



蜿蜒但充满光明 谢晋的追梦之路

从东莞阳光五小到恒大足校、北大附中，再到西班牙，16岁的谢晋，走了一条不容易走的路，好在，这一条路是光明的。

P 14/15

2026.06.08 星期一
足第 4018 期

SOCCER NEWS

本期 16 版 零售价 5 元
总第 6291 期

本报内容，未经许可，不得转载、摘编

■ 逢周一出版 ■ 国内统一连续出版物号 CN 44-0019 ■ 广州日报报业集团 广州日报社主管、主办 ■ 广州传媒控股有限公司出版

最大

最累

最贵

最远



最特殊的世界杯 我们看什么？

撰稿/寒冰 当地时间 6 月 11 日，2026 年美加墨世界杯就要正式拉开帷幕。这是注定将载入史册的世界杯——48 队 104 场比赛、39 天超长赛期、参赛队总身价突破 170 亿欧元、史上最贵的球票价格、16 座城市跨越 3 个国家 4 个时区、最大 4500 公里地理跨度……

四个“史上最”的美加墨世界杯，将世界杯的赛事规模、球员体能、商业价值和地理距离边界都提升到了新的上限。

这是史上规模最大的世界杯，参赛队扩军 50% 达到 48 支，包括库拉索、佛得角、约旦和乌兹别克斯坦 4 支新军和多达 14 支久违大赛的准新军。104 场比赛，1247 名球员参赛，世界杯进入“百场千员”时代。赛期从 30 天拉长到 39 天，大量中小球队涌入以及新增的 1/16 决赛，实力悬殊的大比分与黑马爆冷的概率并存。

时隔 28 年重返世界杯的挪威队，坐拥 2 亿欧元身价最高球员哈兰德，全队身价 6 亿欧元跻身世界杯前 10，谁又敢说挪威是“新军弱旅”，而不是可以冲击 8 强的劲旅？热身赛西班牙就

已被 40 年后重返世界杯的伊拉克逼平，谁又敢小觑这些睽违世界杯多年的陌生面孔？更何况小组第 3 都有机会出线，淘汰赛一向是冷门温床，这届世界杯以弱博强将是常态。

然而规模更大的赛制，意味着传统劲旅主力中超过 160 名球星要连续三个夏季征战大赛。叠加刚刚结束的高强度联赛、欧战带来的疲惫感，以及传统世界杯前休整期的缩短和比赛场次的增加，让这届世界杯注定成为最累的一届。小组赛仅 48 小时休整期，之后淘汰赛无缝衔接，再加上北美盛夏高温高湿和极端雷暴天气，辗转比赛地的长途劳顿，球员体能将在极端比赛环境下达到极限。世界杯是去年世俱杯的放大版，带给球员们的身心俱疲状态也将远超以往。

48 队总身价高达 174 亿欧元，法国、英格兰、西班牙和葡萄牙 4 队身价超 10 亿欧元，哈兰德、亚马尔、姆巴佩三位“2 亿级先生”领军，这是史上最贵的世界杯。但这最贵的不只是球员身价，还有因凡蒂诺高调宣布的创纪录版权和商业收入，以及因动态票价机制飙升的票价与

食宿交通价格。国际足联预测本届世界杯将带动全球超过 800 亿美元的经济产值，只是相比 4 年前的卡塔尔世界杯，票价数倍甚至数十倍的暴涨，让大多数普通球迷望而却步。本该属于全民的世界杯，变成了国际足联和票贩子暴富的“摇钱树”。

最长 4500 公里的地理距离，16 个城市跨越 4 个时区，球队赛事行程最高可达 2.8 万公里。其间还要经历加拿大西海岸的温润、美国的高温高湿和墨西哥的高原酷热，这是史上首次几乎由整个大陆主办的世界杯。某种意义上，这届世界杯因为地理与气候边界的空前扩张，正在把足球变成 39 天的“铁人三项赛”。

无论如何，美加墨世界杯终究达到前所未有的全球覆盖度和商业价值最大化。这是一场空前的属于全球的足球嘉年华，也是一次裹挟了 48 国(地区)的全球文旅狂欢。人类命运共同体能承载的大型体育赛事规模上限到底在哪里？足球系统的全球化推广的边界又到底在哪里？北美时间 6 月 11 日，答案就将正式展开。



■库拉索首次进入世界杯正赛,全民狂喜,但在正赛阶段,在比分上捍卫尊严将是他们的首要任务。

挪威负责制造惊喜?

撰稿/寒冰 18支直接阔别世界杯12年或以上的“新军”之中,挪威队是唯一的另类。不仅因为队内有身价并列世界第一的哈兰德(2亿欧元),仅他一人身价就超过了库拉索、佛得角、乌兹别克斯坦和约旦4支新军全部102名球员的总和(1.65亿欧元);还因为挪威全队身价高达6亿欧元,在世界杯48队之中排名第9位,甚至超过老牌劲旅比利时(5.43亿)和冠军队乌拉圭(4.05亿)。世界杯传统8强之外,时隔28年重返世界杯的挪威队,是剩余40支球队身价最高、球星个体身价最高的领先者。这样的挪威队,已经天然是世界杯16强乃至8强的有力竞争者。

除了高昂的身价,夺冠赔率也显示挪威队实力甚至属于第一梯队的“队尾”。西班牙(4.5)、法国(5.0)、英格兰(6.5)排名三甲,挪威(25)排名第9,与球队身价匹配,与第8名的荷兰(20)相当,还将第10位的比利时(33)甩在身后。相比之下,世界杯新军之中佛得角、乌兹别克斯坦、库拉索夺冠赔率(2000),海地更低(3000),是挪威的80-120倍。18支至少睽违世界杯12年的“新军”之中,夺冠赔率最接近挪威的是土耳其(81)、奥地利和巴拉圭(151),挪威队的断崖式领先可见一斑。

而且,挪威队虽然睽违世界杯长达32年,但这支挪威队堪称队史空前的“黄金一代”。除了身价并列世界第一的哈兰德,还有刚带队夺得英超冠军的队长厄德高,随水晶宫拿到欧协杯冠军的拉尔森。全队26人多达17人效力五大联赛。世界杯前,挪威队是最被看好成为世界杯强队秩序的挑战者,就像1998年的克罗地亚、2002年的土耳其。

这支挪威队进攻端人才济济,哈兰德领衔的锋线,连同身后的攻击中场厄德高、鲍勃等人均在五大联赛效力。就连以往拖后腿的中后场,也有超过10人效力五大联赛。这支挪威队完全具备了进入16强甚至8强的纸面实力,具体能走多远还要看淘汰赛对手的实力和状态。

挪威举国对哈兰德领衔的“黄金一代”充满信心,赛前挪威全队拍摄了维京海盗主题的出征宣传片,霸气尽显。欧美媒体也普遍对挪威队高看一眼,只要从法国、塞内加尔和新军伊拉克所在的小组出线,淘汰赛对手普遍不强,像32年前一样进入16强,乃至冲击8强都有很大希望。

相比其他“新军”的定位是力争少失球,不创造大比分失利,挪威队的世界杯目标从一开始就是坐稳第二梯队,冲击第一梯队,他们注定了将是本届最大的“惊喜制造者”。

最大世界杯

拒绝“惨案” 新军的使命召唤

撰稿/寒冰 48支球队,1247名球员,再加上16座举办城市,空前漫长的39天赛程,104场比赛……2026年美加墨世界杯,是史上参赛球队最多,规模最大的世界杯。因为参赛队规模增加了50%,世界杯增加了不少新面孔。库拉索、佛得角、约旦和乌兹别克斯坦4队是首次参赛,还有阿尔及利亚、波黑、科特迪瓦、新西兰、巴拉圭、南非、捷克、土耳其、奥地利、挪威、苏格兰、伊拉克、海地和民主刚果14支球队,是至少睽违了世界杯12年之后的回归。

18支新军或准新军,占了全部参赛队的37.5%。而4年前的卡塔尔世界杯,32队仅有东道主卡塔尔1支新军,威尔士和加拿大两队是时隔12年回归世界杯。世界杯扩军令新军和准新军大量增加,48队间悬殊的实力也令外界普遍担忧:新军们如何在实力、经验均远逊于对手的世界杯上,捍卫自己的尊严?

18支新军创纪录 前车之鉴不远

此前的世界杯,新军或久违回归的准新军因经验不足,时常在世界杯制造出惊人的大比分。2018年世界杯新军巴拿马小组赛被英格兰6比1横扫,2010年时隔44年重返世界杯的朝鲜队小组赛被葡萄牙7比0大胜,1998年首次参赛的牙买加0比5惨败阿根廷,1990年世界杯新军阿联酋1比5惨败德国队。1982年世界杯匈牙利10比1狂胜新军萨尔瓦多,这也是世界杯新军史上最惨痛的失利。

近40年亚洲一流的韩国队,1954年首次参加世界杯,小组赛两场净负16球,先后被匈牙利(9比0)和土耳其(7比0)横扫。韩国队成为单届小组赛失球数最多的世界杯新军,超过踢了3场小组赛的扎伊尔和海地(14球,1974年),萨尔瓦多

(13球,1982年)。1974年世界杯,非洲新军扎伊尔被南斯拉夫9比0横扫,中北美新军海地1比7负于波兰。时隔52年,扎伊尔已更名为民主刚果,与海地一起回归世界杯,令人们开始担心这些新军和准新军在世界杯上的表现。

世界杯新军缺乏实力和经验,再加上若赛程不利,首战就遭遇欧美顶级劲旅,就会大概率出现崩盘的大比分失利。即便像哥斯达黎加、沙特这样能连续参加世界杯的常客,也因来自实力普遍不足的中北美洲和亚洲,同样会制造出0比7(2022年,西班牙)和0比8(2002年,德国)的超大比分。而其实酿成“惨案”之际,沙特队也才参加了3届世界杯,哥斯达黎加只有5届。

不过,18支世界杯新军或准新军,“新”并不代表没有实力。这些球队大体上分为两类,一类是各大洲传统劲旅,只是扩军前受名额所限或处于低谷期未能稳定出线。科特迪瓦、阿尔及利亚、土耳其、捷克、乌兹别克斯坦和伊拉克就是如此。而库拉索、海地、佛得角、民主刚果则是批量归化的受益者,依靠近年来从海外输入归化人才完成了实力的升维。新西兰完全是占了大洋洲首次独占1个名额的优势,波黑靠欧洲区附加赛连续两场点球大战的运气突围,他们被制造“惨案”的可能性才是最大的。

热身赛看端倪 赛程决定命运

世界杯前的热身赛,其实已多少可以看出一些端倪。这些欠缺经验的新军和准新军,表现可谓天差地别。科特迪瓦2比1爆冷击败法国,伊拉克1比1逼平西班牙,两大夺冠热门都栽了跟头,多少让人们对新锐力量的表现多了信心。不过,伊拉克队小组赛要面对挪威、法国和塞内加尔,赛程令人捏一把汗。

至于欧洲第二梯队的奥地利,今年连胜3支世界杯参赛队,表现突出。土耳其也是三连胜,不过对手略逊一筹。捷克和波黑都是欧预赛附加赛一路靠点球大战运气过关,真正的实力很难高于预期。波黑今年连续4场常规时间不胜,刚被中北美弱旅巴拿马逼平。反倒是不被看好的苏格兰,世界杯前连续两场4球大胜,状态火热令人印象深刻。

真正令人担心的,还是来自足球不发达地区的新军。世界杯史上的大比分新军惨败,基本集中在亚洲、中美洲和加勒比海地区,今年又多了大洋洲。海地和乌兹别克斯坦热身赛表现尚可,至少防守端有一定质量。约旦是亚洲出线球队中世界排名最低的球队,刚刚1比4惨败欧洲二流的瑞士队。约旦偏偏首战就要面对风格与瑞士相似的奥地利,之后又要对垒非洲和南美劲旅阿尔及利亚、阿根廷,恐怕凶多吉少。

新西兰从去年6月迄今11战仅1胜,刚在美国0比4惨败海地,让人们很难对大洋洲代表寄予厚望。

同样主要依靠本土球员的南非,新年以来4战不胜,甚至连无缘世界杯的尼加拉瓜都无法击败,被认为是最可能铩羽而归的非洲球队。

4支新军之中,库拉索和佛得角几乎全靠归化球员,赛程不利,实力不足是最大问题。今年热身赛库拉索已三连败,3月甚至输给无缘世界杯的国足,1比5惨败澳大利亚,又主场1比4惨败欧洲三流的苏格兰。短短3个月两度换帅,有“荷兰三队”之称的库拉索,首战就是对阵每战必尽全力的德国队,不禁让人联想到当年被打成0比8的沙特。佛得角首战是同样实力高出一筹,4年前曾打出7比0的西班牙。

想要保住尊严,世界杯新军恐怕就要做好积极的防守,降低心理预期,由此才能避免本届杯赛“惨案”横行。



最累 世界杯

奔波中的疲惫战 究竟能有多精彩？

撰稿/寒冰 已连续两个夏季征战大赛决赛的帕尔默，正在伊比萨岛享受三年来第一个正常的休赛期。落选英格兰队的他固然沮丧，但至少他无须再受到北美炎热天气和过度疲劳的折磨。然而，他的俱乐部队友库库雷利亚、恩佐·凯塞多、内托都要连续3个夏季征战大赛。比他们更加疲惫的是5月30日才踢完欧冠决赛的巴黎阵中的大部分国脚球员，他们基本上同样参加了此前的两届大赛。

国际职业球员联合会(FIFPRO)建议参赛球员在夏季大赛前至少拥有28天的休整期。建议归建议，现实是残酷的。去年北美世俱杯前，参加过2024欧洲杯的球员里只有14%的球员得到了28天休息，而参加了同年美洲杯的球员中得到28天休息的人数更少，只有9%。更糟糕的是，世俱杯后很多球员仅得到了不到20天的休息，新赛季就开始了。今年世界杯，是球员休整时间不足连续第三个夏季大赛。大巴黎球员在欧冠夺冠庆典11天后，就要开始连续第三个夏季大赛的征程，而这次的赛程更漫长，高温天气也导致比赛环境更恶劣。

漫长紧张的俱乐部赛季，连续不断的夏季大赛，还有高温、雷暴、高海拔和大量长途旅行，都让美加墨成为史上最累的世界杯，没有之一。这样的背景下，世界杯的比赛质量又该如何保障？

连续三年几乎“无休”

