

美加墨世界杯 特别报道

这个盛夏，一个关键词是“足球”。北京时间6月12日凌晨，墨西哥城的阿兹特克球场历久弥新，将成为历史上首座承办过3届足球世界杯的体育场。东道主之一的墨西哥队与南非队之间的小组赛将在这里进行，为期39天的2026年美加墨世界杯就此拉开大幕。48支球队、1248名球员、104场比赛，将为2026年的夏天深深刻下足球的印记。

自1930年创办以来，国际足联世界杯已走过96年历史，即将到来的美加墨世界杯将为这项全球最负盛名的体育赛事添上最新的一笔。本届世界杯将在美国、加拿大和墨西哥的16座城市举行，首次由3个国家联合承办。参赛球队数量首次由32支增加至48支，比赛场次也由64场大幅增加至104场。除12个小组的前两名外，8支成绩最好的小组第三球队同样能够从小组赛中脱颖而出，比赛增添了更多变数。

“扩军”为更多球队登上世界杯舞台提供了可能。本届世界杯上，佛得角队、库拉索队、约旦队和乌兹别克斯坦队将迎来自己的世界杯首秀，海地队、伊拉克队等多支球队也将在21世纪首次踏上世界杯的赛场。而在大力神杯的争夺中，上届世界杯冠军得主、由梅西领衔的阿根廷队是被广泛看好的热门球队之一。不过，由姆巴佩、登贝莱等球星坐镇的法国队志在为4年前的决赛失利一雪前耻，西班牙队、葡萄牙队和英格兰队等强队同样对冠军虎视眈眈。曾5次夺冠的巴西队此次由主帅安切洛蒂执教，他们期待在美加墨

世界杯的赛场扭转几届世界杯赛场上的颓势。

目前，48支球队的参赛名单均已确定，1248名球员来自71个国家(地区)的449家足球俱乐部，891名是首次参加世界杯。葡萄牙队的克里斯蒂亚诺·罗纳尔多(C罗)、阿根廷队的梅西和墨西哥队的奥乔亚都将迎来自己的第六次世界杯之旅。41岁的C罗如能登场，有望成为世界杯历史上第四年长的出场球员，并冲击连续6届世界杯破门的纪录。加纳队教练、名帅奎罗斯则是连续5届执掌世界杯参赛队的教鞭，成为继博拉·米卢蒂诺维奇后第二个达成成就的主教练。

在世界杯开幕前的最后几天时间里，各支球队正在抓紧时间热身。北京时间7日上午，阿根廷队在热身赛中以2:0战胜洪都拉斯队，有超过9万名观众涌入现场观赛。未来一个多月的时间里，伴随着一场场激烈对决的展开，来自全世界球迷的激情与热情也将尽情释放。

(本报记者 刘硕阳)

本期统筹:高 信

二〇二六年美加墨世界杯开幕在即

迎接足球的盛夏



中国裁判组将亮相世界杯决赛圈

“在赛场上展现中国裁判员的风采”

本报记者 陈晨曦 王靖远

2026年美加墨世界杯即将开幕，由马宁、傅明、周飞组成的中国裁判组早已启程。

这是马宁首次以主裁判身份入选世界杯裁判名单。近年来，以马宁等为代表的中国足球裁判先后多个重要国际足球赛事中亮相。马宁、傅明参加了2025首届新版国际足联俱乐部杯裁判工作；由马宁、傅明、周飞、张斌组成的中国裁判组执裁了卡塔尔男足亚洲杯决赛。

“参与世界杯的每一支球队都会全力以赴。作为裁判，我们更要做好一切准备，严谨对待每一场比赛，在比赛中注重每一个细节，做好每一次判罚，场上的沟通和交流也要做到及时到位。”即将第二次参与世界杯裁判工作的马宁说。

傅明以VAR(视频助理裁判)的身份加入本次世界杯裁判员队伍，此前，他已在国际赛场上多次参与VAR的执裁工作。“成为世界杯裁判，确实有压力，但开场哨一响，我们便会进入工作状态，完成好每一项任务。当然，我们也会享

受世界最高水平足球赛事的舞台。”傅明说。自从2018年俄罗斯世界杯引入VAR之后，足球运动对裁判的要求便不再局限于场上的鸣哨与举旗，视频辅助判罚已经成为比赛判罚的重要支撑。

本届世界杯将全面升级AI(人工智能)辅助裁判执法，通过3D建模、多机位追踪，实现毫米级精准越位划线，大幅消除越位判罚争议。AI还可以实时识别隐蔽犯规、手球、禁区接触等争议动作，提醒裁判规避漏判误判。同时，AI将大幅缩短VAR回看时间，提升比赛流畅度，统一全球判罚尺度，门线、点球违规判定也更精准。

