

美加墨世界杯参赛球队名单陆续公布,多位功勋老将再度出征

在世界杯“最后一舞”续写传奇

本报记者 刘兵

2026年国际足联世界杯将于6月11日至7月19日在美国、加拿大和墨西哥三国联合举办。近一段时间以来,多支参赛球队公布了世界杯参赛名单。这不仅是一场跨越三国的足球盛宴,更是一次对传奇球星们的致敬和告别。

北京时间5月19日,巴西男足正式公布出征2026年美加墨世界杯的26人最终名单。34岁的内马尔时隔944天重返桑巴军团,成为这份名单最大的意外和惊喜。

当巴西队主教练安切洛蒂在名单宣布仪式上读出内马尔的名字时,全场爆发出雷鸣般的欢呼声。巴西球迷得知内马尔入选后,也纷纷开始庆祝。继2014年、2018年和2022年三届世界杯之后,内马尔将第四次随巴西队出征世界杯。

过去3年饱受伤病的内马尔似乎与世界杯渐行渐远,但仍是巴西足球近年来最具全民号召力的标志性人物。可喜的是,内马尔通过最近的训练和比赛满足了安切洛蒂的核心要求,身体状态也在积极恢复。安切洛蒂坦言,发挥精神领袖作用的内马尔有可能上场,有可能不上场,也有可能替补出场。“内马尔和其他人一样肩负责任,他是一名经验丰富的球员,我相信他。”

葡萄牙队在北京时间5月20日公布的

出征名单中,依旧有传奇球星C罗的名字,41岁的他即将迎来个人的第六次世界杯之旅,创下足坛纪录。

2006年德国世界杯,年仅21岁的C罗首次代表葡萄牙队踏上世界杯赛场,并随队打入半决赛。职业生涯中,C罗已经在世界杯赛场上出场22次,共取得8粒进球和2次助攻。他还保持着世界杯史上最年长球员“帽子戏法”纪录和连续五届世界杯取得进球的纪录。

虽然已经离开欧洲五大联赛3年,但效力于沙特联赛的C罗仍然保持着极佳的竞技状态。2025-2026赛季,C罗代表利雅得胜利在各项赛事中出场36次,贡献了28球和4次助攻。国家队方面,C罗也保持着不俗的水平。葡萄牙队主帅马丁内斯表示,C罗的入选是基于他“最近30场国家队比赛打入25球”的硬实力。

与C罗齐名的阿根廷球星梅西,同样将实现第六次出战世界杯的壮举。虽然卫冕冠军阿根廷队的最终26人名单尚未正式公布,但早在本月初,阿根廷足协就已公布了55人初选大名单,39岁的梅西毫无悬念位列其中。

虽然尚未正式宣布退役计划,但外界普遍认为本届世界杯将是梅西在世界杯舞台上的绝唱。与4年前不同,梅西此次将更多承担精神领袖的角色,而阿尔瓦雷斯等球员已成为阿根廷锋线的新支点。

克罗地亚队的初选名单中,年过40岁的

传奇球星莫德里奇再次担任队长。几周以前,这位中场核心接受了髌骨手术,能否征战世界杯成谜。幸运的是莫德里奇康复迅速。克罗地亚队主教练达利奇称,莫德里奇已经从面部伤情中恢复。“作为队长,他对于我们意义重大。我毫不怀疑他会发挥出高水平。”此前两届世界杯,阵容较为老化的克罗地亚队出乎很多球迷意料,都进入了四强。

此外,墨西哥队的奥乔亚(40岁)、比利时队的德布劳内(35岁)、韩国队的孙兴慜(34岁)等老将也都入选了世界杯参赛名单。

这些传奇老将将继续入选,其主教练有各种因素的考量。但共同点是,他们用近期的健康水平、竞技状态、领袖气质以及愿意为团队做出牺牲的态度说服了主教练。

4年前的卡塔尔世界杯时,“诸神最后一舞”的说法已被反复提及。彼时35岁的梅西、37岁的C罗、36岁的莫德里奇都曾被认为是世界杯的谢幕之旅。然而4年过去,这群老将不约而同地选择了坚守,续写不老传奇。

足球运动对体能的消耗较大,同时对人体多个器官的灵敏度、运动能力要求很高。上世纪90年代以前,球员的运动生涯往往在30岁左右就画上了终止符。近年来国际足坛传奇球星的职业寿命不断得以延长的秘诀在哪里?

