

体育，离生活更近了

本报记者 刘 屹

从家门口的健身场地，到越来越热闹的群众赛事；从不断涌现的新兴运动，到一场场赛事带动城市消费，体育正越来越多地融入我们的生活。

今年7月，国家体育总局印发《体育强国建设“十五五”规划》（下称《规划》）。《规划》提出，到2030年人均体育场地面积达到4平方米左右，经常参加体育锻炼人数比例达到40%左右，体育产业总规模超过7万亿元。

从全民健身到竞技体育，从赛事活动到体育消费，未来五年，体育与日常生活的联系将进一步加深。



在重庆市两江新区北滨路，市民在桥角夜光营地踢足球。
新华社记者 陈 诚摄

运动，就在身边

想锻炼，去哪里？这是全民健身最直接的问题之一。

2025年，我国人均体育场地面积达到3.11平方米。《规划》提出，到2030年，这一数据将提高至4平方米左右，并实施群众运动空间扩容计划，鼓励有条件的地方挖掘“金角银边”、盘活存量空间，建设更多“小而美”的场地设施。“十五五”时期，将新建或改扩建5000个以上小（微）型体育公园、小型健身中心、多功能运动场、群众滑冰场等。

国家体育总局群众体育司司长陈杏年日前在国新办新闻发布会上说，新周期全民健身计划可以用“更精准、更广泛、更智慧、更融合、更规范”5个关键词概括。过去更多解决健身场地、健身组织、健身指导、健身活动“有没有”的问题，今后将更加注重精准化供给。

北京体育大学管理学院教授邹新娴认为，“十四五”时期，我国全民健身在参与人群、场地设施、群众赛事、科学健身指导和健身组织等方面取得明显进展。进入“十五五”，全民健身工作的重点正从扩大覆盖转向提高服务质量，“即从‘有没有’向‘好不好’转变”。

在邹新娴看来，除了继续加强普惠性供给，还需要更加关注供给与群众实际需求是否匹配，包括场地设

施、赛事活动、科学健身指导能否更加精细，以及能否借助数字化技术更准确地回应不同人群的健身需求。

场地供给也在跟着群众的运动需求变化。陈杏年介绍，在完善传统健身场地设施的同时，将因地制宜建设匹克球、轮滑、滑板、水上运动等新兴项目场地，推动具备条件的学校、机关、事业单位体育场地设施进一步向社会开放共享。同时，实施“人工智能+”行动，推动人工智能在场地设施、赛事活动、健身指导等方面的应用。

青少年体育也是重要一环。国家体育总局局长高志丹表示，“十五五”时期将进一步加强青少年体育工作，持续开展青少年阳光体育活动，办好青少年“三大球”和田径两大品牌运动会，深化体教融合，并针对青少年近视、肥胖、脊柱侧弯、心理健康等问题开展体育运动促进青少年身心健康试点。

打造竞技体育“合伙人”

《规划》提出，在坚持和发挥竞技体育举国体制优势的同时，畅通社会力量参与竞技体育渠道，支持企事业单位、行业协会、中小学校、俱乐部、家庭等参与竞技体育训练、竞赛；有序开放竞技体育办队权、办赛权、参赛权等资源。

“让各类主体都能成为竞技体育‘合伙人’。”国家体育总局竞技体

育司司长张新说，“十五五”时期将有序开放办队、办赛、参赛等方面的限制，支持更多主体参与竞技体育训练、竞赛，吸引人才、资金、科技、管理、数据等要素进入竞技体育。

张新介绍，目前国家体育总局已出台相关政策文件，并在板球、壁球、棒球等项目上开展实践探索。对发展基础较弱的项目、市场化程度较高的个人项目以及奥运会新增项目，还将积极探索国家队办队模式多元化。

社会力量参与也延伸到青训和赛事。《规划》提出，依托体校、学校、社会机构等主体建设形式多样的青训中心，鼓励社会力量开展青训，支持具备条件的地区和社会力量举办系列赛、大奖赛、分站赛、巡回赛、积分赛以及高水平商业赛事。

一场比赛，连接更多生活

今年以来，各类体育赛事持续升温。中超、CBA等职业联赛继续吸引球迷，“苏超”等城市联赛不断出圈，“村超”“村BA”等群众赛事也拥有稳定的人气。一些地方把比赛与市集、美食、旅游线路结合起来，体育赛事与城市生活产生越来越多的连接。

