

对话
体坛名将

为备战2027年亚洲杯,中国男足主教练邵佳一刚上任,就率队到阿联酋迪拜集训。1月26日,中国男足进行了本期集训的最后一场热身赛,以2:2的比分战平乌兹别克斯坦国家队。新一期国足在阿联酋共进行了3场热身赛,取得1胜2平。

邵佳一于2000年首次入选米卢率领的中国男足,随队征战黎巴嫩亚洲杯并收获第四名。他入选2002年韩日世界杯中国男足大名单,成为中国足球历史上首批参加世界杯决赛圈的球员之一。2004年,邵佳一参加亚洲杯,用3粒进球帮助国足闯入决赛,并入选最佳阵容。此外,2003年,他被德甲球队慕尼黑1860队相中。留洋期间,他先后效力于慕尼黑1860队、科特布斯队、杜伊斯堡队等球队,被德国媒体誉为“亚洲金左脚”。

从国球员到国足主帅,邵佳一在身份转变中,经历了怎样的心路历程?执掌国足教鞭,他又有哪些想要实现的目标?近日,本报记者对话邵佳一,就中国足球的未来展开讨论。

“只有跟强手过招,才能更清晰地发现自己的问题”

问:您曾经说执教国足是最高梦想,现在梦想实现,感受如何?

答:成为国家队主教练是我实现梦想和目标的重要一步。我希望能够带领国家队尽快从低谷中走出来,重拾信心,把国家队打造成一支凝聚力强、战斗力强的队伍。为此,我和我的团队会倾尽全力。

问:新一届国家队的信心该如何构建?

答:对于运动员来说,需要高质量的训练和比赛。说白了,就是要多赢球,通过接连不断的胜利给队员带来最真实的信心。

问:根据国际足联去年末公布的国家队排名,中国男足位列世界第九十三位、亚洲第十四位,如何看待这个排名?

答:目前通过热身赛稳住国家队排名是非常重要的,但我更看重比赛的质量。我希望能够和更高水平、更高质量的队伍交手,只有跟强手过招,才能更清晰地发现自己的问题,并在今后的工作中高效地纠正它、改进它。如果能兼顾成绩,那就是完美的结果了。

问:执教国家队的目标是什么?

答:我们的目标必须是冲击世界杯决赛圈,这也是广大球迷的心愿。作为国家队主教练,我应该承担起这份责任。我们这一代足球人是领着国家发放的运动员补助长大的,对国家始终怀有感激之情,这份责任是义不容辞的。我们要非常清晰地看到自己在亚洲的位置,务实地评估自己,找到一套适合自己的足球方式。我不认为中国球员的实力很差,没必要妄自菲薄,相信队员们还有很大的潜力,希望能够尽快把中国足球的精神找回来,把信心找回来。

问:希望打造一支什么样的国家队?

答:我的足球理念最重要的一环就是整体性,通过团队协作,打造一支凝聚力强、战斗力强的队伍。过于追求一些脱离实际的目标,比如说追求巴西足球的风格,对我们来讲是不现实的。我们追求的是团队足球,现在欧洲足球的大方向也是强调整体。西班牙足球能够在近几十年一直处于领先,不仅在于他们强调进攻和水银泻地般的配合,更在于他们注重进攻与防守组织的严密性,实现攻守快速转换。无论是进攻、防守还是转换,国际足球的发展趋势一直在“快”字上,这是趋势,也是我追求的一种风格。

“只要球员符合要求,国家队的大门始终敞开”

问:国足新一期集训名单有一些新面孔,但给人的感觉并没有太大改变,这是如何考

「把中国足球的精神找回来」

对话国足新任主教练邵佳一

本报记者 陈晨曦 尚丹



希望能够带领国家队尽快从低谷中走出来,重拾信心,把国家队打造成一支凝聚力强、战斗力强的队伍。

——邵佳一

名将小传

邵佳一,1980年4月出生于北京市,1998年加盟北京国安队,开启职业生涯。2002年,他入选国家队参加韩日世界杯决赛圈比赛,2004年随中国男足夺得亚洲杯亚军并入选最佳阵容。退役后,邵佳一开启执教生涯,2024年7月执教中超球队青岛西海岸队,2025年11月成为中国国家男子足球队的新任主教练。

每一位教练的细微差异就在这里。

问:U23国家男足在亚洲杯上的表现不错,未来国家队有没有计划招入一些年轻球员?