5月30日的布达佩斯，卫冕欧冠的巴黎球员欢欣鼓舞，他们随后只能抓紧时间休息，因为他们中的大部分人将迎来更残酷的世界杯。2024年的欧洲杯和美洲杯，2025年世俱杯，2026年世界杯，大巴黎大部分国脚连续三年参加夏季大赛，几乎“无休”。这将他们的体能推向极限。去年夏天世俱杯带来的疲劳导致大巴黎在赛季初遭遇了大面积球员伤病和疲劳。哪怕恩里克在法甲赛场已经尽可能让主力轮休，也只能是暂时缓解球员们的疲劳。

中场核心维蒂尼亚过去3个赛季踢了145场俱乐部赛事，23场国家队赛事，合计168场，平均每赛季56场。2024年赛季结束到欧洲杯首战，他只休息了21天；2025年世俱杯前，他的休息天数减少到15天；今年世界杯葡萄牙队首战前，他的休息时间虽然达到19天，但他已连续两年进入欧冠决赛，连续3年征战夏季大赛，身体疲劳指数一直在增加。

相比联赛还能大面积轮换的大巴黎，大部分主力在英超和欧战几无休整的英格兰队才是3年“无休”的极致典型。阿森纳这个赛季踢了63场比赛，作为俱乐部和英格兰队双料中场核心，最近3个赛季赖斯在俱乐部踢了158场，英格兰队16场，合计174场，平均每赛季58场。去年夏才加盟阿森纳的苏维门迪171场，萨利巴170场，都是超过170场的马拉松式连轴转。

拜仁过去3个赛季的联赛场次比英超少12场，但凯恩依然在俱乐部和英格兰队合计踢了171场！而过去3个赛季真正的“铁人”则来自西甲。巴尔韦德总计踢了191场，马竞的阿根廷国脚阿尔瓦雷斯190场，算上2024年巴黎奥运会更是高达194场，平均每个赛季接近65场！这还是两队在两届大赛和国内杯赛表现不稳定的情况下。而这些连续3个赛季几无休整的球星，都要参加史上时间跨度最长的世界杯。

国际职业球员联合会的统计显示，至少有160名球员是连续3年参加夏季大赛的极限疲劳者。而他们又大多集中在夺冠热门、中量级强队之中，他们的体能和状态将直接影响到这些球队的比赛表现。

北美极端天气“火上浇油”

本届世界杯，除了史无前例连续三年参加夏季大赛的马拉松式疲劳，还有去年世俱杯上就已让各参赛队吃尽苦头的极端天气。首当其冲的是高温，今年因厄尔尼诺现象导致全球夏季气温普遍高于去年，北

美尤其突出。去年世俱杯的气温环境是平均实测35℃，体感温度超过38℃，水分加速流失给球员带来的疲惫感直线上升。尤文图斯对皇马一役，多达10名尤文图斯球员体感不适申请下场，即便上下半场各有3分钟补水时间也无济于事。

数据统计显示，在欧洲踢球的世界杯参赛球员明显不适应高温天气。以28℃为基准温度，温度每升高1℃，球员场均跑动距离就会下降至少1%；如果以32℃为基准温度，那么每升高1℃，球员场均跑动距离下降幅度提升到2%，高强度跑动则下降4%至6%，直接影响比赛的质量。比赛节奏变慢，传球成功率下降5%至8%，传统欧洲强队的优势将被明显削弱。而且补水、换人和球员受伤等长暂停情况下，补时普遍超长，进一步加剧了球员透支体能，战术部署也因此被打乱。高温环境比赛，还会增加热衰竭案例，球员伤病风险激增，导致球队随着比赛深入减员现象不容乐观。

以去年世俱杯为例，54%的比赛气温高于28℃，这属于高温风险标准；23%的比赛气温达30℃，这已是极高温风险标准；2场比赛气温超过32℃导致必须暂停。而这里的气温数值还只是天气预报数，实际受球场包围和几无顶棚的环境影响，球员比赛时地表和体感温度至少要高3℃。这是去年世俱杯的数值，而今年夏季北美的气温还将更高。

除了高温天气，人们更担心的是频发的雷暴，这是世界杯此前从未出现过的不可抗因素。去年世俱杯63场比赛就有6场因雷暴天气被迫推迟开球或中断等待，本菲卡的两场比赛各被中断长达115分钟和150分钟，总计耗时4个多小时才完赛。这种情况下比赛重启后球员体能已严重下降，比赛质量可想而知。而北美气象预告显示，今年夏季的雷暴天气同样比去年更多，这意味着世界杯可能有更多被迫长时间被雷暴中断的比赛，显然这是所有人都不想看到的极端情况。

科技保驾护航

撰稿/寒冰 相比去年世俱杯，今年美加墨世界杯不仅天气更热，球队比赛旅程更长，还增加了墨西哥海拔1500米至2200米的高温、高原极端环境。西班牙、哥伦比亚甚至英格兰队，都要体会至少一次可能的高原反应。不过此前欧洲豪门俱乐部已有多年在夏季到北美踢商业赛的经验，加上去年世俱杯的“彩排”，这些队伍在应对高温高湿、长途跋涉叠加的比赛环境方面不仅经验丰富，还有准备充分的高科技手段。当然，这也让传统强队在备战、伤病预防和恢复方面，拥有比中小球队更大的优势，很可能将成为球队命运的决定性因素。

英媒竞技网对此进行了深入调查，他们披露英格兰、法国、西班牙和葡萄牙等欧洲传统强队的后勤和医疗保障团队都有丰富的高温高湿环境比赛经验。德国、阿根廷甚至克罗地亚的备战方式则相对不同，因为这些球队在长期参加大赛的过程中形成了自己独特的备战传统。

克罗地亚是近年的特例，球队连续两届世界杯都打满了全部比赛，但主力阵容核心框架并未有重大改变。曾参加4届世界杯的克罗地亚队医巴赫蒂亚雷维奇表示克罗地亚拥有历史悠久且高水准的运动生理学研究成果，以及大赛积累的经验，可以最大限度减少极端比赛环境带给球员的影响。

英格兰队也做好了两套方案，若拿到小组第一，要到海拔2200米的墨西哥城踢1/8决赛，之后前往平均温度最高的城市之一迈阿密；若拿到小组第二，英格兰队将留在海拔和气温更低的多伦多，以及拥有温控系统的达拉斯球场，1/4决赛在虽然高温但仍比迈阿密或休斯敦体感更好的洛杉矶。但小组第二需要面对更长的比赛旅途，以及多次时区转换带来的不适，并不意味着实际比赛难度降低。据估计，极端情况下，一支世界杯球队在世界杯期间的总飞行里程高达2.8万公里。

法国队主帅德尚的观点很简单，就是尽可能少折腾：“尽量减少各方面计划的频繁变动，尤其是训练和比赛后的恢复，球员睡眠与饮食规律。”

今年6月，法国队已经前往美国进行热身赛，提前适应世界杯环境。

170 亿世界杯,能值回票价吗?

撰稿/南楠 2026 年美加墨世界杯开赛前夕,国内媒体记录过一位普通中国球迷真实的远征计划。一位来自上海的球迷将他的美加墨球票寄望于 FIFA 官方抽签抢票,然而几轮抽签全部落后后,他只能将目光投向溢价严重的二级市场。为了完成前往北美现场看完阿根廷小组赛和其他焦点赛事,他最终“忍痛”在二手市场上抢下了三张千元级美元档位的热门场次球票和一场平价小组赛门票,仅仅门票开销就超过 4000 美元。加上跨国机票和海外食宿,短短 10 天的跨洲观赛行程,整体花费接近 9 万元。

事实上,在本届世界杯天价票务行情下,这样奢侈的个人选择,早已不是孤例。

6 月 9 日,NBA 总决赛第三场的单场最低票价金额为 9365 美元,最高票价则为 73498 美元,而早在今年 5 月,世界杯决赛门票的价格在网上就已被炒到 230 万美元一张。天价门票的背后,是球迷对顶级竞技内容的期待,可随之而来的亦有泡沫争议:这些堆砌到极致的豪华身价阵容,能否真正匹配球迷的观赛体验、兑现球迷的高期待值,简单说,就是值回票价?

48 队扩容新赛制,超 170 亿欧元的总身价、英法双雄缔造的历史最贵阵容以及姆巴佩、哈兰德、亚马尔三位身价 2 亿欧元级别巨星同场竞技,层层叠加的豪华配置,究竟能否匹配球迷的高昂期待、真正值回票价?群星云集的赛场变局,又将如何搅动 2026 年金球奖的竞争天平?所有悬念,将在几天后逐一揭晓。

天价阵容,历史级盛宴

德国转会市场赛前更新的身价榜单,为这届世界杯定下了鲜明的基调。48 支参赛球队合计超过 170 亿欧元的总身价,是世界足坛青训体系日趋成熟、优质人才井喷、商业价值持续走高的缩影。事实上,本届杯赛的豪华质感,更是依托足坛多极化竞争的全新态势,稀缺度与观赏性兼具。

法国全队身价 15.2 亿欧元,英格兰也高达 13.6 亿欧元,双双刷新世界杯历史球队身价纪录,成为足坛史上最贵的两支参赛队伍。姆巴佩、楚阿梅尼、贝林厄姆、凯恩等一众亿元球星扎堆集结,让英法两队兼具厚实阵容深度与顶尖单点爆破能力都达到了顶级水准。这两支欧洲豪门牢牢扛起世界杯顶级豪门的身价大旗。

更具里程碑意义的是,本届杯赛诞生了足坛前所未有的画面:姆巴佩、哈兰德、亚马尔三位 2 亿欧元级别顶级巨星同届出征。姆巴佩、哈兰德和亚马尔,从历经三届世界杯的大赛王者,到正值当打之年的得分机器,再到年少成名的新生代标杆,三名顶尖战力同框对决,让这届世界杯的球星话题热度趋近梅罗时代的峰值。

然而,纸面身价的华丽从来不同等于赛场上的胜负。法国主帅德尚在 FIFA 官方专访中提到:“我们拥有史无前例的天价阵容,11 名千万级球星构筑豪华阵容,但足球的胜负从来不由身价决定。唯有赛



场真刀真枪下的表现,才能匹配这些高昂身价背后的期待。”

48 队扩容改制后,世界杯的赛事格局愈发多元包容,却也让强弱差距变得愈发极致。本届杯赛欧洲四强包揽近三成总身价,身价最高与最低的球队差距超 80 倍,强弱极致分明。这种极致反差,也让赛前最大的争议愈发清晰:史上最豪华身价的世界杯,究竟能不能摆脱泡沫争议,真正值回高昂的票价?

巨星决定赛事含金量

足球赛事的核心魅力,从来不是冰冷的数字比拼。豪门阵容的高身价决定了赛事的基础下限,而姆巴佩、哈兰德、亚马尔、登贝莱、凯恩以及维蒂尼亚这些顶级球星的临场发挥才是拉高赛事上限、兑现高昂门票价值的核心关键。

足坛传奇名帅弗格森在《泰晤士报》专访中精准拆解出三位 2 亿欧元级别巨星的价值差异,也点透了本届世界杯的核心看点。哈兰德的 2 亿身价,是联赛统治力佐证,单赛季 52 球的恐怖输出证明了他顶级的即战力;姆巴佩的核心优势,是独一档的大赛底蕴,手握世界杯冠军荣誉,历经多届顶级赛事打磨,绝境抗压、关键终结的大场面属性无可替代;而年少成名的亚马尔,极度需要世界杯的出色发挥来为自己背书,尽管两年前欧洲杯上他也表现出色,但世界杯是一个完全不同的舞台。

正因为如此,本届世界杯成了三位巨星的专属“价值检验场”。对姆巴佩而言,他无需证明自己的大赛能力,只需延续过往封神表现,专心带领法国队冲击卫冕,进一步巩固自己足坛顶流的地位;对哈兰德来说,这是他职业生涯首次征战世界杯,是打破“联赛强、大赛弱”刻板印象,完成自己在国家队正名的唯一契机;对 18 岁的亚马尔而言,这是他跳出联赛舒适区,在世界最高舞台兑现天赋,站稳足坛一线的关键一战。

而从球队的角度来说,作为天价阵容的核心代表,法国、英格兰、西班牙、葡萄牙等豪门的表现是赛事价值落地的根本。英格兰主帅图赫尔在接受英足总官方采访中说:“天价阵容的唯一意义就是用精彩的对决与胜利回馈高期待,不让豪华阵容沦为舆论笑柄。”这些赛前就被捧为夺冠大热门的豪门球队,更需要用精彩和稳定的表现,证明自己的天价阵容绝非虚有其表。否则,豪门球队身价虚高的泡沫一刺即破。

德国转会市场资深分析师认为:“48 队扩军让世界杯的容错率变高,冷门诞生的概率大幅增加,草根球队的团队韧性,完全足以掀翻身价数倍甚至数十倍于自己的豪门。”而消解身价泡沫、稳住赛事质量的核心,就是顶级球星的高水平临场发挥,是足球不可预计的精彩和韵味,这也是让世界真正值回票价的核心因素。

说到底,球迷愿意为超高票价、顶级流量买单,期待的从来不是纸面身价的堆砌,而是天赋的极致绽放、是足球场上的悲欢离合,更是那些足以载入史册的瞬间。当顶级球星一锤定音,当豪门对决精彩纷呈,当新星不断创造惊喜,那么,超 170 亿欧元的历史顶级身价才能从冰冷的数字转化为看得见、摸得着并且触及球迷灵魂的价值。

是金球格局,也是足坛新篇

如果说球星发挥决定了本届世界杯的赛场成色,那么世界杯冠军的归属,极大可能将直接改写 2026 年金球奖的竞争格局。

作为金球奖主办方,《法国足球》的评选规则多年来保持稳定且公开透明。根据官方公示的核心评选标准,奖项评判核心分为三大维度:优先考量球员单赛季个人赛场表现与关键发挥,其次参考团队荣誉成就,最后辅以球员职业素养与生涯履历。这就意味着,在本年度众多球星俱乐部战绩差距微弱、竞争极度胶着的背景下,四年一届的世界杯,将成为打破排名

平衡、实现名次逆转的最大决定性变量,直接左右最终的金球归属。

姆巴佩是本届金球竞争的热门之一,也是最具主动权的竞争者。手握世界杯冠军履历,常年在大赛舞台稳定封神,只要他能带领法国队成功夺冠,个人斩获金靴或最佳球员荣誉,即便俱乐部赛季表现平平,也足以凭借世界杯荣誉在金球奖竞争中手握巨大的优势。相比之下,哈兰德跻身金球核心候选的唯一路径是带领挪威队刷新队史最佳战绩,个人持续贡献高光数据,否则挪威人永远是候选。与哈兰德同样的球员实际上还有凯恩、赖斯以及维蒂尼亚。登贝莱虽然手握两个欧冠,但是今年他在欧冠淘汰赛和决赛上的表现,远远没有达到去年的说服力。