对此,国家体育总局科研所运动训练研究中心主任李海鹏认为,科学化训练与负荷

调控的机制大大延长了职业球员的运动寿命。他告诉记者,大龄球员常年训练的数据较稳定,教练组科学设计,在超量恢复窗口施加新刺激,避免过度训练。“高强度间歇训练与神经肌肉力量练习结合,能在提升有氧代谢的同时保持快肌纤维面积和爆发力,延缓最大摄氧量及肌肉质量随年龄的自然下降,使30岁甚至35岁后仍可维持高水平比赛所需的身体机能水平。”

另一方面,记者了解到,近年来球员的健康管理日渐被重视,成为延长运动寿命的重要原因。自律的球员保证规律且充足的睡眠,保障疲劳及时恢复,同时严格戒除酒精和高度加工食品,使肝脏代谢与内分泌节律免于干扰,维持理想的身体状态。他们日常还融入体能、散步、哑铃等功能性训练,提升脊柱与骨盆带灵活性及核心抗旋转能力,从生物力学角度减少了慢性损伤。

据悉,本届世界杯所有参赛队须在6月1日前向国际足联提交球员最终名单。这个夏天,北美大陆的绿茵场上将同时书写竞技与情感的终章。对球迷来说,能够亲眼见证足坛“诸神”从出道到谢幕的完整旅程,本身就是一种浪漫和幸运。

热点聚焦

中国足协公布

涉“假赌黑”问题第三批处罚名单

本报北京5月21日电(记者李元浩)今天下午,中国足协公布了足球行业“假赌黑”问题专项整治行动涉及第三批处罚名单。此次处罚涉及65人,其中17人被给予终身禁止从事任何与足球有关活动的处罚,48人被给予禁止从事任何与足球有关活动五年或以下的处罚。

其中,对丁勇、吴静博等17名从业人员,给予终身禁止从事任何与足球有关的活动的处罚。对包括原北京国安俱乐部总经理李明在内的48名从业人员,给予禁止从事任何与足球有关的活动五年或以下的处罚。除以上禁足名单外,足协同时对梅州客家足球俱乐部进行了追加处罚,处罚包括扣除2026年职业联赛积分6分并罚款人民币80万元。

这是中国足协第三次对足球行业“假赌黑”开出处罚名单。2024年10月,公安部、国家体育总局在大连联合召开足球职业联赛“假赌黑”问题专项整治行动新闻发布会,会议通报了公安机关依法严肃查处足球领域赌球、假球等违法犯罪情况,以及中国足协对61名涉案足球从业人员的纪律处罚情况。

今年1月29日,中国足协公布第二批处罚名单。包括上海申花、天津津门虎、上海海港、北京国安等中超球队在内的13家中超、中甲球队被扣除3到10分不等的新赛季联赛积分,陈成源、李铁等73人被终身禁止从事任何与足球有关活动。

G体谈

晋级决赛

北京时间5月20日凌晨,正在沙特阿拉伯进行的2026亚洲杯U17男子亚洲杯结束半决赛较量。依靠叶惟浩和谢晋的进球,中国队以2比0击败澳大利亚队,时隔22年再度闯入该项赛事决赛。此前,中国队已获得今年U17男足世界杯参赛资格。北京时间5月23日凌晨,中国队将与日本队争夺冠军。

