

亚洲杯卫冕失利，重回世界强队行列面临严峻挑战

新周期中国女篮初试难称“过关”

本报记者 刘兵

近日，随着在2025国际篮联女子亚洲杯三、四名决赛中击败韩国队，中国女篮以季军的成绩结束了洛杉矶奥运周期的第一项大赛。澳大利亚队在决赛中击败日本队，首次夺得亚洲杯冠军。

本届亚洲杯淘汰赛期间，受到台风影响的深圳下起了暴雨。新组建的中国女篮在比赛期间也经历了风雨，未能在家门口举办的比赛中卫冕。对她们来说，新周期的第一步虽留有遗憾，但通过大赛总结经验，发现问题，明确今后的备战思路，是本届亚洲杯更重要的意义。

“小考”勉强及格

中国女篮主帅宫鲁鸣赛后总结本届赛事表示，备战2028年洛杉矶奥运会，“亚洲杯算是一次小考，我打一个及格的分数”。

本届亚洲杯共有8支队伍参赛，分为两组。回顾中国女篮本届亚洲杯的征程，就整体实力而言，小组赛的3个对手——印尼队、韩国队和新西兰队都很难给中国队制造过多威胁。中国队发挥平稳，以小组第一身份直接晋级半决赛。

半决赛对阵日本队，中国女篮迎来真正的考验。面对攻防快速灵活，投篮成功率高

的日本队，中国女篮在全场比赛的大多数时间都处于下风，最终失利无缘决赛。

作为卫冕冠军和东道主，中国女篮折戟亚洲杯半决赛不仅令球迷失落，女篮姑娘们也深感遗憾。赛后，参加过三届奥运会的老将黄思静含泪对记者表示，这大概是她最后一次身披国家队队衣征战国际赛场，“我们在新环境、新阵容的情况下取得这样的成绩算是基本完成任务，但结果并不完美，也成为我职业生涯的遗憾”。

按照规则，本届女篮亚洲杯冠军将获得直通2026年女篮世界杯的资格，第2至6名则需参加预选赛。这样意味着此次无缘冠军的中国女篮丧失了直通世界杯的机会。接下来她们将集中精力备战将于明年3月进行的世界杯预选赛。

问题出在哪里

去年的巴黎奥运会上，赛前被寄予厚望的中国女篮表现不佳，折戟小组赛，时任主帅郑薇离任。为重振队伍，中国篮球协会于今年2月邀请老帅宫鲁鸣再次出山，担任中国女篮主教练。

宫鲁鸣上任后，中国女篮开启新老交替。4月，着眼于2028年洛杉矶奥运会，新一届中国女篮正式组建。本届亚洲杯的阵容，老中青三代搭配，既有黄思静、杨力维等大赛

经验丰富的老将，也有张子宇、罗欣棫等潜力新星。不过，仅3个月的组队和备战，在此次亚洲杯比赛中仍然暴露出一些问题。

外线防守漏洞是中国队此次输给日本队的主要原因。对方利用挡拆后的三分投射和突破分球，导致中国队防守出现空档，尤其是韩旭和首次征战成年队世界大赛的中锋张子宇组成的“双塔”阵容，其移动速度不足的问题突出。中国队和日本队助攻数16比28的差距，也体现了中国队过度依赖内线单打的战术比较僵化。

另一方面，新组建的中国女篮外线表现欠佳，成为进攻端的明显短板。小组赛阶段，全队三分球命中率仅26%；与日本队的半决赛为27%，远落后于日本队47%（38投18中的三分球命中率）。

据记者了解，此前的训练备战中，针对中国队投篮尤其是三分球命中率低的现状，宫鲁鸣已提出“万次投篮计划”。“国内球员在联赛中一方面投篮次数少，另一方面成功率也不高，极大影响整体发展进步。”他表示，未来训练中会在要求一定投篮次数的基础上逐渐强化质量，结合运动员技术、位置等因素提出更高要求。