亚马尔则是本届金球竞争中最具惊喜的新生代变量。18 岁的年纪,已在西甲、欧冠赛场展露顶级天赋,2 亿欧元的身价,是整个足坛对其潜力的最高认可。但年纪偏小、大赛履历匮乏是他的致命短板。本届世界杯,是他正式进军金球奖舞台的最佳平台。若能以核心身份助力西班牙夺冠,亚马尔更是有望刷新金球奖最年轻获奖纪录,开启属于自己的新时代。只可惜,伤病是他首先必须克服的第一道难题。

后梅罗时代的足坛早已没有稳固王朝,每一届大型洲际赛事,都是足坛荣誉重新洗牌的关键节点。在常规俱乐部赛事难以拉开差距的年份,世界杯上现象级的高光表现,往往具备一锤定音的评选分量。2018 年的莫德里奇正是凭借世界杯亚军的史诗级个人表现,打破梅罗长期垄断,逆势拿下当年度金球奖。

每一次世界杯的身价迭代,都对应着足坛时代的更迭。170 亿欧元以上的天价盛宴,绝非单纯的商业泡沫狂欢,而是世界足坛人才迭代、格局重塑的舞台。这届世界杯,从某种意义上说,已在悄然敲定 2026 年金球的归属,也在书写全新的世界足坛秩序与时代篇章。

办赛城市最多、球队行程最远的一届世界杯，

考验着美加墨的组织和统筹能力。

3国16城的联动，

既考验现代城市的办赛能力，又考验沟通协调能力。

美加墨的办赛经验，

对未来的“大模样”世界杯无疑将起到标杆作用。

最复杂办赛试验 超大型赛事摸索之路

最远 世界杯

土耳其当地时间 2026 年 6 月 6 日，伊朗国家足球队从安塔利亚机场启程前往墨西哥蒂华纳，参加本届世界杯。

撰稿/南楠 2026 年 6 月 5 日，伊朗队后勤总监迈赫迪·哈拉蒂终于收到了一条好消息，美国驻土耳其安卡拉大使馆核发了伊朗全队 26 名球员世界杯期间的美国签证。当然，好消息背后也有坏消息，而且不止一个：一是包括伊朗足协主席塔杰在内的十多名后勤、行政和足协管理人员被美国拒签，二是伊朗队的赴美签证没有开放美国境内的住宿许可，伊朗队必须在比赛日当天往返墨西哥蒂华纳和美国的比赛城市。

这就意味着，小组赛开始后，哈拉蒂必须安排全套训练器械、冷藏补给等用品，混杂在跨境车流之中排队过关进入美国，哪怕一切顺利，他们也要花费三个小时才能到达赛场。一旦遇上美墨口岸的临时安检拥堵，伊朗队的备战节奏恐怕会被全盘打乱。哈拉蒂在接受伊朗媒体采访时直言，相比场上对手，绵长的边境线与割裂的跨境管控，才是悬在球队头顶的最大难题。

伊朗队尴尬的边境通勤，在某种意义上撕开了那块遮盖 2026 美加墨世界杯热闹表象下统筹短板的薄纱。

【碎片化治理】

无法规避的统筹劣势

2026 美加墨世界杯是人类足球史上首次由三国联办、首次有 48 队参加、首次办赛纵深近 5000 公里的世界杯，16 座承办城市里有传统大都市、内陆工业城，还有拉美高原古城。在全球经济复苏乏力、各国财政趋于保守、北美跨境治理壁垒持续存在的大背景下，2026 美加墨世界杯早已超越竞技层面，成为一场超大规模洲际全域办赛统筹能力的大考。

2026 年之前，韩日世界杯作为足坛唯一跨国合办世界杯的先例，相比美加墨，韩日两国地缘相近、文化相通、行政协同成本较低，更多是形式上的分工。而 2026 年美加墨则是真正意义上跨制度、跨经济体、跨文化的复杂赛事协作。美国、加拿大、墨西哥三套独立的出入境体系、安保标准、市政规则、财税制度，构成了本届世

界杯统筹工作的底层矛盾。16 座办赛城市看似构成一张完整赛事网络，实则是 16 套独立运转的城市治理单元，碎片化治理缺乏统一的顶层行政纽带。

临时补丁式协作，是美加墨联办世界杯的核心特征。美加西北跨境圈是最典型的缩影。西雅图与温哥华联动承办十余场赛事，组委会预估超 75 万球迷跨境往返观赛。西雅图 2026 世界杯组委会首席战略官帕特尼接受采访时坦言：“为满足大量通关客流，两地不得不搭建临时专属通关机制、简化球迷入境流程、增设临时安检通道。”加拿大边境服务局也公开证实，赛事期间所有通关便利均为短期专项政策，赛事结束后即刻恢复原有管控标准。

文化较为接近的美加尚且如此，一直以来矛盾重重的美墨边境治理割裂则表现得更为突出。墨西哥拥有浓厚的足球氛围，大量球迷计划自驾北上前往得克萨斯州、加利福尼亚州观赛。墨西哥交通运输部为适配赛事客流，主动开通多座城市直达美国办赛城市的球迷专线，简化陆路查验流程。但美国得州交管部门则表示，美墨两地的大客流应急体系、交通调度逻辑和安保处置标准无法兼容，海量瞬时客流涌入，极易引发口岸拥堵、城郊交通瘫痪。

一边是发达国家严苛规范的行政体系，一边是新兴市场灵活务实的民生需求，诉求不同、资源储备不同、治理逻辑不同。体育经济学教授马西森在《财富》杂志访谈中一针见血地指出：“美加墨联办世界杯的最大成本，不在基建层面，而是无休止的协调成本。”制度碎片化带来的资源错配、权责交叉、执行割裂，是市场化跨国办赛无法根治的先天短板。赛事推进全程依靠多方博弈、临时妥协、市场调节维持平衡，缺乏自上而下的统一调度让本届世界杯的统筹容错率被压至历届最低点。

【美加墨的困境】

市场与统筹间的平衡

2026 世界杯的大背景是地缘摩擦趋近频繁，同时全球通胀高企、各国财政收

紧，因此本届世界杯摒弃了往届豪掷基建的模式，选择最大化盘活存量资源，这也成为经济低迷周期里最为务实的办赛方案。

世界顶尖的体育、会展及娱乐场馆设计与咨询公司博普乐思负责人基斯在墨西哥世界足球峰会上表示，本届赛事 95% 以上场馆均为成熟场馆改造而成，无永久性新建专业球场。美国依托 NFL 橄榄球场临时改造，加拿大复用职业联赛球场，墨西哥则沿用两届世界杯老牌经典场馆，极致压缩基建沉没成本，规避了大型赛事赛后场馆闲置、资源浪费的通病。

这套模式的经济性毋庸置疑，但市场化主导的办赛逻辑，也暴露了统筹精细化的短板。16 座办赛城市依据市场能级自然分层：纽约、洛杉矶承接半决赛和决赛这样的核心场次，聚拢高端资源与顶级流量；达拉斯、亚特兰大等中西部工业城市，依托平价观赛客流激活本地消费、对冲长期以来的制造业疲软；墨西哥办赛城市则是借赛事资金补齐老旧城市交通、管网等民生基建短板。

标普全球宏观研究员卡尔·凯肯德尔的调研显示，市场化自主分配下，赛事红利呈现极端的马太效应：头部城市名利双收、商业收益拉满，中小承办城市投入成本高、客流波动大、赛后收益转化乏力，城市间冷热失衡、资源不均的问题十分突出。

事实上，FIFA 为适配目前不断消费降级的市场环境，在本届世界杯推出动态分层票价体系。FIFA 首席商务官盖伊解释，动态分层票价体系的核心逻辑是高端套票锁定商业营收底线，平价门票保障普通球迷的观赛权益，这是 FIFA 在平衡世界杯的商业价值与大众属性中的关键举措。

理想总是丰满的。现实中的市场调节只能适配需求，无法平衡矛盾。热门赛事城市别说一票难求，甚至一房难求，配套的是物价暴涨，而冷门赛事城市配套闲置、资源浪费；球队跨区全靠自主规划，长途奔波、时区切换、体能损耗等现实问题，组委会均无法统一解决。

可以肯定的是，美加墨这套市场化、

轻量化、存量化的办赛模式适配了当下全球经济大环境，但这届世界杯缺少统一宏观统筹的天生弊端，也让赛事全程处于“被动适配风险”而非“主动掌控全局”的状态。

【48 队时代】

全球探寻办赛最优解

2026 年是一个时代的开端，因凡蒂诺多次公开强调，2026 美加墨世界杯是 48 队新时代的终极试验场。事实上，2026 年也是世界杯联办时代的开始，2030 年世界杯，西班牙、葡萄牙和摩洛哥主办之外，乌拉圭、阿根廷和巴拉圭三国也同有赛事进行。扩军后的世界杯，球队扩容、场次翻倍、赛事体量激增，单一小国已无力独立承接，多城联动、分区办赛、大国承载是未来足坛大赛的必然趋势。

美加墨用一次真实的大赛实践，验证“多国联办世界杯”的上限与短板：商业足够繁荣、硬件足够顶尖、市场足够成熟，但制度割裂、统筹乏力、内耗严重，难以规避系统性风险。反观大国单一主体全域办赛模式，凭借统一的治理体系、高效的动员能力、均衡的资源调配，展现出更强的稳定性与安全性。但同时也警示：高效统筹绝不等于完美办赛，如何降低行政成本、激活市场主体、丰富消费生态、拉长产业链条是必须攻克的课题。

严格意义上说，北美大陆承载着世界杯有史以来最复杂的一次办赛试验。美加墨依托成熟的职业体育市场，走出了一条轻量化、市场化的跨国联办道路，也暴露了碎片化治理下无法消解的统筹困局。对所有具备全域办赛能力的大国而言，这是一次最好的理性审视：强大的组织动员、统一的统筹调度，是超大型赛事的安全底座；而活跃的市场生态、精细的商业运营、多元的产业活力，是顶级大赛的品质上限。

2026 年美加墨世界杯的这场时代大考，没有绝对的失败者，也没有绝对的标准答案。它留给世界足坛的，是两种办赛模式的深度对照，更是未来超大型赛事发展最清醒、最务实的前行方向。

国足转战金华，邵佳一本土首秀

记者陈永报道 6月5日晚和新加坡队的比赛结束后，国家队全体将士来到中国球迷所在的客队看台，大家一起合影留念，这样的一幕让人欣慰不已，国足的客场比赛这么多年来始终有球迷的陪伴。

这场比赛是邵佳一执教国家队之后的第三场比赛，也是连续第三个“客场”比赛。6月9日19时35分(周二)，国家队将回到主场对阵老对手泰国队，“这场比赛是新帅邵佳一上任后在国内进行比赛的首秀，诚邀全国球迷与我们一起并肩作战！并共同见证武磊百场纪念仪式的荣耀时刻！金华等你！”中国足协表示。

热身新加坡，复刻险情

本年度6月国际比赛日的两场比赛，国家队的比赛安排颇有玄机，有种从哪里跌倒就从哪里爬起来的意思：在2024年进行的2026世界杯亚洲区预选赛36强赛中，国家队在第三轮比赛中客场2比2战平新加坡队，一度让出线前景蒙上阴影，而到了第五轮，国家队在主场和泰国队1比1战平，更让出线形势变得极为危险。当然，国家队最终还是惊险地晋级18强赛，但这两场比赛给球迷留下了深刻的印象。

此次国家队选择了客场对阵新加坡、主场对阵泰国，和此前的比赛多少有一些关系。在和新加坡的比赛中，国家队还是遭遇了此前36强赛时的险情，这场比赛的进程和36强赛一样，国家队上半场2



6月9日，国家队对阵泰国队的比赛，中国足协将为武磊举办国家队百场纪念活动。

比0领先，下半场场面颇为被动，被新加坡追回一球，好在最终赢得了胜利。

国家队的热身赛安排并不仅限于这些亚洲对手，3月的国际比赛日对阵库拉索和喀麦隆队，是国家队适应国际主流比赛风格的重要方式，毕竟在亚洲范围内，要想通过热身赛感受世界主流的对抗强度和转换节奏，难度还是比较大的，有价值的对手无外乎日本、韩国、澳大利亚、伊朗等少数几支球队。

国家队连续三场比赛都是“客场”作战，这对于适应旅途、客场场地、比赛氛围、判罚标准等都是非常重要的，其中和库拉索及喀麦隆的比赛在澳大利亚的悉

尼、墨尔本进行，实际上是中立场地比赛，和新加坡的比赛则是标准的客场比赛。邵佳一在和新加坡的比赛后表示：“新加坡队在他们的主场是非常棒的队伍，这场比赛对我们是非常困难的，但这是我们必须完成的使命，对国家队队员来说也是必须经历的，客场的比赛价值非常大。”本场比赛现场球迷数量不算太多，只有4688人，其中还包括数百名中国球迷。

战泰国，须找回节奏感

告别了“三连客”，邵佳一带着国家队首次回到主场比赛，面对的是泰国队。在国际足联排名上，中泰两队是非常接

近的。这是我们必须面对的现实：中国足球在过往多年一直处于下滑的态势，国际足联排名从此前的亚洲前十已降到了亚洲第十五左右。记者在2019年亚洲杯之后曾经预测过国足的排名将持续下滑到十五名左右，事实也证明了这一点。

和泰国的这场比赛，国家队需要及时找回比赛节奏感，毕竟在和新加坡的比赛中，国家队在下半场因为换人名额高达10人而出现了一定程度的混乱。如此换人其实基于多个层面的考虑：其一，国家队下半场的体能状态出现了一些问题，不得不说，在过去的4月、5月，中超密集的赛程确实给球员的体能状态和比赛状态造成了不小的影响，中超在两个月的时间里进行了12轮比赛，其中包括三次隔周双赛，各队都出现了大面积的伤病及疲劳情况，这自然会影响到国家队的备战；其二，邵佳一毕竟刚刚执教国家队，他需要多方位考察球员，自然会在热身赛中给入选的国脚们出场机会，由此带来的思想不统一、技战术轮换，是必须承受的代价。

随着比赛的增多和磨合的深入，国家队需要及时找回正常的比赛节奏，尽可能全面模拟正式比赛的节奏，即按照每场5人的换人名额或者稍高于这个换人名额来应对比赛。在邵佳一的战术体系中，压迫是重要的选项，唯有正常的比赛模式才可以真正检验压迫的质量和持续时间，包括体能下降时的技战术应对。