答:年轻球员更有朝气、有想法、有取胜的欲望,这是他们的优势。但在我选人的标准中,年龄不是最重要的,我要看到球员在球场上稳定的表现,要看到球员向我传递出为国效力、为国争光的愿望。我是一个很幸运的球员,18岁进入一线队,20岁就进入国家队。也有很多球员大器晚成,25岁以后才进入国家队。

国家队招球员是一个动态的选拔过程,只要球员符合要求,国家队的大门始终敞开。当然,年轻球员必须有过硬的实力,这是必备条件。每个球员的发展路径、心理状态和个人性格都不同,只要他能拿出符合国家

队要求的表现,无论是17岁还是37岁,在这里都不是问题。

问:中国各级青少年国字号队伍的成绩渐有起色,会带来一些信心吗?

答:现在这些年轻的足球运动员,接触的足球知识和环境都远远超越我们那个年代。我非常高兴地看到,近一两年无论是成绩还是个人能力,各级国家队都取得了有目共睹的进步。对这些年轻球员的成长,我非常有

管理处经营科副科长田梦颖说,冰场临近开放前,每天有专人检测冰层厚度,达到15厘米以上才会向市民游客开放。今年,昆明湖冰场整体运营面积约16万平方米,设有玉澜堂码头、铜牛码头、排云殿码头、西堤码头4个人口。往年颇受欢迎的单人冰上自行车今年全部焕新,在安全方面,车辆结构更为稳固,操控性与制动力能得到增强;在外观方面,采用更明快的配色与流畅造型,与冰场周围的园林环境更为相衬。

冰场上,孩子们穿着厚厚的羽绒服、戴着棉帽,拽着冰车迫不及待地“纵享丝滑”;“打出溜滑”的人一不小心摔个屁股蹲儿,惹得众人哈哈大笑。欢笑声中,现代版冰嬉图徐徐铺展。

今年,北京市属公园冰场总面积达23.5万平方米,截至2月1日,共接待市民游客22.5万人次。

北京市属公园冰场接待市民游客22.5万人次
去冰场,“解锁”冬日快乐

本报记者 潘俊强 施芳



虑的?

答:每个人都有自己的想法,我作为主教练,也有非常清晰的选人标准。当然,我在选人标准上和其他职业教练不会有太大差异,都要看球员在联赛和国家队中的表现,这是重要的衡量标准。所以我会选择过去一段时间在联赛中有持续稳定表现、在国家队有好表现、能为球队带来积极正向影响的球员。此外,他们还要符合教练员的战术思想,可能

信心,相信能够涌现更多优秀球员。

问:各级国家队的进步需要多久才能从量变引起质变?

答:我觉得,只要每一批青少年球员在每一届的亚洲大赛中都能取得好成绩,他们的信心就会不断增强,而且这种信心是内生的、自发性的。成功是可以复制的,他在青少年阶段有信心,在下一个阶段同样会有信心。如果青少年球员能长时间在亚洲层面保持稳定发挥并不断进步,在未来也一定会帮助中国国家队实现质的提升。

我踢球的时候,队里的一些前辈曾经在亚洲青少年比赛中闯入决赛,甚至拿到冠军,最终这样一批人成长起来,成为成功打进2002年世界杯决赛圈的重要因素。

问:现在国家队球员的成长路径和过去有很大不同,如何看待这种差异?

答:现代足球发展很快,和二三十年前是不同的,我们的球员必须跟上这种变化。和其他国家和地区相比,中国足球的进步没有那么快,所以会让人感觉我们已经落后了。但在我看来,我们有很多能力非常不错的球员,有很大的潜力,这也是我的信心所在。

“希望带领国足冲入世界杯,实现大家多年来的目标和愿望”

问:有比较欣赏的教练吗?

答:我看何塞普·瓜迪奥拉、尤尔根·克洛普等教练指挥的很多比赛,若泽·穆里尼奥也是我非常欣赏的教练。但我并不会因为欣赏一个教练,就认为他什么都好,而是研究他们的执教思路和想法,获得一些启示,或者恰好得到正在寻找的答案。看高水平比赛越多,从他们身上所吸取的营养就越多。

问:如何看待年轻球员出国踢球?

答:我一直支持年轻球员在国外历练,相信不少中国球员具备在欧洲踢球的能力,也希望未来有越来越多的中国年轻球员走出去,勇敢闯出自己的下一步。这无论对他们自身,还是对中国足球的未来,都将带来极大的帮助。

问:出国踢球是不是越早越好?

答:大部分球员还是应该先在国内联赛中站稳脚跟,当然也不排除有一些球员确实极具天赋,在很小的时候就能在国外立足,能适应欧美的足球文化。我觉得,适应不同的足球环境对于大多数中国球员而言还是有难度的,必须有心理准备。此外,出国后将面临生活、语言上的差异,要做好充分准备。

问:最想对球迷说些什么?

