

争冠军 拼保级

中超联赛悬念待解

本报记者 刘 晓



艾克森

四强争冠有看点

粤沪京苏——上赛季中超联赛四强本赛季再度锁定前四，显示出强大的底蕴和不俗的实力。与联赛中马拉松般的考验不同，进入淘汰赛，状态更佳、“冲刺”能力更好的球队有望笑到最后。

作为卫冕冠军，广州恒大在本赛季继续展现中超霸主风范。以大连赛区第一的成绩闯入淘汰赛后，广州恒大两回合8:1大胜河北华夏幸福，是4支球队中晋级最轻松的。在卡纳瓦罗的调教下，保利尼奥、塔利斯卡、费南多、艾克森、韦世豪等前场攻击群状态正盛。四强战面对来势汹汹的北京国安，赢球和卫冕依旧是恒大的目标。

北京国安在上轮艰难战胜山东鲁能晋级四强。抛开比赛中的判罚争议不谈，防守问题已成为国安在强强对话时的掣肘之一。与此同时，受伤病和回避条款的影响，侯永永、阿兰将无法在同恒大的比赛登场，这也给主帅热内西奥的排兵布阵带来考验。不过，U23球员张玉宁在近期的爆发以及巴坎布在本赛季的出色发挥，让国安看到了同恒大一较高下的希望。

上赛季亚军上海上港第一阶段在苏州赛区独占鳌头。不过，除了北京国安以外，上港并未遭遇真正的挑战。进入淘汰赛后迎战同城对手上海申花，上港遭到对手的战术克制。面对单外援、双外援出战的申花，上港仅靠点球决战才惊险晋级。对阵状态不错的江苏苏宁，上港需要在攻击线上寻找更多破题之道。

在近3年的联赛中，江苏苏宁还从未从上港身上取得胜利。不过，连续第二年闯入联赛四强的苏宁，在本赛季有了更强的实力和信心。目前，球队在攻防两端均有实力不俗的外援坐镇，上轮比赛停赛的特谢拉也将在同上港的比赛中复出。此外，回到苏州赛区主场作战，同样是江苏苏宁不可忽视的优势所在。

保级大战很残酷

在大连赛区，联赛保级大战也进入了关键时刻。本赛季中超联赛有1.5个降级名额，这意味着如果球队本轮无法在两回合的比赛中取胜，一脚就踏进了中甲。对4支球队来说，每一分钟都不可有失。

深圳佳兆业掉入降级区最令人意外。尽管本赛季依靠补位才重返中超，但深圳队在赛季之初进行了大规模的引援和补

强。第一阶段比赛中，球队一度是进入争冠组的有利竞争者。然而，掉入保级组后，深圳队首轮便爆冷输给了此前未尝一胜的天津泰达，目送对手保级成功。不过，无论从人员储备还是综合实力而言，深圳队依然有保级希望。如何将进攻优势转化为进球和胜利，是球队亟待解决的问题。

升班马石家庄永昌上轮比赛遭到大连人逆转后，保级压力陡增。遭遇实力最强的深圳佳兆业，永昌的胜算并不大。不过，相较于人员换血、磨合不畅的深圳队，永昌在整体打法上更为出众，马修斯、穆里奇两名在中国打拼多年的外援在保级经验上更为丰富。

武汉卓尔和青岛黄海是第二阶段首场“同赛区对话”。此前在苏州赛区两回合比赛中，武汉卓尔分别以2:0和3:0的比分双杀对手，在心理上具备优势。第一阶段中，卓尔原本有望进入争冠组，却在最后时刻遗憾掉队。此后，球队“炒掉”了外教何塞，由中方教练组带队保级。不过，第二阶段首轮卓尔便输给了更有保级经验

的河南建业。面对黄海的挑战，卓尔能否保持战术和状态的稳定性是关键所在。

中超“一年级新生”青岛黄海在本赛季一直跌跌撞撞。带队经验丰富的吴金贵上任后，黄海虽然曾打出过逼平上港和国安的经典战役，但在面对实力接近的对手时，球队反而拿不出令人信服的表现。无论从外援水平还是板凳深度上来说，黄海的保级之路都充满凶险。

联赛改革应提速

随着争冠和保级进入白热化，中超联赛受到的关注也越来越广。

受新冠肺炎疫情影响，本赛季联赛第二阶段采用了两回合淘汰赛制，这也让比赛的激烈程度和偶然性超出以往。不过，特殊的赛制也导致了不想不到的又情理之中的结果。

一方面，第二阶段的比赛完全推倒重来，不带有第一阶段的积分，这便催生了天津泰达“一个赛季赢一场”就保级的特

殊局面。而深圳佳兆业等第一阶段有过不俗表现的球队，却有可能因为一场比赛的疏漏惨遭降级；另一方面，第二阶段的“杯赛化”让失去争冠资格和提前保级的球队早早完成任务，随后的排位赛失去了悬念和精彩。在比赛残酷性提升的同时如何兼顾公平性，是需要联赛组织者“巧思”的难题。

除赛季制，本赛季由裁判判罚引发的争议也更甚以往。

受疫情影响，与过往赛季邀请外籍裁判执法关键场次不同，本赛季本土裁判承担了绝大部分比赛的执法任务，多名年轻裁判首度站上中超赛场。但同时，点球判罚的尺度、VAR介入的时机等问题，也引起了各方的讨论甚至质疑。在中国足球改革发展总体方案中，“完善裁判员公正执法、教练员和运动员遵纪守法的约束机制”是改进完善职业联赛体制的重要举措之一。如何用公平公正的比赛为中国足球“正名”，依旧是未来中超联赛改革的重要任务。