马宁介绍：“这届世界杯有个自动越位系统，如果越位球员出现干扰比赛的情况，或有直接传递关系的，耳麦就会提示我们‘越位’，此时就不需要再延迟等着VAR查看，大大缩短了检查的时间，提高了比赛的流畅性。这是以往世界杯没有的，也是一个技术上的

突破。”国际级助理裁判周飞也谈到了AI带来的改变：“AI介入之后，对我们助理裁判而言，降低了一些判罚难度，但仍需要我们在作出最初判罚时给出准确决定。在球迷眼中，助理裁判可能只是对球员越位、足球出界作出判罚，但实际上助理裁判在团队配合中需要做的有很多。我很珍惜执裁世界杯的机会，希望我们通过出色的团队配合、高效的沟通，作出契合足球运动发展的判罚。”

世界杯开幕前，3名中国裁判在美国迈阿密接受了最后的培训，来自世界各地的裁判正进一步统一判罚尺度，增加裁判组的配合默契度。此外，在实践方面的培训包括体能训练与测试、模拟比赛训练、执裁热身赛(裁判杯)等。

“世界杯期间，我们会同来自世界各地的优秀裁判员交流学习，并把相关经验带回中国，为中国裁判员的培养和发展贡献力量。”马宁说，“我们会全力以赴，在赛场上展现中国裁判员的风采。”

世界杯不只是足球

晨曦

世界杯如约而至。四年一届，拥有各国球迷共同记忆的足球年轮，将添上新一环。

时隔三十二载，世界杯重回北美大陆，三国十六城的喧闹，道不尽这项赛事的风云万象。人们奔赴这场绿茵盛宴，看的不仅是各队竞速，更是超越胜负、直抵人心的体育力量。

世界杯的魅力，在于它不被数据限制，也不被标签定义。回望世界杯近百年历程，令球迷沸腾的时刻，不只在冠军登顶的璀璨一瞬，更在散落于每场比赛中的点滴细节。亿万球迷的心绪随着足球轨迹起伏，球场上的悲喜交织，总能与人生际遇寻得共鸣。

首届世界杯仅有来自美洲和欧洲的13支球队，如今首度扩容到48支队伍，这背后是足球运动发展全球化和市场化的清晰脉络。48强之中，佛得角、库拉索、约旦和乌兹别克斯坦等队都是世界杯上的新面孔，苏格拉、伊拉克、海地、刚果(金)等队则是时隔多年、本世纪首次入围。他们能否创造佳绩，成为本次赛事小组

赛阶段的一大看点。在世界杯的经典篇章中，从来不只是豪门传奇，众多球队的微光汇聚，才更显感动与温情。

中国人的世界杯记忆，始于上世纪70年代的黑白电视。那时，不少人反复调试天线，只为让遥远赛场传回的画面再清晰几分。如今，数字技术已能将赛场上的每一幕都纤毫毕现。岁月流转，世界杯成为几代中国人的青春记忆。置身于这场世界足球热潮之中，中国球迷始终交织着热爱与期许、渴望与向往。

尽管中国队再度睽违世界杯，赛场之上却有不少“中国元素”。中国品牌、中国制造和中国裁判，深度融入世界杯的各个环节。联想、海信、蒙牛等合作伙伴、赞助商的加入，不仅为世界杯带来商业助力，还用先进技术为赛事赋能。

