

中国体育报

CHINA SPORTS DAILY

国家体育总局政府网 <http://www.sport.gov.cn>

新体育网 <http://www.new-sports.cn>



2026年9月

2

星期三

国家体育总局主管
中国体育报业总社
有限公司主办
中国体育报出版
今日八版

国内统一连续出版物号：
CN 11-0082
邮发代号：1-47
第 15003 期

打磨细节提升实战能力 中国女足亚运会备战进入新阶段

本报讯 经过三天的短暂调整，备战爱知-名古屋亚运会的中国国家女子足球队9月1日重新集结，开始第二阶段的训练。自8月7日在苏州集结以来，中国女足正在逐步推进各项备战工作。

据了解，根据亚运会高强度、高密度赛会制比赛需求，队伍第一阶段备战工作以专项体能储备训练为主，强化队员的高速奔跑能力和反复冲刺能力，通过高强度训练逐步提升体能水平。

本次集训期间，结合亚运会赛事竞争形势及备战任务，球队进一步加强球员思想工作，通过组织全体党员召开专题党会以及亚运会备战动员，明确本次集训的核心目标、阶段任务、工作重点及参赛纪律要求。吴海燕、王霜、张睿等球员均表示，将充分发挥老队员的模范作用，在训练比赛中以身作则，助力年轻队员成长进步，以昂扬斗志投入亚运会备战，全力以赴完成参赛任务，为国争光。

后勤团队紧扣亚运会备战目标，协同做好训练、医疗康复、科研、后勤等各项支撑工作，为国家女足亚运会集训参赛提供坚实可靠的服务保障。按照总局科教司和反兴奋剂中心有关要求，参赛队员完成了首轮兴奋剂筛查工作，并进一步落实关于规范药品全流程管理，强化辅助人员用药管控、完善餐食保障等针对性建议。

本周开始，球队开启第二阶段备战工作，重点打磨整体攻防配合、细化技战术打法，全面提升队伍整体实战能力，有序推进亚运会备战工作。

(杨帆)

中国男足参加亚运会名单公布

本报讯 9月1日，参加爱知-名古屋亚运会的中国男足名单公布。

门将：李昊(青岛西海岸)、姚浩洋(重庆铜梁龙)、于金永(山东泰山);后卫：贺一然(成都蓉城)、胡荷韬(成都蓉城)、刘浩帆(浙江队)、彭啸(山东泰山)、吾米提江(上海海港)、杨希(上海海港)、朱辰杰(上海申花)、毛伟杰(大连英博)、史松宸(山东泰山);中场：陈泽仕(山东泰山)、李镇全(重庆铜梁龙)、徐彬(英格兰狼队)、杨皓宇(上海申花)、依木兰(山东泰山)、吴曦(上海申花)、蒯纪闻(上海海港)、木塔力甫(成都蓉城);前锋：拜合拉木(成都蓉城)、王钰栋(浙江队)、向余望(重庆铜梁

龙)、张玉宁(北京国安)。

这份名单包括了征战U23亚洲杯获得亚军的主力，如徐彬、贺一然、吾米提江、王钰栋等，同时在前中后三条线各选入一名超龄球员。其中，张玉宁既是国安队也是国家队主力前锋，本赛季表现不俗，吴曦、朱辰杰则是上海申花的骨干。他们的加入将提升这支队伍的战斗力。

中国队在本届亚运会被分在B组，同组对手为朝鲜队、伊朗队、阿联酋队。

亚运男足国家队将在下一轮中超联赛结束后集结，小组赛首战将于9月16日对阵朝鲜队。

(孟洪涛)

本报记者 马艺欧

在当地时间8月31日进行的2026美网女单首轮争夺中，郑钦文三盘逆转从资格赛突围的16岁新星柳托娃。这是她自2025年法网后收获的首场大满贯正赛胜利，美网赛场连下四场的表现，释放出她状态回勇的积极信号。