重回巅峰不易

女篮亚洲杯前身是自1965年开始举办

的亚洲女子篮球锦标赛（女篮亚锦赛），2017年改制为女篮亚洲杯。2013年至今，中国女篮仅在2023年夺得一次冠军。

从本届亚洲杯的情况来看，亚洲女篮的竞争进一步加剧，中国队要想稳居亚洲顶尖乃至重回世界强队行列不容易。澳大利亚越来越重视亚洲杯的比赛，她们本次首夺赛事冠军；日本队已完成队伍的新老交替，以田为中心为代表的年轻选手展现出不俗实力。中国女篮想要突出重围，必须加快成长步伐。

更不容乐观的是，几乎与女篮亚洲杯同步进行的U19女篮世界杯，中国队以2胜5负的成绩，最终在16支队伍中排名第11位。这表明，中国女篮后备人才的实力有限，今后国家队在选材方面可能会受到影响。

宫鲁鸣认为，中国女篮整体阵容面临着与国际篮球快速、高强度的潮流融合的挑战。“通过亚洲杯，组队不久的中国女篮学到了很多，特别是其他亚洲强队的一些技战术和理念，为今后准备更重要的比赛提供了不少借鉴。我们会在传球、投篮及更好地移动进攻等方面，学习强队经验，提升自己。”他同时强调，不会因为一场比赛的失利就改变既定的备战策略，“球队目标是2028年洛杉矶奥运会，我们会继续在吸取经验基础上不断努力，这场比赛的失利不会改变球队未来的计划。”

中足联严厉处罚赛场乱象

中超球迷文化亟待“补课”

本报记者 李元浩

时近盛夏，2025赛季的中超联赛已进入到下半程的关键争夺阶段，但联赛近期在赛风赛纪方面出现的一系列问题令人揪心。为此，中国足球职业联赛联合会（以下简称中足联）近日连续发布官方声明和处罚通知，针对近期联赛中出现的违规违纪行为做出强烈谴责和相应处罚。

在上周进行的本赛季中超第17轮天津津门虎主场与成都蓉城的比赛中，出现了个别天津球迷对蓉城球员及其家属进行无底线侮辱谩骂的事件。为此，中足联和天津赛区等有关各方迅速展开调查并做出及时处理。

中足联在赛后发布《声明》，表示对于这种赛场违规现象坚决反对，予以强烈谴责。随后，中足联对中超联赛天津赛区（天津津门虎足球俱乐部主场）违规违纪出台处罚决定：对天津赛区予以通报批评；对津门虎俱乐部主场“虎翼助威团”球迷会对应看台实施无观众比赛1场。天津市公安局滨海分局则对谩骂球员的领喊人员姜某某做出行政拘留并责令禁止观赛的处罚。津门虎俱乐部也表示，对辱骂球员的现象坚决抵制并强烈谴责。

总体来看，本赛季国内足球职业联赛尤其是中超联赛延续了近两个赛季以来的回暖趋势。根据中足联的统计数据，本赛季中超前16轮比赛的进球数、净比赛时间和上座率等，均比上赛季同期有所增加，而比赛红黄牌数量较去年同期有所下降。

2025赛季，中超联赛提出了“更公平、更干净、更安全、更平稳、更有序”的目标，同时中足联成立了纪律和道德委员会，持续加大对职业联赛违规违纪行为的处置力度。

对于本赛季中超等足球职业联赛出现的赛场违规违纪行为，尤其是对极少数不理性球迷所造成的“看台乱象”，以中足联为首的联赛各方一直强硬态度。在近期于北京举行的2025赛季中国足球职业联赛中期总结会暨风建设赛风赛纪警示教育会议上，中足联理事长李克敏强调，行风建设是足球事业的生命线和底线，“中足联将带领各俱乐部共同营造健康的职业联赛发展生态”。

记者从中足联了解到，截至7月中旬，中足联纪律和道德委员会在本赛季共召开各类会议32次，出台处罚决定55份。其中，加强赛场秩序管理问题成为重点工作之一。

据记者了解，类似于此次天津主场谩骂对方球员的违规现象，在本赛季的中超赛场并非首次出现。在上半赛季比赛中，就曾出现成都球迷在对阵河南、浙江、泰山、天津、大连等球队的比赛中，多次出现针对球员及家属的侮辱性口号，以及京津沪等多地球迷组织使用群体性侮辱语言等球迷违规行为，说明规范赛场环境和建设有序理性球迷文化的工作已刻不容缓。

