什么从未改变?

答:每一次夺冠都很独特,唯一不变的是我对胜利的渴望。

2019年澳网前,我即将30岁,开始认真思考:退役前,还有什么未完成的梦想?我把“拿到大满贯冠军”写进了目标清单。没想到,一个月后,我和搭档斯托瑟就做到了。后来,我想成为第一个夺得澳网冠军的中国网球球员,因为它的奖杯很好看……我的几次大满贯决赛都是很神奇的旅程,希望我的经历可以鼓舞大家更勇敢地追逐梦想。

问:20多年的职业生涯中,哪一个瞬间让你刻骨铭心?

答:2016年澳网获得大满贯单打首胜,是一个绕不开的时刻。那之前,我已经连续14场大满贯一轮游。首轮面对的是2号种子哈勒普。打出最后一记制胜球时,我的眼泪差点飙出来。那届澳网我最终闯入了八强。回头看,正是那场胜利,让我的职业生涯至少延续了10年。

问:回溯职业生涯,你满意吗?还有什么未完成的心愿?

答:我非常满意。小时候从没想到,自己能在职业赛场征战20多年,还能在37岁时捧起大满贯奖杯。更让我开心的是2024年重返赛场后,我终于学会了“做自己”——不再做球场上的“机器”,不再被战术框住,而是相信直觉,打出自己的特色。如今,我依然渴望进步。跟高手学,也跟年轻球员学。只要还能感受到自己每天进步一点点,我就还有站上赛场的理由。

谈性格——

“因为顽固,我栽过很多跟头;也因为顽固,我走到了今天”

问:你曾经经历漫长的低谷和连败,动摇过吗?

答:我的人生字典里没有“放弃”两个字。我可以接受拼尽全力后的失败,但不能接受还没拼就认输。

从小教练就告诉我:“努力并不意味着成功,但放弃就一定失败。”他让我明白,努力像播种,收获不一定在今天,甚至不一定在这个季节,但它一定会在未来的某一天,以你意想不到的方式实现。

问:如果用一个词形容自己,你会选什么?

答:顽固。因为顽固,我栽过很多跟头;也因为顽固,我走到了今天。我很庆幸遇到了欣赏我这份顽固的教练,我也一直把这份顽固用在正确的事情上。

问:作为职业运动员,除了网球,你还有

只要还能进步,就有上场的理由

对话网球名将张帅

本报记者 李硕



努力不一定今天开花,但一定会在未来某一天结果。

张帅

名将小传

张帅,1989年出生于天津,5岁开始接触网球,2006年进入职业赛场,至今共获得3个巡回赛单打冠军、18个巡回赛双打冠军。大满贯赛事方面,她在2019年澳网、2021年美网和2026年澳网获得女双冠军。张帅最高单打世界排名第二十二位,最高双打世界排名第二二位。

望给大家那样的感觉。我称自己为“小将”,就是想告诉球迷:我依然动力满满,暂时还没有退役的打算。你们还可以继续看到我站在球场上,不管是输还是赢。

谈未来——

“每一代人有每一代人的路,但我们的梦想是一样的”

问:对于2028年洛杉矶奥运会,你有怎样的期待?

答:洛杉矶奥运会是我新的梦想,这很难,但我天生就喜欢挑战极限。你看,大满贯单打连败纪录是我,巡回赛连败纪录也是我。可那又怎样?我依然能迎风翻盘。当然,想要在两年后站上奥运赛场,需要超级自律和努力,也许还需要一些运气。

问:从2004年雅典奥运会中国队女双夺冠到如今,中国网球走过了20多年的飞速发展之路,你感受如何?

答:还记得2008年我第一次参加美网,没有教练跟着,兜里揣着1000美元就去了。上场以后,心里空荡荡的,根本没有赢球的信心。现在的年轻球员不一样了。他们从小就接触国际比赛,更从容、更自信,有更成熟的团队,这是时代的进步。每一代人有每一代人的路,但我们的梦想是一样的,站上大满贯赛场,在更大的舞台上为国争光。这么多年来,我们拿过大满贯冠军、拿过奥运

今,全市已有456所市级校园足球特色学校,其中国家级特色学校310所,近30万中小学生学习参与足球活动。足球,不再是少数孩子的特长,而逐步成为更多学生共同的成长体验。