A级赛“百场先生”殿堂，武磊第八！

撰稿/寒冰 6月5日晚，国家队客场2比1击败新加坡的热身赛，是武磊职业生涯的里程碑式一战：第81分钟，武磊替补出场，完成自己在国家队A级赛的第100次出场，成为国家队史上第八位“百场传奇”国脚。从2010年东亚杯完成国家队首秀开始，历经十六年零三个月的漫长坚守，武磊终成为中国球员的功勋名将之一。6月9日晚，国家队主场迎战泰国队，足协将为武磊举办国足A级赛百场纪念仪式，这既是对武磊百场征战突出成就的表彰，更是对中国足球年青一代的激励。

百场里程碑，坚守不易

这100场A级赛的里程碑，武磊等了整整16年。2010年2月，武磊首次入选国家队东亚杯大名单，第3场对中国香港，武磊替补出场完成首秀。在这100场A级赛中，武磊首发84场，替补16场。16年的坚守，武磊征战了4届亚洲杯和4届世界杯预选赛，继2023年的张琳芃之后，武磊成为国家队史上第八位A级赛百场国脚，与榜首的李玮锋还有12场的差距。从A级赛首秀到成就百场，武磊的等待时间超过了郑智(接近16年)，在国家队历史上

的8名“百场先生”中，他是耗时最长的，可见漫长坚守的不易。

武磊在100场A级赛中总共为国家队攻入36球：4届世预赛39场攻入20球，是国家队的世预赛射手王，其中在2022年世预赛中，武磊在36强赛和18强赛中总计攻入12球，是国足单届世预赛射手王；此外，他在42场A级热身赛攻入11球，10场亚洲杯攻入2球，5场东亚杯攻入2球，4场亚洲杯预选赛攻入1球。

武磊曾攻破澳大利亚、日本、卡塔尔、伊拉克、乌兹别克斯坦等亚洲劲旅大门，还曾在关键比赛中攻入关键球。2013年11月亚洲杯预选赛，武磊进球，国家队主场险胜印尼，以成绩最好的小组第三名幸运入围2015年亚洲杯。

在连续3次无缘世界杯亚预赛最后阶段后，国家队又连续3次杀进世界杯亚预赛最后阶段小组赛，武磊功不可没：2016年3月的40强赛，武磊末轮进球击败卡塔尔，帮助国足时隔3届后再次进入世预赛亚洲区最后阶段小组赛；2021年6月的40强赛末战，武磊射入点球击败叙利亚，国足跻身5个成绩最好的小组第二，惊险进入12强赛；2024年36强赛，武

磊主客场对新加坡连续梅开二度，国足力压泰国队进入18强赛。

在武磊有进球的30场A级赛中，国家队24胜5平1负，胜率高达80%。武磊最近一次为国足进球，是2024年3月26日4比1大胜新加坡队的36强赛小组赛，如今又在对阵新加坡时达成A级赛百场，也算机缘巧合了。

“全村的希望”，成就何止百场

实际上，武磊为国家队出场的正式比赛已达103场。2014年底到2015年初，佩兰执教的国家队为备战2015年亚洲杯，踢了3场热身赛；2014年在湖南郴州(12月13日)和广东清远(12月17日)，与吉尔吉斯斯坦踢的两场热身赛因约定换人数不限，未被认定为A级赛事；2015年1月3日，国家队封闭热身赛4比1大胜阿曼，同样未被认定为A级比赛。这3场比赛武磊均有出场，也有进球。算上这3场，武磊实际上为国家队出场103场，进球数是38个。若未来再攻入3球，武磊就将成为国家队历史射手王了。

作为经历了中国足球21世纪整个低谷期的球员，武磊的成就其实远不止国

足A级赛百场，他是最近一名在欧洲五大联赛出场的中国球员，巅峰期1000万欧元的身价也是中国球员的最高纪录。这两个成就，未来不知何时才有中国球员可以达到。在中国足球的低谷期，武磊作为“全村的希望”，成为中国球迷最关注的旗手人物。

长年的高强度和高密度比赛，让武磊多次受伤，甚至不得不带伤比赛。2013年6月开始在国家队稳定出场后，武磊缺席了多达32场比赛，其中包括最近4届东亚杯及2026年世界杯亚洲区18强赛最后的6场比赛。如果身体条件允许，武磊至少可以提前两年完成国足A级赛百场成就。

100场A级赛攻入36球，场均0.36球，武磊场均进球效率在国足史上不在第一梯队，他也在不少A级赛多次错失关键进球机会。至少攻入20球的国足球员中，武磊的场均得分率落后于柳海光、马林、宿茂臻、杨旭、赵达裕等人。但瑕不掩瑜，在中国足球最低谷的这十多年，武磊可以被视为撑起国足希望的标杆式人物，如今正式进入国足A级赛“百场先生”的殿堂，武磊的国家队成就配得上响亮的掌声。

从西安到贵州，U23走向成熟

记者鲁蜜报道 6月6日下午，贵州遵义，U23国家队凭借贺一然在第96分钟的头球破门，1比0绝杀塔吉克斯坦U23，用一场来之不易的绝杀拿下两回合比赛的开门红。6月9日19时35分，双方将在贵阳进行第二回的比赛。

U23国家队将在今年9月将出征亚运会男足比赛，目前正处于紧张的备战期。依托中超联赛的两次间歇期，中国足协安排了3月的西安、6月的遵义-贵阳两站热身赛，为球队备战亚运会搭建高质量练兵平台。对比3月的西安站首战2比2逼平泰国队，这次对塔吉克斯坦U23的首回合比赛，能够看到U23队员历经中超磨炼之后的成长与提高。

两站热身赛，多层次练兵

U23国家队进入亚运会备战周期，中国足协安排西安、贵州两站邀请赛，是为球队更好地备战亚运会打造的分层练兵计划，从阵容磨合、战术落地、抗压心态三大维度补齐队伍短板，锻炼价值贯穿整个备战链条。

从人员遴选层面看，U23国家队这两站赛事均和成年国家队的赛事重叠，主力框架不断轮换，其实也恰好实现大名单全员考察。3月的西安站比赛，因多名核心球员上调成年国家队，U23国家队临时起用大量替补与抽调U21球员，阵容磨合仓促。这次邀请赛延续轮换思路，向余望、鲍盛鑫、贺一然、张志雄等在联赛中有稳定出场率的球员成为核心，教练组在实战中筛选亚运备选阵容，也是为了解决大赛中的人员储备问题。

从对手配置来看，泰国U23队是典型



的东南亚小快灵风格，强调地面传控，塔吉克斯坦U23则硬朗十足，以防守反击为主，足协选择技战术风格截然不同的热身对手，精准对标亚运会对手特点。U23国家队在西安对阵泰国时，检验队伍的磨合和应对技术型的对手，而这次迎战塔吉克斯坦，显然是专攻阵地攻坚、破密集防守以及应对身体对抗的难题，针对性非常强。主教练安东尼奥表示：“对方是一支打身体的球队，我们可以长时间压制对方在半场进行控制、传导，这是我们对这场比赛的要求。”从比赛过程来看，U23国家队队员确实做到了这一点。

从心态角度看，连打两场逆境局、僵持战是青年球员成长的必修课。西安首战0比2落后顽强追平、遵义久攻不下终场绝杀，两场硬仗打磨队伍落后不崩盘、僵持不急躁的大赛心理素质，为亚运会可能

遭遇的逆境局、胶着战积累宝贵经验。

从慌乱到稳重，心态更平和

3月西安对阵泰国，U23国家队全场控球率接近七成，却在上半场连丢两球，防守端协防失误频繁，中场出球拖沓，锋线多次错失良机，即便下半场依靠向余望、李新翔连扳两球逼平对手，但整体攻防节奏混乱，球员面对对手快速穿插时应对慌乱，破高位逼抢办法匮乏，不过，那时球队刚经历人员大换血，新阵容磨合不足，体系尚未成形，最后追平对手更多依靠球员个人的灵光一闪。

这次重新集结，迎战塔吉克斯坦，U23男足全场控球率73%，传球成功率超85%，11次射门3次射正，对手仅1次远射，全程牢牢把控比赛主动权，防线基本没有出现重大失误，以吾米提江、贺一然

领衔的后防线表现稳健。虽然长时间围攻对手无果，向余望多次近距离射门遗憾偏出，但全队没有出现急躁心态，张志雄替补登场后送出精准传中，贺一然后排插上头球完成读秒绝杀，整个进攻套路契合教练组的战术部署。

西安站对泰国之战，是U23国家队被动挨打后的绝地反击，主因是球队处于U23亚洲杯之后的队伍重组、人员变动大、磨合不足时期，这次重新集结后，球队整体显得更加稳重扎实，球员的战术执行力有明显提升，这是U23小伙子经历联赛磨炼后处理球更加合理、从容的直观成果。

贵阳再战，打磨锋线终结能力

中塔两队将移师贵阳进行第二场比赛，首回合1比0绝杀对手的结果不能掩盖球队攻坚不足的短板，次回合比赛将成为查漏补缺、细化战术的好机会。

攻坚效率是这支队伍从U23亚洲杯以来一直需要整改、提高的问题。1月的U23亚洲杯3场小组赛和淘汰赛首轮，4场仅打进1球，还是后卫彭啸打进的。在西安站比赛中，向余望、李新翔、杜月微等锋线球员均收获进球，情况似乎有所好转，不过这次和塔吉克斯坦的首战，U23男足11次射门，8个角球机会，才在第96分钟绝杀对手，说明锋线终结能力还是偏弱。

和塔吉克斯坦的次回合比赛，可以预计的是，安东尼奥将会继续轮换阵容，在高强度实战中磨合战力，为亚运会预演阵容。塔吉克斯坦U23在首回合中采用全线退守打反击的战术，次回合或许会提升前场逼抢强度，如果真是这样，将进一步锻炼U23男足的身体对抗能力。

U19 国足：土伦杯收获信心与勇气

记者陈永报道 时隔7年后回归土伦杯赛，在已经进行的3场比赛中，U19国家队取得了两场比赛的胜利，在总体上以小打大的情况下，U19小伙子表现不俗。与此同时，在对抗和技战术体系层面，U19国足又暴露出了不小的差距，这种差距恰恰证明了参加这种高级别比赛的意义：胜利很重要，成长更重要。

以小打大，锻炼机会难得

到6月7日为止，U19国家队的3场比赛分别是首战1比0击败沙特U21队，次战0比3不敌刚果(金)U23队(实际上是U21队)，第三场1比0击败哥伦比亚U19队，小组赛最后一场，对手是突尼斯U23队，中国小伙子们依旧是以小打大。

U19国家队在技战术层面的被动是显而易见的，包括和沙特队比赛最后30多分钟11打10时的被动，也包括和哥伦比亚队最后20多分钟11打10时的被动，更不必说对阵刚果(金)的比赛全场零射门。

被动有着多重原因：首先是年龄层面，虽然他们都算是成年人，但以小打大，双方身体发育的情况、比赛的经验还有着明显的差距；其次则是技战术素养层面有着较为明显的差距，即便人数均衡时能够领先，但战术体系更多或者只能依靠反击，这导致在11打10的情况下，U19国足也很难控制比赛，和刚果(金)的比赛，技战术问题暴露得更加明显，全场零射门；最后，U19国足的比赛状态和体能状态都不在最佳，这和他们在国内参加的赛事级别、赛事频率、出场时间不同有着密切的关系，这些U19球员需要在更高级别的比赛乃至中超接受锻炼。

但U19国足也展现了足够的韧劲，和沙特及哥伦比亚的比赛，U19国足的防守体系都比较稳定，和刚果(金)的比赛，国足绝大部分时间的防守也相对稳定，只是因为依合散的扑救失误丢球，国足心态发生了变化才0比3完败，就这一点而言，主教练久尔杰维奇和执教05国青队时的战术有了一定的变化。当然，依合散在和

哥伦比亚的比赛中又表现得极为出色，不但扑出了点球，还有多次神扑，成为防线的关键环节。对于依合散而言，他也需要通过更多的高水平比赛历练，才有可能提升自身的稳定性。

3场比赛，展现特点及实力

U19国足在土伦杯上还有两场比赛，8日凌晨对阵突尼斯U23队，这场比赛U19国足依旧是以小打大，难度非常大。在小组赛结束后，根据小组赛的排名，U19国足将对阵另一个小组同名次的对手，另一个小组的参赛球队是葡萄牙、科特迪瓦、日本、委内瑞拉和加拿大，也都是很有实力的球队，我们期待U19国足取得更好的小组名次，对阵更强的对手。

虽然比赛尚未全部结束，但此次土伦杯赛给这帮小伙子带来的锻炼价值是非常大的。

就比赛本身而言，U19国足的防守体系总体上得到了检验，虽然第二轮和刚果(金)的比赛出现了完败，但随后第三轮对

阵哥伦比亚时防线又恢复了稳定。在人员层面，虽然球员们的状态各不相同，但也展现出了各自不同的特点及实力，比如黄晟豪的表现尤为出色，两名后腰的表现也相对稳定。

通过这种高级别的比赛，U19国足的小伙子们也走出了在国内比赛时的舒适区，他们在亚洲范围内的比赛很难碰到类似的比赛强度和转换节奏，由此可以带给他们更多的感悟和提升的动力。同时，胜利自然也让他们收获了更多的信心，带给他们更多的勇气。

需要说明的是，19岁的年龄恰恰处在青少年比赛到职业联赛衔接的关键期。不到一年之后的2027年4月，U20亚洲杯将在中国杭州进行，对于在国内踢球的小伙子而言，如果能够在随后的联赛中有稳定的出场，自然可以给U20国家队带来更大的助力，对于在海外留洋的小伙子而言，比赛时间就更加重要了，因为留洋中遭遇的最大问题便是比赛数量不足的问题。

顶级IP顶级热度： 四大方向见证未来

记者陈永报道 中超呈现稳步提升的格局。2025赛季,中超联赛关注度上升,现场观众人数和2024赛季相比,增幅达32.54%;2026赛季,中超联赛持续火爆,2026赛季中超上半程现场观众人数比2025赛季同期又提升了24.3%,增幅约1/4。

中超火爆程度超出了绝大部分人的预测。这说明中超的价值实际上一直处于被低估状态;历经多年的发展,其赛事体系更稳定;聚焦资深球迷吸引新晋球迷,其受众定位更精准;足球自媒体实际上起源于中超,其流量更持久;票房收入和拉动消费并重,其产业化能力更强。