点评:中国队在本届U17男足亚洲杯的表现可谓抑扬,小组赛两连败后惊险出线,随后三连胜晋级决赛。但整体表现暴露出球队大赛经验不足的问题,临场应变还有待提升。中国队上一次获得该年龄段亚洲杯冠军,还要追溯到2004年,这也是中国男足国字号队伍迄今为止的最后一个亚洲级别冠军。此番面对曾在小组赛中击败过自己的日本队,中国队务必要放平心态,全力以赴。

名单出炉

2026世界女排联赛首站即将打响。国际排联日前在联赛官网公布了中国女排参赛的30人大名单。根据名单,此前未在集训阵容的李盈莹、王艺竹、王媛媛、高意等多名球员回归。根据国际排联新规则,中国女排参加世界联赛各场比赛的12或14名球员,将从这份30人名单中遴选产生。

点评:对于中国女排而言,今年最重要的赛事就是9月份的名古屋亚运会。本届世界女排联赛是中国女排进一步考察队员,确定亚运会参赛阵容的最佳平台。今年的世界女排联赛依然采用3站分站赛与1站总决赛的赛制,东道主中国女排将直通总决赛。首站南京,中国女排将与捷克、泰国、塞尔维亚和波兰四队轮番过招,新生代球员是主帅赵勇的打磨重点。

新老交替

日前,中国女足在武汉开启今年第四期集训,期间将与俄罗斯女足进行两场热身赛。与此前女足亚洲杯的参赛阵容相比,中国女足此次的集训名单进一步年轻化,唐佳丽、张馨、陈晨等老将均无缘入选。此外,球队教练组也进行了部分调整,刚刚率队晋级U17女足世界杯的中国队主教练马晓旭入队。

点评:中国女足的新老交替明显提速。从女足亚洲杯来看,亚洲各支女足劲旅的年轻化趋势明显,中国队的平均年龄偏大。随着今年U20和U17两支女足青年队先后晋级世界杯,中国女足后备梯队培养有了一定的人才基础,也为国家队的更新换代提供了有利条件。当然,年轻队员要想尽快担当重任,还需要更多训练和比赛的磨砺。

冲击满贯

北京时间5月20日,2026温布尔登网球公开赛公布了单打正赛入围名单。男单方面,世界第一、卫冕冠军辛纳领衔,德约科维奇、兹维列夫等名将均在列。中国选手仅吴易昺一人直接入围,布云朝克特位列替补名单。根据赛程,本届温网正赛将于6月29日至7月12日进行。

点评:在上周末夺得罗马大师赛冠军后,世界第一、意大利名将辛纳成为历史上最年轻“金大师”(即职业生涯集齐全部9站ATP1000大师赛冠军)。如果能在本届法网夺冠,辛纳将成就四大满贯登顶的“全满贯”佳绩。目前在西班牙名将阿尔卡拉斯的比拼中,辛纳的重要赛事冠军数(大满贯+年终总决赛+大师赛+奥运单打金牌)暂以16比15领先。世界男子网坛还有更多纪录等待25岁的辛纳去解锁。(巴人)



中超:“西南德比”握手言和

5月20日,在重庆举行的2026赛季中国足球超级联赛第13轮比赛迎来“西南德比”,重庆铜梁龙主场0比0战平云南玉昆。本场过后,重庆铜梁龙和云南玉昆分别位于积分榜第二、三名。成都蓉城以34分位列中超积分榜首位。图为云南玉昆队球员邓涵文(左)和重庆铜梁龙队球员吴永强在比赛中拼抢。

新华社记者 黄伟 摄

看到差距,修炼内功

中国田径一步步向上“攀登”

本报记者 朱亚男

5月18日至19日,第一届亚洲跳跃锦标赛暨第四届“一带一路”田径邀请赛暨2026年全国田径大奖赛第三站在重庆市长寿区体育中心举行。今年,三项赛事首次合办,“三赛合一”的高水平田径盛宴,吸引了来自23个国家和地区的552名运动员同场竞技。