普及之外,谁来教?怎么教?青岛通过引进国外足球教师、聘请专业教练员和退役运动员、政府购买服务等方式补充师资力量,累计培训5000余人次,托起校园足球发展根基。

如今在青岛,校园足球不再“练完就算”,而是努力让孩子们“周周有训练、月月有比赛、层层有舞台”。目前,青岛已构建起覆盖小学、初中、高中、大学的校园足球联赛体系,形成学校“校长杯”、区(市)“区(市)长杯”、市级“市长杯”层层递进的赛事格局,并不断完善“市一区一校一班”四级联赛体系。联赛不仅比拼竞技水平,还通过主客场制、组织学生观赛、设置足球文化长廊、啦啦队展示等方式,把比赛办成校园体育文化展示平台,让足球的育人功能在赛场内外得到延伸。

(田金尧参与采写)



图①:2026年澳大利亚网球公开赛女双半决赛后,张帅庆祝晋级决赛。

图②:2026年马德里网球公开赛,张帅在女单首轮比赛中回球。

会金牌,这证明中国球员完全有能力站在世界之巅。

问:作为一名中国网球运动员,你希望自己为中国网球带来什么?

答:我希望大家提到中国女网时,想到的是一种精神,就像提到中国女排那样,我要传承不服输的精气神。

不少球员对我说:“你是我们的骄傲。”她们觉得我在这个年龄还能在赛场拼搏,给大家带来更多激励。我希望通过我的奋斗,让大家更相信自己,这比拿到多少冠军都更有意义。

问:如果对30多年前第一次拿起球拍的小张帅说一句话,你会说什么?

答:我会说,你的确如你所想,与众不同,你甚至比你认为的还要优秀。我是一个目标感很清晰的人,会不断给自己树立短期目标和长远目标。在人生这场马拉松上,每一步我都会拼尽全力。

问:如今,越来越多的孩子拿起网球拍。对他们和他们的家长,你有什么建议?

答:多一点耐心,慢一点来。每个孩子的发育期、理解力都不同,不要急着跟别人比,成长这件事,急不来的。

此外,我希望优秀运动员退役之后,能多去教教小朋友。小孩子最需要的,是那些真正站上过顶峰的人给予的指引。希望每个孩子,都能像我一样幸运——遇到真正懂他、能够帮助他的教练。

(本报记者尚丹、安博文参与采写)

中国高中篮球联赛全国总决赛 清华附中、东北师大附中分获男女篮冠军

本报记者 陶相安

时隔5年,清华大学附属中学男篮(以下简称“清华附中男篮”)夺回总冠军奖杯。5月24日晚,由中国学生体育联合会和中国篮球协会共同主办的2025—2026赛季中国高中篮球联赛全国总决赛在北京五棵松体育馆落幕。男子组决赛中,清华附中男篮以82:77战胜浙江省回浦中学男篮(以下简称“回浦中学男篮”),收获球队在该项赛事中的第十五次冠军。

2022—2023赛季,回浦中学男篮与清华附中男篮曾在决赛中相遇,当时回浦中学男篮以74:73险胜对手,夺得当赛季男子组全国总冠军。此番再度交手,回浦中学男篮依靠石洛豪、吴宇航等队员的出色发挥,在前三节建立起两位数的领先优势。进入末节,清华附中男篮多名球员连续进攻得手,实现反超。比赛最后31.6秒,清华附中男篮队员张宇辰命中高难度三分,帮助球队将领先优势扩大到5分,锁定胜局。“本场比赛,我们所有人都憋着一股劲儿,从上到下都十分坚定。”清华附中男篮助理教练刘航初表示。

女子组决赛诞生了新的冠军。东北师范大学附属中学女篮凭借末节打出的24:9的进攻优势,以76:56战胜河南省济源第一中学女篮,首次夺得该赛事女子组总冠军。

自2003年起,中国高中篮球联赛已成为国内校园篮球发展的重要一环,涌现出韩旭、王俊杰等诸多国字号球员。本赛季,联赛共吸引500余支球队、近9000名学生球员参与。

随着赛事体系不断成熟,近年来,联赛呈现出“体教融合”的新变化。清华附中队、雅礼中学队、回浦中学队等队伍凭借不断完善的训练体系,持续保持竞争力;广东实验中学通过与职业俱乐部联合共建,探索培养模式新路。“现在在国家队短期训练营都会有学生球员入选,这些优秀年轻运动员的成长,对中国篮球的青训发展有很大帮助。”国家男篮主教练郭士强说。