经过多年发展，国内足球职业联赛的球迷文化有了长足进步，无论是“御林军”（北京国安）、“蓝魔”（上海申花）等知名球迷组织，还是类似于大连实德和北京国安主场激情似火的主场氛围，都是中超球迷文化逐渐走向成熟的表现。但极少数球迷的不理性甚至是违法乱纪行为，却有让这些努力付诸东流的危险。

绿茵场需要呐喊，却不需要仇恨；足球需要激情，但拒绝暴力。针对近期出现的球迷不理性行为，中足联表态将“联合有关部门”全力抵制并打击赛场内外一切挑衅、辱骂、诋毁、诽谤、煽动对立、引战、斗殴等行为。成都蓉城等俱乐部也纷纷表示，将持续做好赛风赛纪管理工作，共同维护赛场秩序，共建积极向上的联赛氛围。



西宁绿道从2015年开始修建，目前已建成400多公里，涵盖多条滨水线和郊野线，串联起湿地公园、人文景点、住宅小区等。绿道划分人行道、骑行道等不同功能，为西宁市民休闲健身和绿色出行提供了极大便利。

▲近日，市民在西宁市城西区的绿道上骑行。

▶近日，市民在西宁市城西区的绿道上跑步。

本报记者 毕振山 摄



助力全民健身
西宁绿道

成立近20年的鞍钢女子拔河队，用坚守和拼搏诠释出新时代产业工人的精神风貌——

这群“铁娘子”，十获拔河世界冠军

本报记者 朱亚男

“起绳，拉紧，开始！”位于辽宁省鞍山市的鞍钢体育馆内，伴随着教练整齐响亮的口号声，手中紧握拔河绳的女队员们踩着整齐的步点，一点一点向后挪动；拔河绳另一端的拉力器上，超过一吨重的“铁疙瘩”被缓缓拉起——这是《工人日报》记者近日在鞍钢体育馆看到的该集团女子拔河队训练场景，每天她们都会在这里训练一到两个小时。

鞍钢女子拔河队组建于2006年，前身为鞍钢田径队。鞍钢集团工会主席、职工董事刘杰向记者介绍，鞍钢拔河队是一支名副其实的“冠军之队”，“2008年至今，鞍钢拔河队在全国各类比赛中获得金牌百余枚。在国际比赛中更是成绩斐然，共获得10枚金牌。”

据介绍，2010年，以鞍钢矿业拔河队为班底组建的中国国家拔河队参加意大利世界室内拔河锦标赛，获得女子500公斤级冠军，为中国拔河项目赢得首枚世界金牌，实现历史性突破。此后，这支队伍先后于2014年、2016年、2018年、2023年、2024年代表国家多次参加世界锦标赛和世界公开赛，共斩获世锦赛7枚金牌，世界公开赛3枚金牌。

这群平均年龄超过35岁，大多数都是“妈妈选手”的钢铁企业“娘子军”，为何能在极为考验力量和毅力的拔河赛场攻坚克难，连夺金牌呢？

“热爱和坚持！”鞍钢女子拔河队主教练谷冬梅如此解读队伍的成长“密码”，“2006年一个偶然的机会吧，当时全国不少企业都在搞

拔河运动，我们也开始练拔河。练了不到三个月就拿了全国冠军，信心一下就上来了。”

“刚开始从田径转到拔河的时候真的很累，训练的时候手上、腿上、绳子上都是血，每天都是缠着纱布在训练。”队员闫晨告诉记者。作为队伍的“元老”之一，闫晨跟随队伍一起拿了大大小小许多赛事的冠军。

长期的艰苦训练，女子拔河队队员们每个人的手掌都磨出血泡又反复脱皮，曾经细嫩的双手长满了老茧，就连训练用的麻绳上，都留有被汗水和血水浸渍的痕迹。队员李梦梅对记者说：“我的手背还行，有时候去做美甲，美甲师一摸我手掌，都会惊讶为什么这么粗糙。”