从最终成绩上看,中国选手与世界一流水平还有不小差距。在日前进行的2026世界田联钻石联赛揭幕战——绍兴柯桥站比赛中,中国选手与世界好手的差距更加明显。本站比赛只有一天,却创造了1项钻石联赛纪录(DLR)和8项赛季纪录(MR),但这些纪录均与中国选手无缘——18名中国运动员参赛,最终都无缘领奖台。

从上海到苏州再到柯桥,这也是最近几届长三角钻石联赛,中国军团第一次奖牌“挂零”。经历了巩立姣、刘虹、杨家玉等名将辈出的“黄金时期”后,中国田径已悄然开启新一轮的“内功修炼”。

2026年没有奥运会和世锦赛,仅有一项亚运会,可谓是一个“田径小年”。已经进行的钻石联赛柯桥站,和即将在5月23日打响的钻石联赛厦门站,是今年在国内举行的最重要的国际田径大赛。通过高水平对决看到差距和不足,进而找到冲击亚运会的希望和动力,是中国田径征战这两站钻石联赛的主要目标。

北京体育大学教授袁晓毅在接受《工人日报》记者采访时表示,竞技体育项目,尤其是田径,项目发展和人才培养具有一定的滞后性。“田径是一个长期性的工作,短期内很难有颠覆性的改变。”他告诉记者,过去几年中国田径一直没有停下脚步,在日积月累中,中国田径也在一步步“向上攀登”。“从青少年来看,最近几年不管是体育院校的招生考试,还是像去年首届青少年田径运动会这样的专业赛事,我们可以感受到青少年的短跑水平有明显提高。”

进入2026年,中国田径运动员创造了多项好成绩:3月1日,丰配友在东京马拉松跑出2小时05分58秒的成绩,不仅在一大满贯赛事中战胜多位日本名将位列亚洲第一,还把全国纪录提高将近1分钟,进入“205时代”;3月25日的全国撑竿跳高单项赛,李晨洋以5米86刷新男子撑竿跳高全国纪录;4月3日的全国田径投掷项目群赛,巴黎奥运会季军赵杰以78米22创造新的女子链球亚洲纪录;4月12日,男子万米全国纪录保持者王文杰在北京半程马拉松以1小时01分15秒刷新男子半马全国最好成绩。这些成绩说明中国田径正在稳步提升,并在亚洲范围具有不俗竞争力。

“随着各界越来越重视青少年体质健康,从保证课间活动时间和体育课数量开始,有关部门出台了一系列政策。国家体育总局和中国足协也在改革赛事体系,青少年有了更多比赛的机会。形成良性循环,自然会有好的‘收成’。”袁晓毅说。

回望过去,放眼未来,这种跨越时空的遥相呼应是中国田径在近十多年来构建起的传承。在袁晓毅看来,关心中国田径的观众无需为短期内无法成为世界一流而过分忧心,“虽然还有差距,只要我们脚踏实地,在正确的道路上久久为功,差距就会越来越小。”

在钻石联赛柯桥站取得本赛季最好成绩的中国选手吴艳妮在接受采访时表示:“很高兴能有越来越多的人关注田径,关注女子100米栏。”她希望用自己的努力和坚持回应外界的期待,“我希望更多青少年能够走出家门去运动,爱上田径,这也是我每次站上赛场的动力。”



中职篮半决赛

上海队胜北京队迎赛点



5月20日晚,2025-2026赛季中国男篮职业联赛(CBA)半决赛继续进行,坐镇主场的北京队最终以66比81不敌上海队。此战过后,上海队在五场三胜的系列赛中以大比分2比1迎来赛点。半决赛第四场将于22日晚继续在北京队主场进行。

- ▲上海队队员怀特塞德双手扣篮得分。
- ▶球迷为北京队呐喊助威。

本报记者 王美茹 摄

G声音

樊振东也有输的权利

刘颖余

央视近30年来首次转播乒乓球欧冠决赛,许多球迷都憋着气“小胖”出战,才草不生”的神话,但结果有点尴尬,樊振东不仅没赢,而且两场比赛一局都没赢。

球迷都吵翻了天,仿佛樊振东没有输过球,也不能输球似的。

最有代表性的一句话问是:“这还是樊振东吗?”