参赛队伍迎来全新规模，中国智慧赋能赛事，亿万球迷同频共振……世界杯不只是足球，它承载热爱、抚慰人心，汇聚起跨越地域的情结与力量。

属于世界杯的薪新故事，即将开讲。

2026 世界杯小组赛赛程

轮次	日期	时间	对阵双方
第一轮	6月12日	03:00	墨西哥—南非
	6月12日	10:00	韩国—捷克
	6月13日	03:00	加拿大—波黑
	6月13日	09:00	美国—巴拉圭
	6月14日	03:00	卡塔尔—瑞士
	6月14日	06:00	巴西—摩洛哥
	6月14日	09:00	海地—苏格兰
	6月14日	12:00	澳大利亚—土耳其
	6月15日	01:00	德国—库拉索
	6月15日	04:00	荷兰—日本
	6月15日	07:00	科特迪瓦—厄瓜多尔
	6月15日	10:00	瑞典—突尼斯
	6月16日	00:00	西班牙—佛得角
	6月16日	03:00	比利时—埃及
	6月16日	06:00	沙特阿拉伯—乌拉圭
	6月16日	09:00	伊朗—新西兰
	6月17日	03:00	法国—塞内加尔
	6月17日	06:00	伊拉克—挪威
	6月17日	09:00	阿根廷—阿尔及利亚
6月17日	12:00	奥地利—约旦	
6月18日	01:00	葡萄牙—刚果(金)	
6月18日	04:00	英格兰—克罗地亚	
6月18日	07:00	加纳—巴拿马	
6月18日	10:00	乌兹别克斯坦—哥伦比亚	
第二轮	6月19日	00:00	捷克—南非
	6月19日	03:00	瑞士—波黑
	6月19日	06:00	加拿大—卡塔尔
	6月19日	09:00	墨西哥—韩国
	6月20日	03:00	美国—澳大利亚
	6月20日	06:00	苏格兰—摩洛哥
	6月20日	08:30	巴西—海地
	6月20日	11:00	土耳其—巴拉圭
	6月21日	01:00	荷兰—瑞典
	6月21日	04:00	德国—科特迪瓦
	6月21日	08:00	厄瓜多尔—库拉索
	6月21日	12:00	突尼斯—日本
	6月22日	00:00	西班牙—沙特阿拉伯
	6月22日	03:00	比利时—伊朗
	6月22日	06:00	乌拉圭—佛得角
	6月22日	09:00	新西兰—埃及
	6月23日	01:00	阿根廷—奥地利
	6月23日	05:00	法国—伊拉克
	6月23日	08:00	挪威—塞内加尔
6月23日	11:00	约旦—阿尔及利亚	
6月24日	01:00	葡萄牙—乌兹别克斯坦	
6月24日	04:00	英格兰—加纳	
6月24日	07:00	巴拿马—克罗地亚	
6月24日	10:00	哥伦比亚—刚果(金)	
第三轮	6月25日	03:00	瑞士—加拿大
	6月25日	03:00	波黑—卡塔尔
	6月25日	06:00	苏格兰—巴西
	6月25日	06:00	摩洛哥—海地
	6月25日	09:00	捷克—墨西哥
	6月25日	09:00	南非—韩国
	6月26日	04:00	厄瓜多尔—德国
	6月26日	04:00	库拉索—科特迪瓦
	6月26日	07:00	日本—瑞典
	6月26日	07:00	突尼斯—荷兰
	6月26日	10:00	土耳其—美国
	6月26日	10:00	巴拉圭—澳大利亚
	6月27日	03:00	挪威—法国
	6月27日	03:00	塞内加尔—伊拉克
	6月27日	08:00	佛得角—沙特阿拉伯
	6月27日	08:00	乌拉圭—西班牙
	6月27日	11:00	埃及—伊朗
	6月27日	11:00	新西兰—比利时
	6月28日	05:00	巴拿马—英格兰
6月28日	05:00	克罗地亚—加纳	
6月28日	07:30	哥伦比亚—葡萄牙	
6月28日	07:30	刚果(金)—乌兹别克斯坦	
6月28日	10:00	阿尔及利亚—奥地利	
6月28日	10:00	约旦—阿根廷	

(以上均为北京时间) 信息来源:央视体育

端午节临近，龙舟赛事即将大规模到来。近60岁的盐步老龙从广东佛山的河道淤泥中起水；龙舟竞渡训练，整齐划一的船桨推开碧波，尽显中式美学。

为什么有的龙舟坐着划、有的跪着划？比赛怎么看？精彩在哪里？记者采访了皮划艇世界杯冠军、温州大学体育与健康学院教师朱敏圆。

一艘龙舟能坐多少人？现代竞技龙舟分为22人标准龙舟(20名划手+1鼓手+1舵手)和12人小龙舟(10名划手+1鼓手+1舵手)。传统民俗龙舟人数则更多，部分村落龙舟可达30—50人，依旧是“一船一鼓”。

龙舟怎么划？龙舟一般分为现代竞技龙舟和传统民俗龙舟。竞技龙舟有全国统一标准，划手统一采用坐姿进行比赛，讲究动作同步、力量集中、频率可控，侧重竞速成绩。传统民俗龙舟则极具地域特色，比如闽粤、两广一带龙舟多为长身窄船，桨手站立或跪姿划行，多用于河道竞渡；江浙水乡的龙舟则船身宽扁，坐姿划行。