2010年出生的柳托娃在8月的WTA250孟菲斯站夺冠，成为首位夺得WTA巡回赛冠军的“10后”球员，这也是自2019年高芙后，最年轻的WTA巡回赛冠军得主。本次美网，柳托娃与郑钦文都是经过资格赛一路突围，获得正赛席位。这样兼具冲击力、潜力，还有些神秘对手，对于当下的郑钦文而言挑战不小。

从比赛可以看出，柳托娃虽然年轻，但并不稚嫩。首盘比赛，她逼出3次破发机会，并全部兑现，以6比4先下一城。不过，柳托娃存在一个较为明显的短板——发球威胁有限，而郑钦文在这方面的优势相对明显，不但一发得分率高于柳托娃，全场还轰出10记ACE，最终以6比3和6比1连扳两盘实现逆转。

郑钦文赛后对年轻的对手表示祝贺：“我首先要祝贺对手，因为她才16岁，非常年轻，还是青少年选手，但她打出了非常精彩的网球，十分顽强。对我来说，这场比赛并不容易，我还是要为对手鼓掌！”郑钦文表示，因为几天前生病，所以身体并不在最佳状态，很难保持稳定的发挥，一度在场上感觉头晕。“今天我能做的就是全力战斗，看看会发生什么。很高兴取得这场比赛的胜利，因为对我而言，身心都很艰难。”

时隔一年多再次在大满贯正赛取得胜利，郑钦文认为，这是一场意义非凡的比赛，到纽约比赛总是让她感觉特别，因为她第一次打进大满贯八强就是在美网，“我很喜欢在这里打球，喜欢大家因为网球带来的热情。再次感谢你们，我真的很想念这样的感觉，很开心今天能够赢下比赛。”下轮比赛，郑钦文将对阵本西奇与普丁塞娃之间的胜者。

曾几何时，大满贯通过首轮关是郑钦文的“标配”，美网是她两次打进八强的赛场，但如今的情况大相径庭，排名跌到百名之外的郑钦文不得不从资格赛打起。上一次在大满贯正赛获胜，要追溯到一年多前的法网。

2025年法网打进八强后，郑钦文在温网遭遇一轮游，之后便接受了手术，无缘美网。此后，她开始了与伤病斗争，复出后的比赛也是打打停停，状态起伏不定。对于职业网球运动员而言，身体上的恢复只是基础，心态上的调整更加微妙，再加上教练团队的调整，种种因素叠加，较之在赛场上击败某个对手要复杂得多，郑钦文遇到了职业生涯最大的挑战。

郑钦文本次征战美网的表现让人为之一振，不仅是她终于又能打出连胜，还在于她在比赛中展现出的细节——资格赛决胜轮拿下最后一分后，郑钦文激动得随即倒地，这不禁让人想起她在巴黎奥运会夺金时的经典画面；正赛首轮兑现赛点那一刻，她的怒吼令人振奋。这是一种释放，也如她所比喻的那样，美网这几场比赛最重要的，就是她心中的那团火又开始燃烧了。

当然，这并不意味着郑钦文再次解锁大满贯正赛胜利后，就能立即回到她原有的位置，但这种积极的信号，是外界期待的。

在美网另外两场首轮争夺中，王曦雨以2比6和3比6不敌前赛会冠军、8号种子斯瓦泰克，无缘晋级女单第二轮；男单比赛中，商竣程在一场五盘大战中以6比0、6比7（5）、6比1、3比6、4比6负于36岁的阿根廷老将特兰杰里迪。



刘焕华在训练中。

新华社记者孙非摄

成绩两项世界纪录，状态处于巅峰；赵金兰零失误包揽女子53公斤级冠军，稳定性出众；杨柳月在竞争激烈的女子61公斤级拿下银牌，落后朝鲜对手3公斤；刘焕华、涂艺、何仁秀、吴艳均在新级别赛事中登顶，证明了实力。老将李雯雯在世界女子最大级别具备领先优势，这是她首次参加亚运会。杭州亚运会时，她因手肘伤病遗憾退赛，亚运会金牌是她达成“大满贯”的最后一块拼图，届时定会全力以赴。