秒懂体育

皮划艇马拉松如何“水陆两栖”



5月23日,中国运动员魏玉鑫在比赛中。

周小军摄

5月24日,2026年国际划联皮划艇马拉松世界杯在四川巴中落幕。来自41个国家和地区的324名运动员,在巴河上劈波斩浪,划艇飞奔。

皮划艇马拉松是一项把水上划行和陆地跑步相结合的运动项目。这项“水陆两栖”运动,对运动员的耐力、战术和综合能力要求很高。

比赛中,运动员使用皮艇或划艇,在天然或人工河道中完成多圈折返。每划完一圈,必须扛着艇上岸奔跑一段距离,再重新下水——这个动作叫换项。换项时必须离开艇身并携艇完成指定路线,艇与人不得分离。划艇、扛着艇奔跑、再划艇,比赛距离越长换项次数越多。用时最短、率先完成所有水陆阶段者获胜。以19公里比赛为例,比赛全程约2小时,对运动员身体和意志力的考验堪比马拉松,这也是皮划艇马拉松的魅力所在。

皮划艇马拉松世界杯自1989年开始,迄今举办了17届。本次在巴中举办的赛事设短距离、长距离两类。短距离3.4公里,设专业组、大众组,适合体验速度感和爆发力的选手。长距离设专业组19公里、16公里,大众组10公里,考验耐力和战术。(本报记者王明峰整理)

第七届蹦床亚锦赛落幕

中国队收获3金2银

本报北京5月25日电(记者陶相安)为期2天的第七届亚洲蹦床锦标赛24日在香港落下帷幕,中国队表现出色,在报名的3个项目中均夺得金牌,以3金2银的成绩结束本次比赛。

本次比赛,中国队共派出4名男选手和4名女选手参赛。在男子网上个人决赛中,两届世锦赛金牌得主严浪宇发挥稳定,以66.10的高分力压群雄,获得冠军;队友王梓赛以65.82分取得银牌。女子个人赛方面,中国队选手张瑜和张欣欣分别以56.34分和54.96分位列前两名。此外,2人还在女子双人同步决赛中配合默契,以48.59分获得冠军。

本次蹦床亚锦赛还同期举办亚洲青年蹦床锦标赛和年龄组别赛,中国队队员阙景逸和谢佳怡分别夺得青年组男子、女子个人冠军,阙景逸与黄皓圣搭档,夺得青年组男子双人同步冠军。在年龄组别赛中,中国队选手李鹏涛和谢佳怡分别收获13至14岁组男、女网上个人项目金牌,穆培琛与曹鑫莹则分别在15至16岁组男、女网上个人决赛中夺冠。

本版责编:罗彦史哲王者 版式设计:张丹峰

一届“市长杯”近900场比赛,7000余人参与 在青岛,校园足球不再“练完就算”

本报记者 李蕊

哨声、欢呼声在初夏的海风里交织回荡。这里是山东省青岛市第三十六届“市长杯”校园足球联赛初中男子组冠军组决赛现场。青岛实验初中以3:1战胜城阳区第二实验中学,实现赛事“三连冠”。

“在场上和队友一同奋力奔跑、并肩拼搏,团队协作的力量最让我难忘。”赛后,城阳区第二实验中学队员刘润嵩还沉浸在比赛中。

“市长杯”校园足球联赛,已连续举办36届。本届“市长杯”历时近9个月,320支参赛队、7000余人参与近900场比赛。

青岛孩子爱踢球,不是新鲜事。过去,街头巷尾、厂区学校,只要有一块空地,就能看见孩子们追着足球跑。而今,

青岛校园足球正逐步形成从课程普及到联赛带动、从师资支撑到人才培养的完整体系。

变化并非一朝一夕。2015年,青岛获批全国首批青少年校园足球改革试验区。以此为契机,青岛把校园足球作为推进学校体育综合改革的重要抓手,在机制建设、课程普及、联赛体系、人才培养等方面持续发力,逐步形成较为完整的发展格局。

足球要发展,根子在校园,关键在孩子。青岛出台校园足球课程标准,编写推广地方教材《快乐足球》,推动小学、初中开设足球校本课程,高中开设专项课程。普通中小学每学期安排足球课,特色学校课时更多。如