谷冬梅说，队员们最辛苦的莫过于赛前的减重。与以往大众认知里“拔河队员越重越好”的观念不同，因为拔河比赛是以队伍总重量划分参赛级别单位，所以队伍中的每个人都需要在赛前进行集中减重，以达到级别参赛要求。“大夏天也需要穿着棉衣棉裤跑步，甚至有时候一天都不吃不喝，还要继续参加训练，练完走路都是歪歪扭扭的。”闫晨说。

除了减重，队员们还面临着训练和出国比赛时与家人尤其是孩子的分离。谷冬梅透露，目前这批队员大多都是“妈妈选手”，赛前集训时早出晚归、出国比赛时长时间不在家……这些都考验着队员们的心态。“特别是一集训的时候，训练已经很累了，回家之后孩子还要我带她出去玩。孩子太小还理解不了你的辛苦，免不了有心里不痛快的时候，只能自己慢慢调节。”队员秦娇说。

“热爱和坚持！”鞍钢女子拔河队主教练谷冬梅如此解读队伍的成长“密码”，“2006年一个偶然的机会吧，当时全国不少企业都在搞

“我记得第二次出国比赛时，我女儿刚一岁多，我根本不敢给孩子打电话，甚至一想起孩子眼泪都忍不住。”即使是现在回忆起来，闫晨的语气中都带着哽咽。随着孩子慢慢长大，现在女儿会到赛场看妈妈比赛，为妈妈加油，“她现在特别为我骄傲，会在学校里跟同学说‘我妈妈是世界冠军！’”

长期的艰苦训练，女子拔河队队员们每个人都需要在赛前进行集中减重，以达到级别参赛要求。“大夏天也需要穿着棉衣棉裤跑步，甚至有时候一天都不吃不喝，还要继续参加训练，练完走路都是歪歪扭扭的。”闫晨说。

谷冬梅告诉记者，拔河是一项团队运动，特别考验团队的意志力和坚定性。在赛场上8个人要像1个人一样，“团队比拼的不是谁最强，而是看谁最弱。队员们谁都不愿拖集体的后腿，这种不服输的心态在比赛时会形成一股强大的意志力。我们是鞍钢走出来的队伍，钢铁工人的光荣和坚守，在比赛的艰难时刻总会给我们带来信念和力量！”

中国拔河协会曾如此评价鞍钢拔河队：

“鞍钢队的胜利不是偶然，他们代表了新时代中国产业工人的精神风貌——坚韧、团结、创新。”谈及这支队伍，刘杰感慨道：“队员们敢于吃苦、拼搏奉献、团结合作、永争第一，在日复一日的训练和比赛中逐渐形成了一根绳、一股劲、一条心、一个梦”的精神，也展示出新时代鞍钢职工昂扬的精神风貌。”

更多精彩
请扫码

G 全景职工体育

刘颖余

当NBA（美国职业篮球联赛）夏季联赛开拓者面对火箭，中国球迷的情怀很难不被触动。

曾几何时，休斯敦火箭成为中国球迷的主队，因为它拥有“中国巨人”姚明。鼎盛时期，休斯敦云集数十家中国体育媒体，跟踪报道姚明的一举一动，那是姚明的高光时刻，也是中国篮球的黄金年代。

随着姚明隐退，NBA的秀场不再有中国人的身影，周琦的足迹倏忽而过，激起不起半点涟漪。有多少人，有多少时间，没有完整看一场NBA比赛了？

而随着杨瀚森本赛季被开拓者以首轮16顺位选中，不少中国球迷的NBA梦再次萌动——央视破天荒连着直播开拓者的4场夏季联赛。甚而在杨瀚森的比赛现场，我们还能看到有球迷穿着姚明11号的火箭队球衣。此景此景，让人不禁有恍若隔世之感。

在大洋此岸，“杨瀚森热”更是不遑多让。央视体育频道统计显示，首场开拓者对勇士的夏季联赛，通过CCTV5和央视频观看的国内观众突破1200万人次，创下夏季联赛转播收视纪录。虎扑论坛相关讨论帖超过3.6万条。