这当然还是樊振东。

樊振东输球,有客观的原因——球台打滑、刚刚更换胶皮,也有主观的因素——心理压力、身体状态不是最佳,更有对手的原因——勒布伦兄弟,可是当今乒坛数一数二的选手,且刚刚打完世乒赛这样的硬仗,状态正佳。樊振东怎么就不能输给他们?就因为他是现役唯一大满贯获得者吗?

我知道,大家都爱樊振东,我也爱,但这并不意味着,他只能一直赢下去,才对得起大家的爱。胜负乃兵家常事,作为运动员,每个人都有输的权利,樊振东亦然。

明乎此,我们都应释然。樊振东只是输了一场欧冠决赛而已,他此前给萨卢布吕肯立下的汗马功劳,众人都看在眼里;他整个赛季90%的胜率也摆在那里。他曾带着队友飞,这也造就了团队的强大。如今,

团队强大了,队友带着他飞,又有何不妥?

所以,我们看到赛后,队友都以拥抱、贴脸、耳语来安慰樊振东,还把他围在中间,一起转圈庆祝;发布会上,队友都在开樊振东的玩笑,当他说下场比赛“小胖”要去杜塞尔多夫;在颁奖仪式上,队友莫雷加德和约奇克都主动将冠军奖杯塞给樊振东,并齐齐指向他,个中含义不言而喻。

这种友爱、宽松而欢乐的氛围,是体育的另一面,也是体育应有的美好样子。

樊振东从来就不是神,接受樊振东也会输,合乎人性,更符合基本的体育竞技规律。英雄主义的叙事,从来就敌不过竞技体育的无常和残酷。盲目造神的结果,不只是“神”的坍塌,更会导致追捧者理性的丧失。

樊振东不是普通人,但终究还是人。他不只是会输,也会累,就如鲁迅先生的名言:战士也需要休息。

在巴黎奥运会上完成大满贯伟业后,樊振东退出WTT世界排名,自愿放弃伦敦世乒赛团体赛参赛权,把重心放在海外联赛上,是一种“休养生息”,也是换一种呼吸方式,远离饭圈喧嚣;换一种活法,让自己感受对乒乓球更纯粹的爱;换一条赛道,寻求个人发展更多的可能性——在国际赛场争夺金银牌,固然是为国争光;在欧洲联赛

打球,推广乒乓球运动,他依然代表中国,一样是为国争光。这也是为什么中国乒协多次表达,要为樊振东的个人发展提供支持 and 保障。

人生没有答案,只有选择。如果乒协都支持樊振东的个人选择,球迷、粉丝又何必对他进行道德绑架和无端猜测。至于将樊振东和乒协、国家队乃至个别球员强行割裂、对立的种种“阴谋论”,更是可以休矣!

樊振东只是退出WTT世界排名,他没有退役;樊振东只是自愿放弃了一届世乒赛团体赛,不是永远切断了和国乒的联系。如果说退出排名,是对WTT的一种抗争,那么放弃世乒赛,也不是退缩,而是基于自身现状的一种理性选择。樊振东好友、德国名将波尔一语道破天机:他只是选择为自己而活。

允许队员为自己而活,丝毫不损国乒的荣光,反而让我们看到一个开放包容的时代闪耀着人性光辉。前一阵,前国手方博宣布代表哈萨克斯坦打球,舆论也是一边倒的祝贺。他和樊振东一样,只是换一种方式延续自己的热爱,理应得到人们的尊重和祝福。

让樊振东遵从自己的内心,快乐而轻松地打球吧。当他赢球时,为他喝彩;当他输球时,送去鼓励。这,才是对现役唯一大满贯选手最真的爱。