答:我非常理解球迷现在的心情。球迷对待国家队的态度,就像我们辅导自己的孩子写作业,写得不好时,会有种恨铁不成钢的心态。作为国家队主教练,这是一种动力,督促我更好地完成自己的工作。

问:您关注“苏超”了吗?这种城市联赛能否为国家队的进步提供养料?

答:“苏超”比赛期间,我一直在从事备战工作,虽然没有看过完整赛事,但看过一些片段。这对国家队是好事,只有更多人关注和参与足球,有数量的积累,中国足球才能有质的变化。不管是“苏超”还是其他城市联赛,在去年呈现的现象级表现,确实都出乎我的意料。有这么多人自发关注足球,能看出中国足球发展巨大的潜力。

问:能想象一下未来属于自己的国足故事吗?

答:我希望带领国足冲入世界杯,实现大家多年来的目标和愿望。我有时也会回想,2001年中国男足在辽宁沈阳冲进2002年世界杯的那一刻,全国人民是一种什么样的心情、是如何庆祝的。那时我只有21岁,再回想那一瞬间,依然会被震撼到。这是我一生都难以忘记的时候,也希望在未来和大家一起重温这个时刻。

图①:2026年1月4日,中国国家男子足球队主教练媒体见面会上,邵佳一回答媒体提问。陈骥旻摄(影象中国)

图②:2022年韩日世界杯小组赛,中国队对阵土耳其队,邵佳一(右)在比赛中拼抢。影像中国

37岁再夺澳网女双冠军

张帅:“我可以”

本报记者 李硕



1月31日,张帅(左)/梅尔滕斯与奖杯合影。

新华社记者 马平摄

墨尔本的阳光洒在罗德·拉沃尔球场的蓝色硬地上,闪闪发光的女双奖杯,映照着中国球员张帅灿烂的笑容。

1月31日,在2026澳大利亚网球公开赛女双决赛中,37岁的张帅搭档比利时球员梅尔滕斯以2:0战胜7号种子达尼丽娜/克鲁尼奇,夺得冠军。这是张帅的第三个大满贯女双冠军,她曾搭档澳大利亚名将斯托瑟在2019年澳网和2021年美网收获女双冠军。

获胜后,张帅高举起五星红旗。时间改变了她的容颜,为争光的决心与荣耀从未改变。

本届澳网张帅组合的晋级之路,每一步都写满坚韧。两人在第二轮曾挽救3个赛点惊险晋级。这种在逆境中淬炼出的强大,在随后的1/4决赛中再次得到验证——她们在先失一盘的情况下实现逆转。张帅坦言:“我们在与高手的对决中成长了,并且变得越来越强。”

对张帅而言,澳网是福地。2016年,她背负着大满贯14次“一轮游”的沉重记录,带着“再输就退役”的决心,在女单赛场爆冷战胜了当时排名世界第二的罗马尼亞名将哈勒普。这场胜利,不仅让她重拾信心,更改写了她职业生涯的轨迹。她曾感慨,这使她“赢得了又一个10年”。

这10年里,张帅经历过高峰,也曾跌入低谷。2024年,她的单打世界排名跌落到600名开外。直到那一年中网,她才结束长达24场的巡回赛单打连败。而赛场上的酸甜苦辣,都沉淀为张帅处变不惊的风格和永不熄灭的斗志。

“我是网球小将张帅!”这是她在2024年闯入美网女双决赛后的宣言。张帅始终以“小将”自居,保持着对胜利最纯粹的渴望和对网球最本真的热爱。2026澳网前,张帅的单打世界排名已经来到第七十五位。本届澳网,她身兼女单、女双、混双3项,在高强度的赛程中始终保持竞争力。

张帅的坚守,不止于自我成就,她将这份坚韧也传递给下一代。另一名中国球员袁悦从资格赛突围,首轮横扫2号种子、波兰名将斯瓦泰克,赛前,她收到了一条来自张帅的鼓励信息。张帅跟她分享了10年前自己在这里创造奇迹的心路历程,并写道:“我可以,你也一定可以。”这不仅是信念的接力,更是中国网球事业的传承。

“今天之所以特别,还因为郑洁姐也在现场。20年前,她在这里为中国赢得了第一个大满贯冠军,谢谢你对我的大力帮助。”张帅在颁奖仪式上真挚感谢,看台上的郑洁竖起大拇指。

2006年,郑洁/晏紫在澳网夺得女双冠军。20年来,中国网球的进步有目共睹。本届澳网,共有8名中国网协球员跻身单打正赛,创下历史新高。邵羽彬与孙心然双双晋级女单16强。