【热度】

球市同比增幅 24.3%

2026赛季中超联赛上半程,120场比赛总计现场观众364万6611人次,场均30388人次,在中国职业联赛的历史上首次场均突破3万大关,与2025赛季同期场均24449人次相比,增幅达到了24.3%。

在本年度的上半程,15轮联赛中有7轮联赛场均上座3万+,其余8轮比赛,除了三轮周中比赛上座略低之外,另外5轮比赛其中4轮场均上座2.9万+,还有1轮场均上座2.8万+。中超第8轮单轮上座突破30万+,场均上座高达3万8326人次,逼近4万大关。

本赛季上半程联赛有8场比赛上座6万+,其中高达7场比赛跻身历史上上座前10位。

城市联赛的火爆是显而易见的,但在2026赛季中国足球现场观众人数排行榜上,前7名全部是中超比赛,同时第10到第17名,以及第19名也是中超联赛。目前为止,2026赛季中国足球现场观众排行榜前20名,中超联赛包揽了其中的16个席位。

大连英博海发、重庆铜梁龙(龙兴足球场)、北京国安、成都蓉城和上海申花是中超的五大金牌球市:大连英博海发7个主场场均60970人次,在全世界高居第13位;重庆铜梁龙则是中超联赛球市火热的“新增长点”,其中重庆龙兴足球场场均上座5万+。

中超联赛持续火爆有着多重原因:首先,从大背景来看,人民群众对于体育消费的热情持续高涨,这是中超联赛和城市联赛火爆背后的共同密码,这源于经济、社会、文化等变革带来的观念转变;其次,国家高度重视足球振兴发展,部分城市如大连市全力支持职业俱乐部发展,进一步推动了中超联赛的火爆,这也是城市联赛火爆的密码。

就中超联赛自身而言,16支中超球队高达10支球队拥有专业足球场,为球迷营造了极为舒适的看球环境,进一步激发了球迷的热情。目前10家中超球队的专业足球场是:大连英博海发(大连梭鱼湾



足球场)、重庆铜梁龙(重庆龙兴足球场)、北京国安(北京工人体育场)、成都蓉城(成都凤凰山体育公园专业足球场)、上海申花(上海体育场改造)、辽宁铁人(沈阳铁西体育场改造)、天津泰达(天津泰达足球场)、青岛海牛(青岛青春足球场)、上海海港(上海浦东足球场)以及深圳新鹏城(深圳体育中心足球场)。其余6支中超球队,山东泰山和浙江俱乐部所在的济南和杭州都在建设专业足球场,预计在2028年投入使用。此外,志在冲超的广东广州豹、陕西联合等球队,也都拥有或者即将拥有专业足球场;西安国际足球中心(已使用)和广州足球公园(在建)。

和专业足球场相对应的是赛场文化:巨型TIFO、灯光秀、歌手助威、助威歌曲乃至客队欢迎歌曲等等,都进一步提升了观赛体验,在这个层面中超联赛和城市联赛有着明显的区别,前者更侧重赛事体验,后者更侧重文化体验。至于竞赛层面,中超联赛是国内顶级的足球赛事,这一点毋庸置疑。

【未来】

产业化方向显现

城市联赛的火爆,在一定程度上和中超联赛产生了竞争关系,但实际上两者有着明显的差异,除了在流量上有所竞争之外,两者是不同的体系,甚至从长远来看完全可以做到共生共荣。

城市联赛的主要特征是本土化和草根化(个别城市联赛亦有不同),同时在两个层面对中国足球的发展产生了积极的影响:其一是进一步带来了足球的普及,这最终会助力职业联赛和整个中国足球的振兴发展;其二是形成了更大的产业化方向,包括全面扩大了足球就业,这对于中国足球而言意义是非常重大的。

中超联赛目前也体现了自身的发展特征,即开篇所述的赛事体系更稳定、目标球迷更精准、流量效应更持久,以及此

前有点忽视的产业化方向更强悍。

赛事体系的稳定已经无须赘述:发展多年的中超联赛有过很多坎坷,包括2009年反赌扫黑前的滑落,以及2023年反赌扫黑前的金元足球破灭。历经坎坷之后,中超依旧爆发了强悍的生命力,目前联赛政策基本稳定,竞赛格局相对稳定,俱乐部健康情况也趋于稳定。

中超联赛的目标球迷更精准:其核心力量是资深球迷,他们大都拥有着10年乃至20年以上的中超看球经历,有着较强的消费能力,同时中超联赛也积极培育新兴球迷和年轻球迷。城市联赛之于职业联赛的意义很重要的一点其实也在于球迷,更多的城市联赛带动了更多的人去球场看球,未来这些人中的一部分有很大的概率转化为中超球迷。

在足球流量方面,2025赛季苏超异军突起,其流量支撑体系,其一是官方亲自主导,包括地方媒体的全方位参与;其二是自媒体的推动。需要说明的是,足球自媒体的兴起源于中超联赛,在2025年,足协和国足一度成为(劣质)自媒体的攻击目标,但中超联赛受到的波及较少,这和自媒体源于中超是有一定关系的,同时也和中超拥有更多的拥趸有关系。

中超火爆的球市见证了中超流量的魅力,截至第8轮的数据显示:咪咕小屏端日播放用户数达到2732万,相比去年同期增长57%。实际上低级别职业联赛数据也在提升,中甲联赛前十轮全媒体端累计观看次数达7293万次,相较于2025年同期的1097万次增长超过6倍;中乙为4188万次,相比2025赛季同期的611万观看次数增长685%。

中超联赛真正被低估的恰恰是拉动消费能力以及产业化的方向。2025赛季中超联赛全年票房收入5.81亿元,增幅高达37%,这个增幅是非常高的。在2025年,16家俱乐部中有两家俱乐部票房收入过亿元。

这仅仅是票房收入,并未计算其他拉

动消费的数据,在这个层面,客队球迷带来了高额的比赛经济附加值:4月22日,中超第7轮,辽宁铁人和大连英博海发的比赛,6000名大连球迷前往沈阳观赛;5月1日,中超第9轮,上海申花主场对阵成都蓉城,5000名成都蓉城球迷前往上海观赛,刷新了上海体育场客队球迷观赛人数的纪录,统计显示本场比赛球票收入超800万元人民币,数额不包括赛季初购买套票的会员球迷;至于青岛海牛VS山东泰山的比赛,历年来客队的泰山球迷人数都在5000人以上;尚未进行的北京国安VS山东泰山的比赛,历年来客队球迷人数都在3000人左右;本赛季北京国安的主场为客队球迷增加了看台,北京国安主场对阵成都蓉城的比赛,到场的成都蓉城球迷约2400人。

两支队伍距离较近的比赛,球迷们或许会当天往返,但类似成都蓉城飞赴上海、北京、济南等地,往返至少两三天,除了带动交通、住宿、赛场周边餐饮和所在城市文旅消费之外,甚至周边城市也因此受益,比如前往山东观看比赛的球迷往往会分流到泰安或淄博,以及其他沿海城市,爬泰山、吃烧烤、看大海。

记者从中足联获悉,中足联高度重视整个联赛的商业化发展和产业化方向,明确要求各部门不要局限于自身的工作,要在工作以商业思维助力职业联赛的商业化方向和产业化方向,这一点也是让人欣慰的。各职业俱乐部也在不断推出新的举措扩大商业收入,上海申花打造的国内首个复合型足球商业综合体申花中心,集历史展示、主场参观、互动体验、主题商业于一体,5月1日单日销售额突破50万元。

这是中国足球一个波澜壮阔的时代:城市联赛异军突起、遍地开花,中超联赛聚焦顶流持续火爆,国字号球队在6月比赛日更是连连取胜。虽然其中仍有需要解决的多重问题,但整体发展方向让人欣慰,国家层面对足球的高度重视正在得到中国足球良好的回应。

伤不起的外援，年轻化的契机

记者陈永报道 即便是领头羊成都蓉城，当外援出现较多伤病之后，他们在此前也有过两连败的尴尬时刻，至于上海海港和上海申花，赛季初被扣分后各方仍旧认为两队有争冠的可能性，但外援伤病让这种希望基本破灭。2026赛季的中超，外援依赖性前所未有地体现出来。

当夺冠几无悬念，保级也开始聚焦于三四支球队之后，更多的球队其实拥有了一个新的契机：年龄结构的调整，也就是年轻化的方向。

如此，这种外援依赖性尤其体现在进攻层面：中超第13轮泽卡缺席，泰山队完全失去了进攻的威力，最终1比4惨败于浙江俱乐部脚下。

上海海港在外援不断缺席的情况下，其技战术表现其实还是不错的，平均控球率高达58%，传球成功率高达83%，中超第一，但是控球转化为射门效率非常低，总射门数仅排名中超第11位，总进球数23个排名中超第6。这是一个非常典型的案例，外援并没有严重影响他们的技战术

分，成都蓉城即便再输7场比赛，这些球队全胜也追不上积分。

似乎在2026赛季中超下半程，有关夺冠的唯一悬念就是，成都蓉城会提前几轮夺冠。

相比争冠，保级层面自然仍有悬念。我们首先要抛开北京国安、上海申花和上海海港，虽然他们排名中下游，但总体实力摆在那里，排名靠后有扣分原因。

保级风险较大的球队自然是在降级区的天津津门虎(5分)、武汉三镇(8分)，

出场(2次首发)，彭逸翔和路俊伟各1次替补出场。在联赛得到不少机会，令年轻队员有较好的状态，在6月6日晚的U23国足比赛中，依木兰表现极为出色，赛后被评为全队最高分。

浙江俱乐部早在2025年甚至更早之前便开启了年轻化，U21球员如王钰栋和张璋晖去年便稳定出场；上海申花的U21球员刘诚宇和杨皓宇在去年出场次数不少，今年依旧稳定，U19球员吴自鹏在今年也获得了机会；上海海港方面，U21球员李新翔和蒯纪闻上个赛季就得到了重用，本赛季引进的杨希是绝对主力，U23球员吾米提江、鲍世蒙也有稳定的出场；北京国安方面，U19球员邓捷夫本赛季10次出场(5次首发)。

青岛西海岸令人瞩目：在2025赛季，培养了徐彬、杨希和李昊三名年轻球员，赛季结束后杨希转会加盟上海海港，徐彬留洋，但这并没有改变青岛西海岸重视年轻球员培养的做法：18岁的王庚睿10次出场(9次首发)，即第6轮替补出场之后从第7轮开始便锁定了主力；19岁的杨展彭12次出场(7次首发)，19岁的中锋贾伟伟也有9次出场。

重庆铜梁龙原本就是以青年军从中乙一路打到了中超，进入中超之后也致力于寻找优秀的年轻球员：U23球员有向余望、李镇全、张英凯等人；U21球员有姚浩洋、张志雄、杜月微、韦所为、吴永强等人；19岁的岳瑞杰、18岁的刘佳乐也获得了出场的机会。



■申花外援不断受伤，只有拉唐一直保持着出场。

【现象】

外援依赖症一直很明显

中超第15轮，上海申花客场对阵青岛西海岸，这场比赛上海申花大名单报名球员只有19人，5名外援中只有拉唐一人报名并首发，最终上海申花客场2比2和青岛西海岸战平。至此，上海申花半程联赛6胜5平4负，即便不算扣分和成都蓉城的积分差距也高达14分，目前的分差实际上达到了24分。在联赛上半程，上海申花5外援出场仅42人次，理论上的全勤是75人次，外援出勤率仅56%，这是申花成绩不佳的核心原因。

卫冕冠军上海海港战绩比上海申花更糟糕：4胜5平6负，算上扣分的话，他们比蓉城少25分。在这个半程，上海海港外援出场44人次，外援出勤率只有59%，其中外援还有5人次是替补出场，首发出勤率仅52%。

成都蓉城遭遇两连败的两场比赛，对阵上海海港是3外援出场，球队的技战术打法受到了严重的影响，虽然那场比赛上海海港只有2外援出场，但他们已经习惯了外援的缺席；对阵大连英博海发，成都蓉城也是3外援出场，大连英博海发则是5外援首发。

包括此前的金元足球时代，以及如今外援平民化时代，中超对于外援的依赖性都是非常高的，不管是争冠还是保级都是

表现，但严重影响了得分能力，成绩自然非常尴尬：15轮比赛胜率仅27%，在2025赛季作为冠军的他们胜率高达66.7%。残酷的对比更加清晰地折射出了中超的外援依赖症。

【格局】

争冠无悬念，保级有悬疑

因为赛季初扣分，加上外援伤病，导致两支最有竞争力的球队上海海港和上海申花战绩尴尬，2026中超赛程刚刚过半，冠军的归属便几乎没有了悬念。

目前，成都蓉城积分37分，紧随其后的重庆铜梁龙和大连英博分别是24分和22分，分差较大，更重要的是这两支球队也并不稳定：从中超第8轮开始到半程结束，重庆铜梁龙战绩是1胜4平3负，作为升班马他们虽然开局凶猛，但底蕴严重不足，随着比赛进行，成绩有所滑落；大连英博海发最近6轮比赛的战绩是1胜1平4负，也折射出他们在整体实力层面的不足。

原本有机会争冠的5支球队也已经失去了竞争力，目前和成都蓉城的积分差距都非常大：山东泰山积分18分，且他们的表现也并不稳定，没有展现出强势拿分的态势；浙江俱乐部和成都蓉城的积分差距是20分，他们本赛季表现也极不稳定；北京国安、上海申花、上海海港和成都蓉城的积分差距分别是22分、24分和25

以及在降级区边缘的青岛海牛(10分)。虽然青岛海牛未在降级区，但叶博亚被禁赛4轮，加上被罚红牌的原有1场停赛，实际停赛5轮，对球队有着非常严重的影响。

相比较而言，河南俱乐部彩陶坊的积分已经达到了15分，积分优势还是比较明显的，更重要的是，河南俱乐部的实际战绩不俗，不算扣分的话其实是中上游集团。

其他球队中，青岛西海岸表现总体稳定，他们是中超输球第二少(并列)的球队；辽宁铁人在徐正源执教之后有了脱胎换骨的表现，目前已经豪取三连胜。较危险的是深圳新鹏城，虽然他们和辽宁铁人的积分同为17分，只比青岛西海岸少1分，领先武汉三镇高达9分，但深圳新鹏城换了主帅，令球队有了较大的不确定性。

【氛围】

调整的契机，年轻化方向

12支球队没有争冠的希望，也没有降级的巨大风险，为这些球队的年龄结构调整营造了一个良好的氛围，在上半程联赛中，年轻化方向便清晰显现，在下半程联赛中，中超有望进一步年轻化。