清华大学经济管理学院体育产业发展研究中心主任王雪莉认为，近年来人们参与体育的热情持续提升，越来越多的人把体育作为日常生活的一

部分，体育需求也呈现出更加明显的多样化、差异化和个性化特点。

“原来可能更多是跑步、打球，现在人们选择的运动项目越来越多，新型运动不断进入日常生活。”王雪莉说，不同年龄、不同地区、不同人群的运动选择更加丰富，人们对运动的需求不再局限于强身健体，还与社交、个人兴趣和个性表达等需求相联系，对专业指导、技术、数据以及赛事服务的要求也在提高。

《规划》提出“大力发展赛事经济”，持续举办“跟着赛事去旅行”等活动，发挥足球、篮球等城市联赛影响力和综合带动作用，支持“村超”“村BA”“村排”等村系列赛事，推动商旅文体健融合发展。

国家体育总局体育经济司司长杨雪鸪表示，“十五五”时期体育产业将紧扣2030年总规模超过7万亿元的目标，重点从赛事经济、户外运动、科技创新等方面发力。其中，赛事经济将聚焦“好办又好看”，提高办赛审批效率、缩短审批时间、降低办赛门槛和成本，同时扩大优质赛事供给，提升赛事观赏性和群众参与感、体验感。

与此同时，杨雪鸪表示，将加快大数据、人工智能等新技术在体育领域应用，培育线上直播、线上培训、虚拟体育、智慧运营等新业态。体育赛事还将与更多消费场景连接，发挥赛事的杠杆作用和放大效应，促进赛事与“吃住行游购娱”等相关产业协同发展。

郑钦文的『怒气』

刘 屹

不少格斗游戏中，都有一种叫作“怒气值”的设定。游戏角色在遭受攻击、陷入困境时，“怒气”反而会一点点积攒。等到数值蓄满，便有机会使出威力更大的招式，改变战局。

这样的设定，用来形容郑钦文这一段时间的经历，倒有几分贴切。

伤愈复出后，郑钦文状态起伏，世界排名一度下滑至百名开外。本届美国网球公开赛，她一路从资格赛闯关，从16强到8强，连续两场比赛在0比5落后的情况下连赢7局，完成不可思议的逆转。人们再次看到了那个充满力量和斗志的郑钦文。

接受采访时，郑钦文也谈到了自己的“怒气”。

她说，大家都觉得“松弛”是一个非常好的词，但对于竞技运动而言，过于平静并不是她所需要的。她更需要一种“怒气”来打破平静，点燃内心的火焰。

巴黎奥运会夺冠之后，郑钦文站到职业生涯的高处。但此后经历伤病和手术，复出过程并不顺利。她坦言，自己一度忘记了该如何竞争。以前，大满贯正赛只是她的起点，如今却必须拼尽全力，才能重新和其他球员站到同一个起点上。

为了找回状态，郑钦文把更多时间留给系统训练。美网前在佛罗里达集训，每天练完，从头到脚都会湿透，一天要换好几次衣服。

训练、失利、等待，资格赛的重重考验，0比5落后的绝境……或许都是在一点点积攒她的“怒气值”。

这种“怒气”，当然不是情绪失控，而是一种被激发出来的竞争状态。郑钦文说，在场上和场下，自己需要处于两种不同的状态。人与人相处，可以柔和一些，不必事事争强；但作为一名网球运动员，一旦走上赛场，就必须具有攻击性，不能做一只“软绵绵的小绵羊”。

日常生活中，人们推崇平和、谦逊、克制。近些年，“松弛感”也成为一种颇受欢迎的生活态度。但体育比赛有自己的逻辑。没有强烈的争胜欲，很难有真正高水平的竞技。

越是接近极限的竞争，越容易把人的情绪推向极限。网球赛场上，赢下关键分后的怒吼，失误后的懊恼，乃至摔拍和情绪失控，都不鲜见。在同郑钦文的比赛中，当领先优势逐渐被蚕食，美国选手凯斯一度用球拍敲击自己的头部。

体育当然不赞美失控。它允许人在规则之内充分释放力量和激情，也要求参与者尊重规则、尊重对手、接受胜负。真正优秀的运动员，需要学会驾驭情绪，让不甘变成坚持，让愤怒变成力量，让对胜利的渴望转化成下一次奔跑、下一次击球。

两年前的巴黎奥运会，郑钦文在罗兰·加洛斯球场一路鏖战夺冠。那座球场两侧写着一句话：“胜利属于最坚韧的人。”如今，“坚韧”正在成为郑钦文身上越来越清晰的标签。

未来的比赛当然还会有输赢。但经历了这段低谷的郑钦文而言，重新找回竞争的欲望，重新点燃内心的火焰，本身就是一次重要的归来。



郑钦文在比赛中回球。

新华社记者 李 睿摄

中美高中篮球，差距在哪儿？

2026中国篮协“未来杯”国际篮球挑战赛上周末在京落幕。清华附中主力后卫柴梓涵表示，参加这项全新的赛事收获满满，同时也看到了中美高中篮球的差异以及对手的差距，更深刻地理解了“好的篮球是什么样的”。