未来更是可期。本次共有8名中国网协球员进入澳网青少组正赛,创下历史新高。邵羽彬与孙心然双双晋级女单3强,展现着中国网球新生代的潜力。

在轮椅网球赛场,中国组合王紫莹/李晓辉在女双项目中卫冕,李晓辉首夺大满贯轮椅网球女单冠军,为中国轮椅网球书写新的篇章。

老将坚守、中坚力量突破、青少年发力,在2026澳网,“全面绽放”是中国网球的生动写照。张帅的拼搏,超越一座冠军奖杯的意义。

CBA一周亮点

广厦、上海连胜 冷门搅动联赛格局

据新华社长春2月2日电 (记者周万鹏)2025—2026赛季中国男子篮球职业联赛(CBA)上周展开了第二十轮至第二十二轮的较量,积分榜上领跑的广厦队、上海队保持稳定,多场冷门则一定程度上搅动了积分榜格局。

广厦队接连战胜青岛队、山东队与浙江队,以19胜3负居榜首。即便在“浙江德比”中创下赛季单场最低分(68分),球队仍凭借防守取胜,展现出上届冠军的韧性。上海队首次取得三连胜,球员李永浩状态回升,连续两场得分上双。

中游球队则制造了不少冷门。第二十二轮,宁波队主场以94:81力克排名第三的广东队,终结对手五连胜的同时,也取得队史对广东队的首场胜利。同期,青岛队在主力外援缺阵的情况下,客场以89:87险胜北京队,队史首次客场击败对手。段昂君三分球9投8中,砍下26分,成为球队取胜关键。北控队状态强势回暖,三战全胜并拿下赛季首个四连胜,排名稳步攀升。

另外,本土球员持续担起得分重任。深圳队贺希宁对阵上海队独得43分,创个人职业生涯第二高分。江苏队新秀孙昊鹏表现抢眼,入选全明星南区首发,成为联赛历史上首位在新秀赛季获此荣誉的球员。

传统劲旅辽宁队这一周2胜1负,球队处于新老交替以及换帅磨合期,稳定性尚需提升。北京队遭遇两连败,关键球处理及末节进攻效率问题凸显。四川队则仍难求一胜,遭遇22连败。

本报编委:巩育华 史哲高 信

版式设计:张芳曼



上图:颐和园昆明湖冰场,市民和游客体验冰上乐趣 本报记者 潘俊强摄

北京市属公园冰场接待市民游客22.5万人次

去冰场,“解锁”冬日快乐

本报记者 潘俊强 施芳

在颐和园昆明湖上滑冰,拍照很出片,玩得也畅快。”市民小李双手挥动冰杖,冰车在冰面上快速滑行。放眼望去,昆明湖天然冰面与万寿山、十七孔桥等景观遥相呼应,好一幅古典园林水墨画。入冬后,北京各大公园冰场陆续开放。颐和园、玉渊潭、陶然亭等市属公园的冰场上,市民游客“解锁”冬日快乐。滑冰是盛行于我国北方的民间传统体育活动,古代称为冰嬉,也叫冰戏。时光流转,人们嬉冰戏雪的方式日益多元化。

00后小李是北京人,每年冬天都会上冰场玩一玩:滑冰、滑冰车、骑冰上自行车、跟朋友一起“打出溜滑”。春天来颐和园踏青,冬天到昆明湖滑冰,这里有她和伙伴们的儿时记忆。一入冬,就有不少市民游客咨询冰场何时开放。“来这里的年轻人居多,80后、90后带着孩子来拥抱冬天,00后组团来打卡。”颐和园

广西气排球超级联赛

(区直单位组)举行

本报南宁2月2日电 (记者庞革平)

近日,“铜鼓杯”第一届广西气排球超级联赛(区直单位组)在南宁市举行。本届赛事由广西壮族自治区体育局主办,广西社会体育运动发展中心、广西体育彩票管理中心联合承办,共有广西45家区直单位、89支代表队、超650名运动员参赛。比赛设3个竞赛组别,其中桂标男子组28支代表队、桂标女子组27支代表队、桂标男女混合组34支代表队。

“铜鼓杯”广西气排球超级联赛是广西壮族自治区体育局立足当地历史文化、民族风情,在原城乡万人气排球赛基础上升级打造的群众体育品牌。

近年来,广西壮族自治区体育局努力破解群众“健身去哪儿”难题,持续加快场地设施建设,加快构建更高水平的全民健身公共服务体系,城市社区“15分钟健身圈”基本实现全覆盖。