亚运周期，各路对手全面发力、多点突破。朝鲜实现男女双线崛起，男子60公斤级、65公斤级具备世界级水准，多点具备冲金实力，成为中国头号劲敌。与此同时，韩国女子+86公斤级名将虽在亚锦赛上输给李闰和卡塔尔选手维萨尔，但依旧是李雯雯的劲敌；乌兹别克斯坦牢牢把控男子大级别优势，95、110公斤级竞争力十足；越南、泰国在女子中小级别稳扎稳打，成功率较高，擅长利用对手失误抢牌；巴林、伊朗选手在男子大级别挺举爆发力惊人，进一步加剧了奖牌争夺的激烈程度。

本届亚运会，中国队在力争优异成绩的同时，核心任务是锤炼新人、打磨技术、积累大赛经验，需要在高强度、高压力的洲际对决中，解决试举波动、抗压不足的问题，为洛杉矶奥运会夯实人才根基。

新级别、新阵容、新格局，本届亚运会是中国举重新周期的一次重要试炼。正如主教练邵国强所说：“该拿的金牌要拿，有差距的项目要努力提升成绩，站在国际赛场上，为国争光就是我们的使命。”名古屋赛场，“中国力量”将全力拼搏。

北体大支教志愿者分赴甘肃、贵州乡村校园 不一样的开学第一课

读懂了支教的意义。”邱玉文说。当地孩子热爱运动，尤其喜欢篮球，但体育基础薄弱，运动防护知识匮乏。他采用运动教育模式教学，划分队长、安全员等角色，以趣味游戏、基础训练、班级竞赛串联课堂，降低竞技门槛，让每个孩子都能参与。

甘肃省临夏市第一中学的操场上，王博迎来七年级新生的第一节体育课。“初次见面，同学之间还比较陌生。这是我开学教的第一课，也是七年级二班同学开学上的第一节体育课。”王博说，这节课没有直接教授技术动作，而是从“玩”开始。他设计了“找朋友”热身游戏和“小青蛙过河”跳跃练习。操场上，孩子们从拘谨观望变成追逐组队，笑声此起彼伏。立定跳远示范时，1.80米的王博标准的示范动作引得孩子们哄堂大笑，有孩子小声调侃老师像“大蚂蚱”。他没有制止笑声，反倒邀请学生依次展示动作，模仿孩子们千奇百怪的跳跃姿态，操场上的欢

乐氛围愈发激烈。“支教不是单向给予，而是彼此相遇。”王博深有感触。当地学生体能尚可，但动作协调性不足，大多把体育课等同于自由活动，缺少热身放松、团队规则意识。

他希望把专业动作融入游戏，普及运动安全常识，借助小组比赛树立规则观念，在孩子心里种下体育的种子。

“体育老师的课堂如果离开操场，就像鱼儿离开水。”在贵州织金县第八中学，沈劭义的第一课设在室内。教室中，石墩样式的高高讲台，没有靠背的凳子，墙角的饮水机落着蛛网。孩子们眼神透亮，齐刷刷望向新来的体育老师。然而，当学生被点到名字站起来后，又害羞地不敢对视。沈劭义就地取材，用铁盒子当作鼓，用课本书籍充当道具，玩起击鼓传花。他特意挑选内向的孩子提问，简单的问题让孩子们害羞地转头嬉笑。之所以在教室上课，沈劭义说，他们当天刚到织金，也是他和同学们的第一次碰面，因此这节课并非传统的体育课，更像是与同学们的“破冰见面会”。沈劭义观察到，学校校园篮球氛围浓厚，教学楼墙上贴着篮球明星海报，不少孩子随身带着篮球。可孩子们的运动习惯并不科学，缺少系统基本功训练。沈劭义计划依托北体专业知识，夯实运动基础减少运动损伤，遵循“学练赛评”打造趣味课堂，向学生传递健康生活理念。