本次参赛的四支队伍分别是中国U18男篮、清华附中男篮、美国贝拉维斯塔预科学院男篮和维里塔斯预科学院男篮。在前三天的比赛中，清华附中队先后负于贝拉维斯塔预科学院队、维里塔斯预科学院队和中国U18男篮。后两天，中美球员打散重组、混编组队，进行了全新尝试。

对柴梓涵而言，这次比赛给他留下最深印象的是创新的赛制安排。“挺享受的，打比赛很兴奋，特别是最后混编那两天打得很开心。”

清华附中是国内高中篮坛的顶级强队，常年征战国内高中赛事和U系列赛事。在柴梓涵看来，这次比赛的强度明显高于一般国内赛事，节奏也更快，锻炼价值很高，其中令他感受最深的是防守难度。他意识到，在这种级别的比赛中，个人防守能力不足将直接被针对。

“国内比赛可能一个队有一两名比较突出的核心球员，我们通过团队防守就可以比较好地限制住他们。但是，这两支美国高中队伍都有很多进攻点，单靠整体防守还不够，跟他们交手对我们每个人的单兵防守能力提出了更高的要求。”

在跟美国高中生球员的对抗中，柴梓涵切身体会到了高水平球员的综合能力。“首先防他们确实很费劲。他们有很多无球跑动，不会站在原地等球。他们的持球投射能力很强，启动非常快，在死球后的脚步处理上也显得游刃有余，变化更丰

富。在防守端，他们也有很强的侵略性，第一步爆发力很强，一些国内比赛时可以安全接球的位置，都可能被他们断掉。”

在后两天随混编的凤凰队参赛时，柴梓涵感受到了美国教练的执教风格。赛前，贾米尔·库珀·琼斯·梅会给队员们定下进攻框架，鼓励球员根据场上情况自由发挥。

“他告诉我们需要空间，先一对一攻击，然后再去分球，不要太依赖挡拆。宗旨就是上线投射，把球推起来、转移起来。”在柴梓涵看来，这种以“个人能力带动整体”的模式，与他习惯的体系有所不同。

“两种篮球风格各有特点。我们平常比较注重整体性、纪律性，而他们是靠个人能力去带动整体，比较讲究进攻的攻击性，在过程当中再去寻找传球和配合。”

在与美国队员配合时，柴梓涵注意到他们在场上的主动性很强。当队友持球进攻时，他们会主动思考，根据局势变化去寻找空间、接应队友，这样的空位跑动为球的流转提供了更多机会。

通过这次比赛，柴梓涵也看到了自己与美国优秀后卫的差距。他说，自己在冷静的时候处理球还不错，但有时候上了头会出现突破太深或者传球不及时的问题。另外，自己的外线投射尤其是持球三分还有较大提升空间。在身高不占优势的情况下，更需要速度和投射方面下功夫。

“感谢组委会为我们创造了这么好的比赛机会，让我们看到了自己的差距，也让我们看到了高水平的篮球是什么样的。如果能多打这样的比赛，对我们这个年龄段的球员肯定会有很大帮助。”
(据新华社电 记者王镜宇、郁思辉)

突围

9月7日，2026年国际篮联女篮世界杯小组赛收官，中国队以71:51战胜意大利队，以两胜一负排名D组第二，将在八强资格赛中迎战波多黎各队。

中国队开场迅速进入状态，通过内线进攻和快速传导连续得分，首节便以23:7建立起两位数优势。第二节中国队继续掌控局面，半场结束时将领先优势扩大到40:21。易边再战，意

大利队加强防守并加快进攻节奏，单节以21:15追回部分分差。中国队进入末节后重新提升攻防强度，最终取胜。韩旭全场11投8中，得到19分和10个篮板，杨舒予贡献15分、5个篮板和4次助攻，替补登场的张子宇得到8分，王思雨取得5分、5个篮板和全队最高的6次助攻。

王思雨赛后说：“我觉得全队贯

彻战术意图做得非常棒。我们对意大利的防守很有针对性，大家的执行力非常强。我们在第一节打出了一个非常好的开局，并一直延续到最后，我觉得这样的走势在接下来的比赛中要一直延续下去。”

图为中国队球员杨舒予（中）带球突破时被对方多名球员包夹。

新华社记者 贺灿铃摄