“杨瀚森热”来得似乎有点突兀。他被首轮16顺位选中，甚而连他本人都没做好准备，现场穿西装也是一通忙乱。然而，4场夏季联赛打下来，杨瀚森的表现给人带来的惊喜远大于失望。

作为一名策应型中锋，杨瀚森在4场比赛中展示了自己全方位的能力，第一场展示了组织和盖帽水平，第二场的两个扣篮展示了硬度和身体天赋，第三场凸显了三分投射能力，第四场又拿到了篮板新高，且表现出对比赛调整和适应的能力。

“当时我们在(16顺位)摘走他，很多人对此议论纷纷，关于他的顺位太高之类的。但我们不在乎。我们在乎的只有他，他有着难以置信的潜力，会和我们的团队完美契合。我认为他已经证明了自己，他干得很好。”开拓者主教练昌西·比卢普斯在解说中，如此点评自己的年轻弟子。

显然，杨瀚森不是场上比赛的统治者，但他爱传球、会传球的特质，会成为球队最好的黏合剂，就像比卢普斯说的，“每个人都喜欢和传球好的人一起打球”。他同时还有很高的球商，能很好阅读比赛，知道什么时候做什么；他也有旺盛的竞争欲望，无惧对抗；他还有很强的自信和韧性。

更让人惊喜的是，杨瀚森身上让人看到了难得的松弛感和幽默感。

第一场发布会现场，杨瀚森面对一屋子的美国记者，不慌不忙地甩出一句：“我争取下次再开发布会时，把身边的翻译踢掉。”现场有记者问他对波特兰的印象，杨瀚森的回答同样俏皮，“这里雨水多，很适合睡觉”。

首场夏季联赛前，有记者问他：“明天代表开拓者首秀，国内球迷得乌泱乌泱看直播吧？”杨瀚森笑说：“嗯，肯定多，那点儿正好十一点多的饭点，看我们打球……嗯，估计挺下饭！”话音刚落，“杨瀚森下饭”话题在抖音播放量突破8000万次，网友创作的“电子榨菜”二创视频最高点赞达200万。

在陌生环境也能表现出松弛、自信和从容，杨瀚森让我们的确想起了当年的姚明。这样的气质，一定会让他更快地融入球队，融入当地的篮球文化氛围，并在比赛中帮到他。

NBA是一个很特别的地方，一半是战场，一半是秀场。当年姚明顶着状元秀的巨大光环进入NBA，乔丹还没有退役，这位“篮球之神”送给他的忠告是，不必老想着为14亿人打球，要“享受放松而快乐的天堂”。如果当年姚明没有完全享受这种“放松和快乐”，那么，我希望杨瀚森可以。

杨瀚森或许成不了另一个姚明，但只要他稳定地出现在开拓者的轮转阵容中，让中国球迷重新唤醒看NBA的欲望，那就是一件惬意挺美好的事情。

G声音

整合 | 美网官宣郑钦文退赛

本报讯（记者朱亚男）北京时间7月22日，据美网官方消息，中国选手郑钦文将退出8月24日至9月7日举行的2025美国网球公开赛。美网是本年度最后一项大满贯赛事，郑钦文在过去两年都闯入了女单8强。

7月19日，郑钦文在社交媒体宣布，自己已经成功接受右肘手术，并期待满血回归。“在未来一段时间内，我会把重心放在康复训练，努力早日以百分之百的状态，重回赛场。”

济宁高新区总工会举行职工篮球赛

本报讯 近日，山东省济宁市高新区第五届职工运动会篮球赛圆满落幕。本次赛事以“工会牵头、企业助力、职工参与”的模式，形成了“体育引流—消费转化—品牌升级”的良性循环。

据悉，近年来济宁高新区总工会立足职工需求，已连续举办五届职工体育赛事，累计覆盖全区百余家企业组织，参与职工超过2万人。值得一提的是，本届运动会首次提出“以赛兴商、以商促赛”理念，与商圈标杆合作，创新制定“职工体育+商圈经济”模式，实现资源共享、优势互补，成为拉动消费的“新引擎”，为区域经济发展注入了强劲动力。

（周扬 李起超）