龙舟选手如何“各司其职”？以现代竞技龙舟为例，龙舟分为左桨、右桨，左右分布讲究对称(体重、两侧力量大小相近)，保证船体稳定。在人员排布上，船头领桨手会选择技术标准、节奏最稳的，带动全船节奏；船中划手作为动力来源，选择力量强、体能好的；船尾划手要选择爆发力强、反应快的，随时配合舵手控向。竞技龙舟的鼓手在船头，舵手在船尾，整船人员排布环环相扣。鼓手是龙舟的“节拍器”，敲鼓与划桨节奏需要完全匹配。一名出色的鼓手需要具备极强的节奏感，根据赛道、对手、风向、水流调整节奏；还需要熟悉整船队员的特点，以强感染力带动全员士气。

比赛中，转弯、掉头是极具观赏性、最考验团队配合的环节，需要靠舵手控向加上左右桨手的不对称发力。比如：左转弯需要左侧桨手减速或轻划，右侧桨手大力划行，船尾舵手同步调整舵叶角度；掉头时，一侧桨手全力划，另一侧反向挡水，配合舵手、鼓手，全队快速完成转向。整个过程必须高度同步，一旦发力混乱，船体就会失控。

龙舟比赛，怎么看懂门道？一看动作同步度，优秀的队伍桨手入水、出水、划行完全一致，水花整齐划一；二看鼓手节奏把控，全程节奏平稳，起航、途中、冲刺节奏切换精准，不混乱；三看船体姿态，优秀队伍船体平稳不摇晃，船头上下起伏，说明力量分配均匀；四看战术执行，队伍起航的爆发力、途中匀速稳定性、最后冲刺的爆发力，以及转弯、折返的流畅度等。

如今，龙舟已经从传统节日里走出来，转变为竞技体育、全民健身、文旅融合的载体，龙舟运动已成为国际正式比赛项目，入选亚运会、亚沙会等综合性运动会。在国内，有许多重要龙舟赛事，比如中华龙舟大赛、中国龙舟公开赛、全国龙舟锦标赛等。各地则有许多特色赛事，比如温州端午龙舟赛、佛山叠滘湾道赛、汨罗端午龙舟赛等。



2026年“大运河文化带”江苏省城市龙舟公开赛(高邮站)中，各支龙舟队奋楫争先。 周社根摄(人民视觉)

第二届全国全民健身大赛开幕

本报青岛6月10日电(记者季芳)10日，第二届全国全民健身大赛在山东省青岛市举行开幕式。

全国全民健身大赛创立于2024年，每两年举办一届。第二届赛事在首届成功举办的基础上，将进一步实现地域全覆盖、人群全参与、项目全升级。

国家体育总局群众体育司副司长姜庆国表示，本届大赛将延续“既能为群众提供全国性综合性赛事活动平台，又能把赛事活动办在群众身边”的办赛思路，采取“统分结合”的举办模式。“统”的层面，由国家体育总局、中华全国体育总会统一部署、统一协调，统一举办大赛开、闭幕式，统一制定5个总决赛项目的竞赛规程并组织全国总决赛；“分”的层面，将全国划分为华北、东北、华东、华中、华南、西南、西北7个赛区，由各赛区牵头省份统筹协调，组织开展总决赛项目选拔赛，同时因地制宜设置本赛区特色自选项目，实现多地联动。

项目设置方面，继续坚持“5+N+X”多元化设项。5个规定项目为乒乓球、游泳、柔力球、桨板、匹克球，兼顾普及性、安全性、趣味性与时尚性；N为大区自选项目，展现大区特色与群众热爱；X为各省份、各行业、各地区广泛举办或结合举办各级各类全民健身赛事活动，充分调动地方积极性，打造“一域一特色、一地一品牌”群众体育赛事矩阵，更好满足群众多元健身需求。参赛资格以县级以上单位为组队主体，街道、社区、乡镇、俱乐部、个人均可自由报名，做到零门槛、全年龄、广覆盖。

大赛一直持续到11月，总决赛将在青岛举行。

世界盲人门球锦标赛举办

本报北京6月10日电(记者孙飞龙)2026年世界盲人门球锦标赛9日在浙江省塘栖盲人门球训练基地开幕，这是该赛事首次在中国举办。比赛持续至15日，男、女组别前两名将获得2028年洛杉矶残奥会参赛资格。

本次赛事由国际盲人体育联合会主办，中国残疾人联合会、中国残奥委员会指导，浙江省残疾人联合会承办。来自20个国家和地区的32支队伍、共192名运动员参赛，中国队派出12名运动员。盲人门球是一项专为视障运动员设计的团队运动。比赛用球内置铃铛，运动员佩戴眼罩，凭借听觉、触觉和团队间的信任合作判断方向，进行投掷、扑救等动作。

本版责编:罗彦史哲高信 版式设计:蔡华伟

龙舟怎么划 门道真不少

本报记者 窦瀚洋