北京体育大学体育支教志愿服务团总领队彭翔吉介绍，西部乡村学校普遍存在体育师资缺口，课程形式较为单一。本次支教秉持“健康第一、以体育人”理念，不追求高难度竞技，坚持因地制宜开展教学。志愿者立足学校实际设计接地气的课程，夯实基础体能，普及运动防护知识，将团结协作、拼搏守规的体育品德融入每节课。不止上好40分钟体育课，团队还通过社团、大课间、校园联赛营造校园体育氛围，同时与当地教师结对教研，开展集体备课，为当地留下可持续的教学力量。

新学期，支教志愿者用一堂堂鲜活的体育课，让更多孩子愿意运动、学会运动，在奔跑跳跃中向阳成长。

眺望亚运

本报记者 郜国华

爱知-名古屋亚运会举重项目将于9月23日至29日举行。作为洛杉矶奥运周期举重级别改革后的首个综合性国际大赛，本届亚运会将对亚洲举重进行全面检阅。本届赛事规则、公斤级别、参赛名额全面更新，完成大规模新老交替的中国举重队，以奥运冠军李雯雯、刘焕华领衔的“两老带八新”阵容出征。在亚洲群雄崛起的背景下，举重队的“中考”之路充满挑战。

本届亚运会启用全新奥运级别，同时实施严格名额限制，各队男女最多各出战5个级别，中国队精选5男5女共10名选手，参赛阵容呈现鲜明的新老交替特征。队伍仅保留李雯雯、刘焕华两名奥运冠军压阵，其余8名选手均为亚运首秀。具体阵容为：女子53公斤级赵金兰、61公斤级杨柳月、77公斤级何仁秀、86公斤级吴艳、+86公斤级李雯雯；男子60公斤级杨洋、65公斤级何岳基、85公斤级陈舜楠、95公斤级涂艺、110公斤级刘焕华。杭州亚运会主力李发彬、谌利军、侯志慧、罗诗芳等名将淡出，年轻队员凭借亚锦赛、国内赛事的出色表现脱颖而出。他们虽然冲劲十足，但欠缺国际综合大赛抗压经验，临场稳定性成为最大考验。

从近期竞技状态看，中国小将已展现出强劲的上升势头。在今年亚锦赛上，何岳基斩获男子65公斤级三金，刷新挺举、总

本报记者 顾宁

9月1日，新学期开学，北京体育大学体育支教志愿服务团的志愿者走进甘肃东乡、临夏的多所乡村校园，走上讲台、踏

入操场，带来一堂堂不一样的开学第一课。游戏互动、鼓励陪伴成为课堂上的关键词，它让乡村孩子在运动中舒展身心，收获自信与快乐。

在甘肃省东乡族自治县第五中学的操场上，邱玉文站在队伍前方，带领学生舒展肢体。之前，他提前向学校资深体育老师了解当地学生的情况。不少学生的家庭子女多，部分孩子缺少家庭陪伴，性格内向腼腆，不擅长主动表达。基于此，邱玉文放弃传统命令式授课模式，将尊重、关爱融入课堂。课上以团队游戏、集体训练、小组竞赛为主，鼓励学生大胆展示自我，在协作中建立集体归属感。

课堂上，一个瘦小男生的模样让邱玉文久久难忘。在游戏互动环节，这个男生始终低头摇头，不愿参与发言。面对孩子的胆怯自卑，邱玉文没有催促责备，而是耐心陪着他完成课堂任务，课后单独给予肯定。“他笑着望向我的眼神非常纯粹，那一刻，我真切



支教志愿者带领学生做准备活动。

郑钦文心中那团火又开始燃烧了