山东泰山是年轻化力度最大的俱乐部之一：本赛季至今，山东泰山的U21球员全面出场：陈泽仕出场高达14场(7次首发)，彭啸出场高达13场(6次首发)，依木兰近6轮比赛中4次出场(2次首发)，史松宸6次出场(2次首发)，刘骥玮2次

【问题】

裁判判罚依旧困扰中超

2026赛季的中超，球市极度火爆，热度持续高涨，竞赛格局虽然混乱，年轻队员的培养也让人看到了希望，但中超的一个老问题并没有解决，那便是裁判问题。

本赛季中超联赛的裁判判罚问题严重，足协裁判评议中错漏判不少。中超第14轮，山东泰山和武汉三镇的比赛，武汉三镇外援卡迪斯是明显的且舆论公认的假摔行为，但当值主裁判在观看VAR之后最终判罚了点球。在足协评议中，评议组“一致认为”卡迪斯是假摔且应该出示黄牌，裁判判罚点球，在观看VAR之后仍旧维持点球判罚，均是错误的。

在裁判管理方面，当前的一个问题是，职业联赛停哨的裁判反而可以自如地到城市联赛执法，经济利益毫无影响甚至更好。中国足协有必要查漏补缺，城市联赛的赛风赛纪目前已经提升到全国层面执行，裁判管理层面亦应同步。

关于裁判问题，一个可以期待的未来是：城市联赛的兴起注定会成为优秀裁判成长的主阵地，数万人关注下的执法，对于水平的提升帮助极大，是封闭赛事执法根本无法相提并论的，由此裁判水平的提升是必然的，大家都希望现有的国际级和国家级裁判珍惜好时光。

七大土帅已有两人下课 最年轻教练打出最有说服力战绩

记者鲁蜜报道 作为2026赛季开打前被视作降级热门的升班马,重庆铜梁龙队以低投入、低名气、低期待的“三低”标签踏上中超征途,中超半程战罢稳居积分榜第二位,用黑马战绩打破外界固有认知。没有大牌外援加持,没有高额引援投入,队内绝大多数球员是初登顶级联赛的年轻小将,这支平民球队的逆袭并非运气堆砌,主教练刘建业依托精准用人与务实防守战术,补齐球员单兵能力短板,走出一条区别于金元足球时代重金引援的中超生存新路。时值中超半程,我们也通过队内球员采访,还原了年轻教练刘建业的“中超首秀”。

俱乐部给予最好带队氛围

15轮战罢6胜6平3负位居积分榜次席的战绩,让中超赛场内外都忍不住去重新审视这支球队和这位来自中甲联赛的教练。铜梁龙部分胜利在外界看来有些运气成分,但其本质在于球队总能牢牢抓住转瞬即逝的得分机遇,将有限机会转化为进球。在刘建业的调教之下,球员在训练场上打磨出的竞技水准,能够完整落地于比赛,训练质量与赛场表现实现高度统一,这也是球队可以持续拿分的基础。

一支中超升班马球队请来一位来自中甲的年轻本土教练,这本来就是饱受质疑之举。所幸,铜梁龙俱乐部请来刘建业只是第一步,为了保障他的执教,还给了他最好的执教氛围。队内新老队员、外援都毫无保留信任教练,坚决落实其战术布置,让这个尝试有了价值。不少年轻球员即便身处轮换位置,依旧全身心投入训练与比赛。球员愿意拿出100%甚至120%的专注度执行战术部署,这是对主教练最大的尊重,可以说,相对于其他使用土帅的俱乐部,刘建业的执教环境非常单纯。铜梁龙的队员用赛场表现兑现了职业素养,无论比赛输赢,全队始终以完整团队形态协同作战,而依靠整体协作立足赛场,正是中小球队在中超站稳脚跟的根本法则。

在阵型选择上,在中超用双外援中卫的球队本就不多,仅有河南队有同样配置,而在此基础上打五后卫的就更少见。但这样的阵型给铜梁龙带来的是前五轮丢球最少,半程丢球第二少的记录。上赛季球队中后卫位置失误频发,加之队伍年轻,大赛经验匮乏,因此确立防守优先的建队准则后,双外援中卫搭配五后卫的小众阵型就此成为铜梁龙标志性战术打法。

在阵型取舍的同时,人员取舍也很重要。向余望是球队原先的进攻核心,新赛季战术重构之后,球队为优先完成保级目标,不得不调整他的场上位置,中锋、左边锋、右边锋等多个点位轮番尝试。即便位置频繁变动,赛场上承担巨大舆论与竞技压力,这名本土队长依旧以球队利益为先。对此,刘建业在第15轮赛后的发布会



上也提到,待球队顺利完成保级任务,便重新优化阵型,让向余望回归熟悉的舒适位置,最大化释放个人进攻天赋。

客观来讲,球队原本所有阵容配置、人员储备都是为保级打造,半程24个积分已经接近保级线。但5月6轮不胜,还是让刘建业和球队经历了舆论落差。在采访的过程当中,几位球员都谈到,刘建业在球员情绪梳理、心态建设上也做了不少工作,始终向年轻队员灌输平稳竞技思维,顺境不膨胀,低谷不自我否定,不必被外界评价裹挟情绪。队内常态化心理疏导,让一众小将在战绩起伏期稳住阵脚,也是球队状态没有出现断崖式滑坡的重要原因。

对对手精算到骨子里

即便有俱乐部的全力保障,年轻的土帅也不可避免地感受到中超带来的压力。此前在中甲定南赣联带队时,虽然成绩不错,但教练工作鲜少受到媒体与球迷聚焦,转战重庆之后,高票房、高上座率带来超高关注度,教练的临场换人、战术微调、用人选择稍有疏漏,便会迎来铺天盖地的讨论。这份突如其来的曝光度,必定会让年轻土帅压力倍增。

从球员的观感来看,他们的刘指导格外珍惜这份难得的机遇,除去短暂节假日外出休整,总能看到他日常扎根训练场打磨队伍,几乎没有太多休闲时间。

从中甲跳级中超,刘建业要做的事情很多。相较于中甲,中超需要主帅在极短时间内完成临场决策、换人调整、阵型切换,甚至攻防策略转变,还要在媒介舆论、俱乐部期许、球迷期待的多重高压里保持理性判断。这样的转变,对于刘建业,说难也不难,球员时代他就爱观摩外籍主教练的临场调度,细致记录不同名帅在比赛关键节点的换人逻辑、人员管理方式,把奥拉罗尤、崔龙洙等名帅的经验,转化为自己的储备。

相对中超其他球队,铜梁龙的班底并不厚实,这就要求教练的选人用人更加精准。在现有兵力之下,没有办法保证所有球员都在心仪位置踢球,个别队员需要为整体牺牲,但保障九成以上主力球员落位在最擅长的场上区域,最大化释放全队个体价值,就能真正地把这盘“菜”炒好。通过上半程的比赛可以看出,刘建业对他手下的每一个球员用得都比较准确到位,擅长边路持球下底的肯帕努被他用活了,身体素质和年龄都不适合打高压逼抢的恩加德乌也发挥了定海神针的作用。

铜梁龙没有强队那般依靠阵容碾压取胜的资本,想要抢分,就必须在赛前将对对手的研究做到极致。

在采访中,不少球员都谈到了刘建业对于对手的研究和准备非常细致,其实这也体现在球场上,很多对阵中超强队的比赛都能看出,刘建业在战术和人员使用上做出了对客队有针对性的布置,而且效果非常好。这显然与他对手的深入研究分不开,几次三番地完整看对手的比赛录像,是为了给队员拆解对手核心打法、关键球员技术特点,针对性制定限制战术,让纸面实力处于劣势的铜梁龙,通过战术布局最大限度压缩对手发挥空间。倘若对手综合实力量化为八十分,那么通过针对性部署,将对手赛场实际发挥压制在五十分上下,缩小实

力差距之后,球队才有以弱胜强的可能性。刘建业在每一场比赛前的嘱托,都被球员100%地执行,也就换来了重庆铜梁龙队上半年稳固的表现。

中超半程教练境遇各不相同

金元足球时代落幕之后,中超联赛步入生存优先的发展阶段,但外教依旧是联赛主流,国产教练员整体生存环境依旧不佳。放眼联赛环境,同级别战绩的中外教教练容错率天差地别,本土主帅一旦遭遇短暂战绩滑坡,下课风险远高于外教,联赛15轮,已经有两名国产教练下课,其中陈涛还是在两连胜的背景下离职的。

赛季初一度有7名国产教练执教中超,升班马占了两席。其中刘建业以8轮不败的战绩引发中超强烈关注,李金羽因为球队的四连败,成为中超第一个下课的教练。紧接着在间歇期之前,两连胜的深圳新鹏城宣布陈涛不再担任主教练,取而代之的是比乙助教尼尔森。两名下课的教练情况也有相似的地方,就是俱乐部看到了,在未计算扣分的积分榜上,两队的即时成绩是十分靠后的。

当然,目前仍在岗的几名国产教练,也经历了不同程度的坎坷,比如韩鹏、李国旭、郑智。韩鹏是以最快速度将球队负分归零的教练,不过在随后因为球队成绩起伏不定,受到了一些争议。李国旭则是因为开局两连败感受到压力,不过随后的五连胜及球队的强势表现,使其重新赢回球迷信任。郑智带队青岛西海岸,在1个月内平了7场比赛,被球迷戏称为“平西王”,随后他也因替补席的状况遭到禁赛,一段时间里只能由黄博文带队。这里面最特殊的,还要数天津津门虎主教练于根伟,虽然因为被扣了10分一直排在倒数第一,但因为俱乐部情况特殊,受到的质疑有限,几乎没有下课的风险。

而外教方面,中超半程,仅有武汉三镇主教练莫拉下课,在球队不欠薪、运营稳定的情况下,落到降级区,俱乐部只能做出这个决定。而其他外教,其实也有多轮不胜的情况,比如上海申花5月7轮不胜,上海海港5月仅有1胜,北京国安也经历了一波5轮不胜,浙江队在4月零进球导致5战1平4负,但几位外教的帅位都比较稳。

其实铜梁龙这种低成本建队模式,也不失为国产教练和中超俱乐部提供的全新参考方向,这种“低投入+本土少帅+年轻球员”的组合打出半程亚军,实打实的联赛成绩,不仅提升了俱乐部投资人的探索自信,也给国产教练指明了打破行业偏见的出路。如果未来有越来越多平民黑马球队涌现,中超联赛或许就可以脱离外援、外教绑定成绩的发展模式,去实现本土球员、本土教练协同成长,这又何尝不是贴合中国足球实际环境的职业化道路呢?

撰稿/左瑞 积 22 分排名中超半程第三,这是 48 岁的李国旭上任五年来,筚路蓝缕的大连足球在顶级联赛取得的最佳战绩。大连英博海发何以跻身前三?梭鱼湾球场的人气为何有增无减?率队突进的主教练为何还被喊下课……答案或许只有一个:这里是大连。

因为我们是大连队

《足球》:作为主教练,你对球队积分形势的看法是?

李国旭:这是我们一直努力的方向。由于很多球队存在罚分的客观因素,一些传统豪门可能处于调整期,刚开始状态不太好。另外,今年各队的实力和积分差距都不大。我对现在的排名很满意,但相比当前的位置,我更看重的是球队一直在进步、在向上走的趋势。

球队去年半程和最终排名只是第 11 位,本赛季场均观众为何上升到 60970 人?

球市稳步提升,主要源于城市的足球底蕴。这项运动在大连有悠久的历史、辉煌的过去,而且政府特别重视,加上梭鱼湾球场的特殊魅力,我们又是一支处于上升期的年轻球队,表现符合大家的预期……这些因素叠加在一起,造就了球市的盛况。

巨大的主场优势,会不会带来额外的压力?

优势不可否认,压力在所难免。我们教练和球员都觉得非常幸运,能拥有这么大的球迷群体和现场支持。在化解压力、转为动力方面,我们这两年做得还不错,在尽可能正常发挥的基础上,时有超常发挥。当主场成绩无法保证的时候,这就是一个压力。

上赛季只赢过一个客场,本赛季半程赢了两场,其中的原因是?

去年有大部分国内球员首次踢中超,可能自信心在主场更足一些,客场要弱一些。球队之间真正的强弱差距就在客场,如何提升客场的成绩,是我们由弱变强的关键因素。现在有点成效,但还需要更努力,包括球员的心理准备和客场的比赛策略,能不能从第一分钟坚持到底。

前 15 轮 7 胜 1 平 7 负,中超平局最少,其中有没有策略激进的原因?

巧合吧。我们主场一定以赢球为目标,这个目标永远不会变,因为我们是大连队。我们有些客场不是不想平,而是平不下来。这也是我们需要总结、改进的方向之一。

从开局两连败到接下来五连胜,当中发生了什么?

两连败是开赛后连续两个客场,我们又换了十几名球员,磨合不如人员稳定的球队好;再就是赛季初遇到的强队多,第二轮对武汉三镇时,心态调整不太好,想一下拿下对手。第三轮(主场对海港)之前有一周准备期,我们和市足改组、统顺集团、俱乐部一起开会评估,做好了定位。然后球队统一了思路,一场一场认真打。这是五连胜的一个关键。

当时是怎么定位和调整这支中超二年级球队的?

不能因为引进了几名球员就觉得竞争力上来了,比赛是踢出来的。另外,球员的类型和去年不一样,比如斯坦丘需要更

多的球权,中场的进攻站位需要微调……从局部的扬长避短,到整体的战术调整,直到把技战术优势表现出来,改变了整个局面,我们做了大量的工作。

从弱到强的必经之路

《足球》:五连胜之后的三连败也发生在梭鱼湾,当时又是什么样的心态?

李国旭:当时成绩波动是因为赛程密集、伤病很多,打青岛海牛客场只去了 17 名球员,其中有 3 个守门员。而之前斯坦丘、马莱莱两名核心球员出国治伤,不仅进攻受到影响,还让防守压力变大。但我们的心态比较平稳,球队想更进一步,必然会遇到这样那样的问题,这也在预料之中。而大连足球从巅峰到低谷,不是发生在一天之内;要回到它应有的地位,也不

是短期内能完成的任务。

前半程的比赛里哪些场次让你印象特别深刻?