2020赛季中超联赛已进入悬念丛生的关键阶段。

从10月28日开始，争冠组四强广州恒大、北京中赫国安、上海上港和江苏苏宁将相继亮相，争夺特殊赛制下的联赛冠军。与此同时，在保级组淘汰赛首轮落败的深圳佳兆业、石家庄永昌、武汉卓尔和青岛黄海，也将为保级展开捉对厮杀。

争冠组

广州恒大 VS 北京国安
上海上港 VS 江苏苏宁

保级组

深圳佳兆业 VS 石家庄永昌
青岛黄海 VS 武汉卓尔



10月24日，江苏苏宁球员在赛后庆祝球队晋级。

新华社记者 许 畅摄

全国男子举重锦标赛超多项世界纪录

为期4天的2020年全国男子举重锦标赛10月25日在浙江开化结束，作为东京奥运会的模拟赛，该比赛是对国家队队员封闭训练成果的一次检验。国家举重男队主教练于杰认为，此次比赛的成绩“非常理想”，但也暴露出了一些亟待解决的问题。

赛事期间，共有9项全国纪录被打破，国家队队员李发彬和石智勇分别在61公斤和73公斤级的挺举比赛中取得了超世界纪录的好成绩。在疫情期间数月没有比赛且队伍长期封闭训练的情况下，队员们交出这样的答卷，令于杰感到满意。

“确实比想象的要好得多。运动员的临场发挥，还有成功率上，特别是成绩上，我认为是非常理想的。比赛期间通过自我身体状态和心理的调整，完全把自己的能力展现出来，这非常好。”于杰说。

于杰特别对两位老将吕小军和杨哲提出表扬。36岁的老将吕小军“统治”81公斤级将近十年，作为级别中唯一的“80后”，虽然此次比赛抓举以1公斤之差位列第二，但在挺举环节仍然展现出了强大的“统治力”，毫无悬念地将挺举以及总成绩金牌收入囊中。

虽然吕小军在比赛中挑战自己的抓、挺举全国纪录失败，但于杰认为老将这样的表现值得肯定。

“他这么大的年龄，而且这么长时间没有比赛，比赛过程中能及时地调整自己的状态，把握自己、心里有数，确实很难得。”

29岁的杨哲是109公斤级中的老大哥。大级别项目是中国男队相对的弱项，看到杨哲打破自己保持的抓举和总成绩全国纪录，于杰也不吝惜自己的称赞。

“这次比赛中，他的成功率非常高，五把成功，而且抓举的表现非常好，我认为这是他表现最好的一次，而且突破了自己总成绩420公斤的纪录，这对大级别来说是一个突破，也是一个增长，确实很振奋人心。”

于杰表示，个别运动员表现不佳，与疫情期间心态放松有关，也被比赛这面镜子照得清清楚楚。接下来，全队将认真总结此次比赛中暴露出的问题，在训练中提升“心理的调节、身体状态的调节和成功率”三个方面，为东京奥运会做好充分准备。“你把它总结得非常细，而且在后边的（训练中）解决得非常细，可能在明年奥运会，我们的成绩会比这次还要好。”

据了解，国家举重队男、女队接下来都将前往宁波进行为期八周的集训。

据新华社电（记者王梦、夏亮）



越野胡杨间

新疆“胡杨勇士杯——沙雁洲越野挑战赛”近日在阿克苏地区沙雅县开赛，本次比赛吸引了逾百名越野爱好者参加。参赛选手须先骑行完成约19公里的赛段，然后开启约10公里的越野跑定向赛。胡杨层林尽染，分外壮美，越野爱好者穿梭其间，享受挑战自我极限的运动乐趣。

图为越野爱好者骑行在胡杨林间。

新华社记者 胡虎虎摄

吉林启动精彩冰雪季

本报电（瑞安）“趣吉林·滑呗”雪场开板系列活动暨2020—2021吉林省冰雪季启动仪式新闻发布会近日在北京举行。吉林省文化和旅游厅及相关市（州）围绕新雪季热点产品、优惠政策、重要赛事进行了推介。

据介绍，历时100天的第二十四届长春冰雪节将推出冰雪产品40处、冰雪活动100项。12月底，第七届全国大众滑雪季启动

仪式将在长春举办，主会场设在长春净月雪世界。

吉林市已建成12座不同等级、不同类型的滑雪场，能够满足不同水平的滑雪爱好者尽情享受冰雪魅力。同时，吉林市还将推出雾凇观赏、滑雪度假、温泉康养、民俗体验等11条精品冰雪旅游线路。

松原查干湖将举行第十九届冰雪渔猎文化旅游节，引入冰雪马拉松、冰

上龙舟赛、寒地汽车拉力赛、捺钵冰乐园、青山雪世界等系列互动项目，带给游客听满族欢歌、赏塞外冰雪、看冰湖腾鱼、品舌尖美食、住特色民宿等冰雪文化享受。

白山市今年将举行吉林省冬泳邀请赛、极限滑雪白山公开赛、望天鹅冰瀑节等60余项冰雪季系列活动，沿5条不同主题的精品旅游线路展开。

击剑进校园

近年来，为提升学生身体素质，营造特色校园文化，位于山东省青岛市即墨区的青岛通济实验学校积极推行“阳光体育、快乐击剑”理念。学校将击剑项目引入校园，列为校本课程，聘请专业老师进行击剑训练，并按期举行比赛，让学生在运动中增强体质、健康成长。

图为学生在老师的指导下进行击剑基本功训练。

梁孝鹏摄（人民视觉）