有两场。一是客场跟辽宁铁人的德比,大连球迷用手机做了一个 TIFO,放射出“大连”全拼的一刹那,我内心非常震撼,浑身充满力量。德比战不同寻常,那一刻让我觉得,我可以很安心、很放松地指挥比赛。最后我们也绝杀了对手。

另一场是主场对河南,伤停补时吕焯毅远射,我们反超比分的一瞬间,我觉得球员更成熟,球队有进步了。其实从弱队到强队,很重要的一点是学会踢逆风球,在落后的情况下如何调整心态、保持水准,这一点对我和球队来说都至关重要。

你认为中超“后半程更残酷”的依据是什么,打算如何应对?

首先,上半年有些传统强队状态不好,解决问题后战斗力会复苏;其次,今年联赛除了蓉城,谁赢谁都很正常,临场决策和发挥更加重要;最后,每个队都在精心调整、尽力补强。所以我们相信下半年的比赛会非常激烈,间歇期里,我们会强化自己的优势或核心竞争力,弥补之前的薄弱环节,例如持续进攻后禁区里的转化率,特别是进攻最后 30 米,以及逆境下保持比赛平衡的问题。

球队核心竞争力具体表现在哪些方面?

很简单:高压迫、高强度、快转换、快向前。在这支球队待了五年,我们很清楚自己在干什么,要成为一支强队,光靠快和抢还不够,需要更全面。所以有球后的转换和进攻的质量很重要,这也是我们一直在强化攻防转换速度的原因。

从目前的形势来看,后半程希望球队达到什么目标?

我们不会刻意追求名次,但现在已经到了这个位置,希望能保持相应的竞争力。虽然这并不容易,但这是我们一直想



《足球》VS 李国旭

“我无限荣幸,无尽感激!”

做,也必须做好的事情。

大连球迷不会满足于保级成功或防守反击,球队如何回应他们的想法?

球迷有更高的期望很正常,我们会通过长期的努力、有计划的工作去提高,飞速提升既不现实,也不扎实。相信球迷也会更理解、更尊重足球规律。短期内成绩飞升并不难,有钱砸、找对人就好,但是我想按足球规律来完善球队的配置、建制和体系,让俱乐部、球队和球员变得更职业,把这些事情都做好了,成绩就会水到渠成。

做学习力最强的教练

《足球》:征战顶级联赛的第二个赛季有哪些收获?

李国旭:球队要保持上升趋势,球队的技战术能力、教练员的思维也要提升。去年上半年我们排第 11,大家都非常满意。现在我们排第三,因为对手被罚分,反而好像都不太满意。这就要求我们的技战术更完善、更细化。从中冠到中超,这个过程一直在重复着,我对联赛的看法、对球队的想法五年来也在发展变化。

如何看待外界对球队现状仍然存在的不满?

球迷的心情和更高的诉求,我都完全理解。我们也有同样的自我要求,但我不会改变对足球规律的认识,也不会让工作计划受影响。中国职业联赛之前走过很多弯路,教训就像昨天发生的一样,付了那么多学费,绝不能那么快忘掉。

作为本土教练之一,这个群体与国外同行比各有什么优势?

第一,我们更了解中国足球的自身结构和逻辑思维,也更了解如何让中国足球在本土获得成功、避免失败;第二,我们和中国球员沟通的成本更低、效果更好,因为我们的思路和文化是一样的;第三,现役的中国教练,尤其是年轻教练,都是通过不断

学习走到现在的岗位,在业务能力上,我只能说国外的优秀教练肯定比我们强。

足球发达国家的整体教练水平比我们要高,这种客观事实的形成有它的历史、结构和体系。但不是所有外教的业务能力都比中国人强,这是我亲身经历得出的看法。外教的一大优势,是他们会被普遍认定更会带队、更有能力,起始阶段得到的资源和信任远比我们多。

那么本土教练当前最需要的是什么呢?

我觉得是信任。足球管理者、投资人、球迷,首先要相信中国教练能把这件事干好。现在的环境好了很多,管理者和投资人比以前更愿意选择中国教练。去年国足选帅聘用邵佳一,就是一个很好的现象。日本、韩国、阿根廷都以本土教练为主,把大部分岗位交给外教,这在全世界都很少见。

在家乡面对俱乐部的巨大信任和球迷的巨大关注,是什么样的体验?

我怀着无尽的感激、无限的荣幸。对大连队主教练这个职位,我从小就抱有一颗敬畏之心,也当成一个远大梦想。球队能走到今天,我能有今天,很多人付出了努力,其中有球员、有投资人、有俱乐部、有足改组,还有球迷和社会各界的巨大支持。正因为心存感激和荣幸,我只愿自己任内做到问心无愧,对得起大家。

你怎么规划未来的执教生涯呢?

我想做最好的教练,做学习力最强的教练。这五年最深的体会,就是必须不断学习,不断提高、丰富和完善自己,才能满足岗位要求。我当然也希望未来能执教国家队,但目前更倾向于眼前的事情。做好过程,完成计划,而不是刻意追求目标。

最理想的事业状态是什么样子?

有自己清晰的足球哲学,完善的训练和比赛体系,优秀的管理和沟通能力,出色的计划和推行能力。最好的教练一定是个非常全面的人,当然也能带队赢得冠军。

中超“罪与罚”

从严从重，赛场环境向好

撰稿/寒冰 中超上半程结束，外界普遍关注的裁判评议、违纪处罚等方面，中国足协和中足联相比此前有一定的进步。足协进行裁判评议成为厘清赛场判罚争议，尽最大可能降低误判影响的重要措施，其在公平竞赛方面的努力有目共睹。

在处罚严重违纪行为方面，中足联也是从严从重，力求净化行业风气，维护良好的比赛秩序。在对过往因取证困难、无法进行处罚的球员间辱骂行为做出了合适应对，从及时出台规则细则、杜绝“腿震荡”等钻空子行为等方面，可以看到其前所未有的积极作为，值得肯定。

【裁判评议】

国安遭遇误判最多

上半程，中国足协发布了9期裁判评议，中超争议判罚评议合计47例。其中17例评议合计有19次误判，以及1次争议判罚因VAR和官方视频证据不清晰维持原判。19次误判包括7次漏判点球，2次误判手球犯规在先进球无效，2次误判守方球员犯规和点球及2次其他涉及可能进球的误判。此外，还有5次漏判黄牌，1次漏判红牌。

16支中超球队有10队遭遇误判，国安最多(5次)，还有1次视频证据不足维持原判。津门虎排名第二(4次)，泰山和英博均为2次，河南、新鹏城、海牛均有1次未得到点球的漏判，浙江有1次进球被误判无效，西海岸有1次被误判防守犯规的点球极刑。遭遇误判的球队中，蓉城只有1次，是漏判对手的黄牌。

国安的5次误判分别是第2轮客战泰山，泰山中场马德鲁加禁区内手球，被漏判点球；第4轮客战铁人，第58分钟，裁判甄伟在国安射门皮球进入球门前哨哨停止比赛，认为曹永竞之前争抢时对手门将犯规进球无效。评议认定裁判误判曹永竞犯规，但因在皮球越过门线前哨哨停止比赛，VAR无法介入且无法认定进球有效。

第5轮国安主场对蓉城，第84分钟，国安失球时蓉城廖力生疑似手球在先。裁委会评议组认为VAR和官方视频提供的手球证据不清晰，社媒和国安提供的非官方视频，来源和可靠性无法证实。最终维持进球有效。这意味着国安因误判至少涉及1个进球、1次点球机会和1个可能避免的失球。

此外，第7轮国安客战新鹏城，第40分钟，卡尔采夫被漏判红牌。国安还有2场比赛对手球员被漏判黄牌。

直接与进球、点球和红牌相关的误判中，津门虎被漏判了3个点球，损失最大。这3个被评议确认漏判的点球，分别发生在第9轮津门虎主场对三镇，第13轮主场对河南，第14轮客战海港。3场比赛，津门虎2平1负，若得到3个点球，结果可能大不相同。

因误判“获利”最多的球队是三镇。三

关于对青岛西海岸足球俱乐部主教练郑智违规违纪的处罚决定	关于对青岛海牛足球俱乐部球员叶博亚违规违纪的处罚决定	关于对重庆铜梁龙足球俱乐部球员李镇全违规违纪的处罚决定
<p>各赛区组委会、各足球俱乐部：</p> <p>2026年5月1日，中国足球超级联赛第九轮第68场，山东泰山足球俱乐部与青岛西海岸足球俱乐部的比赛在济南奥体中心体育场举行。</p> <p>根据比赛监督报告、裁判员报告、情况说明及视频，比赛进行到第77分钟时，青岛西海岸足球俱乐部主教练郑智实施非体育行为，辱骂裁判员，裁判员出示红牌将其罚令出场。</p> <p>中国足球职业联赛联合会纪律与道德委员会依据《中国足球职业联赛联合会纪律与道德准则》第五十五条、第四十九条之规定，作出如下处罚：</p> <p>对青岛西海岸足球俱乐部主教练郑智予以禁止进入体育场6场，罚款人民币6万元。</p> <p>上述罚款应按照《中国足球职业联赛联合会纪律与道德准则》第十八条规定执行。</p> <p>本处罚决定自公布之日起生效。对处罚决定不服的，可自生效之日起七日内向中国足协仲裁委员会申请纠纷解决。申请纠纷解决期间不停止决定的执行。</p> <p>中国足球职业联赛联合会将依据《中国足球职业联赛联合会纪律与道德准则》的规定，坚决严肃处理各类违纪行为，净化行业风气，望各参与方能够共同维护比赛秩序和来之不易的足球发展环境。</p> <p>中国足球职业联赛联合会纪律与道德委员会 主任：周明 2026年5月7日</p>	<p>各赛区组委会、各足球俱乐部：</p> <p>2026年5月30日，中国足球超级联赛第十五轮第117场，深圳新鹏城足球俱乐部与青岛海牛足球俱乐部的比赛在深圳市体育中心体育场举行。</p> <p>根据比赛监督报告、裁判员报告、情况说明及听证，比赛进行到第60分钟时，在比赛停止期间，青岛海牛足球俱乐部7号球员叶博亚实施暴力行为，用头部撞击深圳新鹏城足球俱乐部6号球员施均属面部，裁判员出示红牌将其罚令出场。</p> <p>中国足球职业联赛联合会纪律与道德委员会依据《中国足球职业联赛联合会纪律与道德准则》第五十四条及第四十九条之规定，作出如下处罚：</p> <p>对青岛海牛足球俱乐部球员叶博亚予以停赛4场，罚款人民币4万元。</p> <p>上述罚款应按照《中国足球职业联赛联合会纪律与道德准则》第十七条规定执行。</p> <p>本处罚决定自公布之日起生效。</p> <p>中国足球职业联赛联合会将依据《中国足球职业联赛联合会纪律与道德准则》的规定，坚决严肃处理各类违纪行为，净化行业风气，望各参与方能够共同维护比赛秩序和来之不易的足球发展环境。</p> <p>中国足球职业联赛联合会纪律与道德委员会 主任：周明 2026年6月4日</p>	<p>各赛区组委会、各足球俱乐部：</p> <p>2026年4月5日，中国足球超级联赛第四轮第30场，浙江职业足球俱乐部绿城队与重庆铜梁龙足球俱乐部的比赛在浙江省黄龙体育中心体育场举行。</p> <p>根据视频、情况说明及听证，比赛过程中，重庆铜梁龙足球俱乐部8号球员李镇全实施非体育行为，辱骂浙江职业足球俱乐部绿城队28号球员米特里策。</p> <p>中国足球职业联赛联合会纪律与道德委员会依据《中国足球职业联赛联合会纪律与道德准则》第五十五条之规定，作出如下处罚：</p> <p>对重庆铜梁龙足球俱乐部球员李镇全予以停赛2场，罚款人民币2万元。</p> <p>上述罚款应按照《中国足球职业联赛联合会纪律与道德准则》第十七条规定执行。</p> <p>本处罚决定自公布之日起生效。</p> <p>中国足球职业联赛联合会将依据《中国足球职业联赛联合会纪律与道德准则》的规定，坚决严肃处理各类违纪行为，净化行业风气，望各参与方能够共同维护比赛秩序和来之不易的足球发展环境。</p> <p>中国足球职业联赛联合会纪律与道德委员会 主任：周明 2026年4月10日</p>

镇逃过了2次被漏判的点球处罚，还有2次因误判获得了点球。此外，三镇还逃过1张漏判的黄牌。被漏判逃过点球的还有玉昆、西海岸、河南、海港、津门虎。不过，遭遇误判最多的国安，在足协评议认定的误判中，没有1次“获利”。

【13张罚单】 严打中超球场暴力

中超上半程，中足联共开出14张罚单。处罚范围覆盖赛场方方面面，从最常见的球场暴力、语言暴力，到无人机干扰比赛、球迷向场内投掷异物、球队比赛迟到等，不一而足。

最多的是球员的球场暴力行为，米特里策(浙江)、丁海峰(西海岸)、安佩姆(海港)、马纳法(申花)、叶博亚(海牛)5名球员均因球场暴力行为被追加处罚，其中米特里策和叶博亚最重，都是停赛4场，安佩姆和马纳法各停赛3场。中足联不断的重量级罚单，就是要从严从重，以儆效尤。

相比肢体上的暴力行为，中足联对辱骂裁判、挑衅裁判权威的行为处罚更重。铜梁龙俱乐部官员杜宇、海港球员许瑞轩和西海岸主帅郑智均因辱骂裁判，被中足联处罚。其中杜宇和郑智因身为替补席人员，按规定从重顶格处罚，均被禁止进入体育场6场，罚款6万元；许瑞轩被停赛5场，这也是针对比赛官员实施非体育行为的最低处罚标准。

14张罚单，数量几乎相当于去年全年的总和，处罚力度也更大。去年罚单最重的是国安领队隋东亮因向裁判方向投掷矿泉水瓶被罚下后，继续辱骂裁判被禁止进入体育场5场；西海岸的张呈栋和津门虎的陈哲宣也因辱骂裁判被罚下，停赛5场。

相比上赛季，中足联在处罚力度方面，标准统一，上限明显抬高，强调的就是对球场非体育行为的零容忍。无论罚单数量、停赛场次还是罚款金额，都大幅度增加。在中足联的严打之下，上半程的红黄牌数比去年同期明显下降，恶意犯规、报复性动作和挑衅行为明显收敛。教练和俱乐部官员的情绪管理更到位，注重言行规范。

应该说，中足联的严打收到了良好的效果，联赛治理逐渐进入常态化纪律管理轨道，管理压力逐渐从中足联转移到俱乐部，球员和教练的职业敬畏感、规则意识和情绪管理能力明显提升。通过统一标准、公开透明和可预期的纪律处罚，中足联初步树立了正向的联赛管理者形象。经过中足联的重拳出击，中超赛场风气明显净化、职业纪律与联赛自治能力同步提高。

【治理“对口型”和“腿震荡”】 凸显中足联管理高效

球场上的语言暴力行为尤其是种族歧视言行，因球场噪声太大而难以取证，一直是各国联赛的处罚难点。去年10月，部分蓉城球迷对河南外援阿奇姆彭有种族歧视言行，中足联破天荒开出超大罚单：蓉城俱乐部罚款50万元，蓉城主场113区看台第1至第5排实施无观众比赛1场。

今年，中足联对球员间很难取证的辱骂行为进行处罚，又迈出了积极的一步。4月5日，铜梁龙球员李镇全辱骂浙江外援米特里策，中足联事发5天后开出史无前例的“对口型”取证罚单。明确主要依赖现场多角度视频捕捉的口型作为关键证据，对李镇全处以重罚。这种寻求可靠技术手

段取证的积极态度，证明了中足联净化赛场风气的勇气。

李镇全被处罚后，中超出现了球员捂嘴说话，害怕被拍到“对口型”的“李镇全效应”。但国际足联已出台新规，双方球员发生冲突后面对冲突方的捂嘴将被认定为语言暴力，裁判有权将捂嘴球员红牌罚下。世界杯后这项新规将在全球推行。中足联此前的“对口型”处罚，无疑是向国际足联靠拢，对球场语言暴力尤其是种族歧视行为零容忍。

4月11日，海港球员杨世元“腿震荡”转“脑震荡”的行为，引发广泛争议。“脑震荡规则”自2024年夏引入中国足坛后，钻规则空子行为屡见不鲜。但今年中足联雷厉风行，仅用10天就发布了《中国足球职业联赛参赛运动员脑震荡替换优化方案》，及时补漏。

《优化方案》规定“脑震荡条款”换下的球员，须第一时间到当地医院就医，48小时内提交医院出具的就诊报告。“脑震荡条款”换下的球员6个自然日(含替换下场当日)内不得重返赛场，第12个自然日内可正常重返赛场。第7~第11个自然日若须提前重返赛场须同时满足两个条件：已休赛1场和提供三甲医院出具的医学报告，明确证明已康复具备参赛条件。

及时出台的《优化方案》最核心的“补丁”，就是增加俱乐部用人和战术成本，从“钻空子”零成本到启用“脑震荡”换人至少缺席1轮，迫使各队将心思重新放回正常的换人思路。或许这个“一刀切”增加用人成本的做法，可能导致核心球员真正脑震荡时不敢被换下。但相比大面积钻规则空子的体育欺诈现象，这已是最行之有效的细化规则，值得肯定。

深圳新鹏城 新帅到位, 球队微调

记者王伟报道 6月6日,深圳新鹏城苏格兰籍新帅罗比·尼尔森带队完成上任后的首堂正式训练课,标志着新鹏城备战中超下半程的工作全面启动。据了解,今夏二次转会俱乐部不会对阵容做大的改动,而是根据新帅的意见做针对性的小幅调整。

首训开启, 摸底队员

6月5日,深圳新鹏城官方宣布,45岁的罗比·尼尔森出任一线队主教练,负责带队征战本赛季剩余中超及杯赛赛事。作为目前中超为数不多的苏格兰籍主教练,尼尔森拥有完备的执教履历、联赛升级经验。

在正式上任前,尼尔森就已走入深圳,融入球队环境。他登上深圳平安金融中心俯瞰城市风貌,走进深圳市体育中心体育场实地感受主场氛围、熟悉比赛场地条件,快速完成对新城市、新主场的认知,为执教打好基础。在6日的首堂训练课上,尼尔森全程指导,训练标准严苛,从球员技术细节、攻防站位到体能节奏均逐一指导,让球队集训进入高标准备战状态。

球员时代的尼尔森履历扎实,长期效力苏格兰劲旅哈茨,入选过苏格兰各年龄段国字号球队,拥有扎实的职业球员功底。转型教练后,他从哈茨梯队起步,逐步成长为一线队主教练,堪称苏格兰足坛的“升级能手”。2014年,尼尔森执掌哈茨一线队,率队拿下苏冠冠军顺利冲超,随后带队斩获苏超季军,成功闯入欧联杯,展现出色的球队打造和战绩提升能力。

2018年,尼尔森接手苏格兰老牌球队邓迪联,延续稳定执教状态,在2019/20赛季率队夺得苏冠冠军,完成升级。2020年他重返哈茨执教,二度带队升超,并带队闯入苏格兰杯决赛,还连续两个赛季拿

继辽宁铁人和武汉三镇之后,深圳新鹏城也赶在中超下半程开启前更换了主教练。三支换帅球队在这次间歇期会做出什么调整,他们是否在下半程改写命运,甚至改变中超格局,值得期待。



■顶替刚带队拿下两连胜的陈涛,深圳新鹏城新帅尼尔森的压力也不小。

到欧协联参赛资格。2025年,尼尔森加入城市足球集团旗下比利时洛默尔SK教练组,助力球队在今年5月成功升入比甲——这段经历让他深度熟知城市足球集团的发展理念、青训体系与运营标准,积累了国际化的建队经验,与新鹏城的发展理念高度契合。

面对全新的中超执教生涯,尼尔森满

怀期许,他表示非常荣幸加盟深圳新鹏城,并感谢俱乐部对他的信任。“这是一家拥有清晰发展规划和巨大潜力的俱乐部,我对开启新的旅程充满期待。”他还表示,未来将助力每一位球员成长进步,为球队打造积极进取、高强度、高竞争力的比赛风格,全力以赴冲击赛季目标,回馈球迷与俱乐部的支持。

新鹏城现阶段备战工作有序推进,球队6月6日已重新集结。接下来的集训周期中,尼尔森将依托日常训练和队内对抗,全方位摸清每名球员的竞技状态、技术特点和位置适配性,循序渐进植入自身战术理念,逐步搭建适配球队阵容的攻防体系与最优轮换框架。

中期调整, 重在防守

目前距离中超二转开窗尚有一段时期,据记者了解,新鹏城所有内外援调整动作,均须等待新帅完成阶段性带队评估后再确定。结合球队现有阵容架构及整体表现,二转新鹏城有可能使用“小幅微调”原则,以激活现有阵容潜力,稳定球队整体架构。

从中超上半赛季的比赛情况和球员具体表现来看,新鹏城在防守端的硬度还需要进一步加强,尤其是在外援中卫本科维奇受伤之后防守短板明显。因此,防守端人员的引进会是新鹏城二转时重点要做的工作。另外,如何激活周定洋、更好发挥其作用也是新帅上任之后面临的课题。

本赛季初新鹏城完成大规模阵容更新,共计引入15名新援,球队整体年龄结构更加合理。俱乐部体育总监丹尼尔坦言,赛季中期换帅是对球队上半程全面复盘、审慎评估后做出的艰难决定。“球队现阶段需要全新的战术思路和竞技动力,进一步打磨现有阵容的技战术体系,塑造稳定、强势的比赛风格。”

新帅已经就位,接下来的集训周期,尼尔森将稳步磨合球队、打磨战术细节。6月19日,深圳新鹏城将在足协杯对阵深圳青年人,尼尔森执教新鹏城的首秀将以同城德比的形式开启,而当天又正好是其生日。无论是对尼尔森还是对新鹏城而言,这都将是一场具有特殊意义的比赛。

辽宁铁人 为改打343做准备

记者鲁蜜报道 5月1日,辽宁铁人客场败走河南之后宣布李金羽下课,取而代之的,是前成都蓉城主教练徐正源。韩国人上任之初一度想立刻改变阵型与打法,在自己首秀的比赛中排出了最擅长的343阵型,但收效一般,输给了云南玉昆。

从冬训开始,辽宁铁人就一直以四后卫为训练主题,从没练过三中卫,所以徐正源很快就在第二场与武汉三镇的比赛又调整回了四后卫。他带队的转折点,发生在与青岛海牛的比赛,那场比赛他直接弃用了外援中卫瓦吉奇,用中场的费利佩和元敏诚搭档中卫组合,效果立竿见影,很快就拿到了回归之后的首胜,随后以一波三连胜结束半程赛事。而在这个过程中,此前备受诟病的锋线外援姆本扎、热菲尼奥状态火热,姆本扎5场进7球,热菲尼奥两轮贡献射术。徐正源作为本赛季第一位“救火”教练,目前带队5轮得了10分,帮助辽

宁铁人从降级区边缘回到了中游。

进入间歇期,徐正源有更多时间按自己熟悉的体系来打造辽宁铁人。首要问题,就是人员上的调整,从俱乐部的角度来看,调整目标有两个,就是在外援前锋和中卫之间做选择。不过目前看来,锋线状态已经被成功激活,而瓦吉奇在徐正源短暂执教的5轮比赛中处于被弃用的状态,徐正源如果要改打三中卫,对于中卫组合要求会比较高,因此换瓦吉奇的可能性较大。此外,铁人还考虑在边后卫、中卫以及后腰位置上引进本土球员,一方面是球队的边卫位置长期有伤病,另一方面还是需要贴合徐正源在下半程改打三中卫的战术体系。

这个休赛期,辽宁铁人并没有给球员放太长的假,5日就收假,随后飞往韩国进行夏训拉练,并计划在韩国踢两场热身赛。对于中期需要战术、人员重组的球队来讲,多安排热身赛也是必然之举。

武汉三镇 调整瞄准中后场

记者鲁蜜报道 武汉三镇本赛季状况与上赛季相似,开局就拉响保级警报,莫拉在主场1比3不敌青岛海牛之后黯然下课。本土教练邓卓翔带队三轮,武汉三镇取得了三连平。随后苏亚雷斯火线上任,成为中超第二位“救火”教练。苏亚雷斯在5月总共带队两场,均收获平局,密集的赛程没有给他太多的时间对球队做大调整。不过在短暂的带队过程中,他还是努力在人员编排以及防线问题上做改变。

战术层面,苏亚雷斯舍弃不适配阵容的高位传控打法,灵活切换阵型,收缩防线填补后防漏洞,终结了球队中超最差的高频失球顽疾,攻防节奏更加合理。在用人上,苏亚雷斯的轮换更加灵活,重新定位了外援的职能,尤其是卡迪斯持续爆发(已连续7轮破门),目前以12粒进球登顶中超半程射手榜。此外,苏亚雷

斯还激活了绍尔的串联作用,使他不再孤军奋战,与锋线的衔接更加流畅,多次送出关键助攻,成为卡迪斯的最佳搭档。本土球员明天、钟晋宝、熊继政等人状态有所回暖。

整个5月,武汉三镇一胜难求,在近期五连平当中,球队的防守、体能不佳等问题依旧突出,这些都是苏亚雷斯在间歇期要着重解决的。

在夏窗引援方面,俱乐部正在对各个位置的球员进行评估,尤其是中后场。不过,在夏窗能流通的球员有限,这对三镇不利。外界关心的外援问题,俱乐部表示目前也在商议中,会不会更换需要进一步的观察和讨论。

这个间歇期三镇不会外出训练,而是留在武汉加速与新教练组的磨合,并计划13日在武汉与河南队进行一场热身赛。

16岁的谢晋 要在更大的舞台造梦!

记者王伟报道 在不久前结束的 U17 亚洲杯上,谢晋在半决赛对阵澳大利亚的比赛中第 85 分钟替补出场后一脚劲射破门,锁定胜局,那颗进球给人们留下了深刻印象。近日,本报与谢晋、他的父亲谢孝华和他的启蒙教练彭修涨进行了视频连线。从东莞阳光五小到恒大足校、北大附中,再到西班牙,16 岁的谢晋,走了一条不容易走的路,好在,这一条路是光明的。

小时候好胜心就强

谢晋老家是湖南永州,他 2009 年在广东东莞出生,从小跟着父母在东莞长大,粤语说得十分流利。

谢晋的足球启蒙是东莞市南城阳光第五小学。这所小学 2014 年被广东省体育局授予“足球特色学校”,2015 年成为教育部“全国首批足球特色学校”之一。

一年级时,由于父母忙于工作,谢晋每天下午 4 点放学后的“去处”成了难题。当时,阳光五小开设了篮球、乒乓球和足球兴趣班,谢晋选择了足球。

谢晋自己也说不清当年为什么那么选,“我感觉是天生爱踢,反正小时候就是爱踢,慢慢就喜欢足球了,小时候就想成为全世界踢球最厉害的人”。



■ 谢晋和父母以及长辈。

“天生爱踢”,在旁人看来有些夸张。上数学课的时候,谢晋都在桌子底下拿脚拨球,数学老师气得给没收了,然后投诉到教练彭修涨那里,“这是什么鬼学生来的,我把他球没收了,他竟然把书包放到桌子底下,又在那里踢”。

彭修涨至今记得第一次见到谢晋的情形,“戴着彩色眼镜,后面还跟着两三个人帮他拿衣服、拿书包,气场十足,我心里面想怎么推荐一个‘大哥’给我,现在想起来还挺好笑”。

长期接触下来,彭修涨很快发现了这个小孩身上不一样的东西,“很好胜,力量也大,很多人被他折服,跟着他一起踢球”。

好胜,是彭修涨评价谢晋时用得最多的词,彭修涨印象很深的是一次去广州踢五人制比赛,“我们这边实力差一些,对方配合很好,两三下传球就进一个”。谢晋情绪上来对队友喊:“你们打后卫的怎么这么差,这都给人传进去。”然后一开球他就带球过去打进一个,但对方又是几个倒脚又

把球打进,谢晋继续用进球回应。

“那一场球,他连进了 7 个,边踢边哭边喊队友,一直没放弃。最后踢到 7 比 7 平。”彭修涨说,“他可以说是凭一己之力和对对方一支队对抗。对方有技术,团队配合又好,很难对付。”

谢晋小时候身体就很壮实,“力量、速度、爆发力都没的说,跟小牛一样。二年级时就敢和六年级的学长们一起踢球,丝毫不惧激烈拼抢。输了最多哭两下,抹抹眼泪又继续踢。现在,谢晋的百米速度已经达到 10 秒 8 了。”彭修涨说。

从恒大足校到北大附中

在阳光五小崭露头角后,谢晋进了恒大足校,3 年里,他多次获得最佳射手称号。

恒大足校鼎盛时期,同个年龄段有 8 支队伍,各队间激烈竞争。谢晋所在的六队,队员身体好,速度快,仅次于精英队。“8 个队有点像现在的西班牙青训同年龄段的多级联赛,各队特点有所不同,互相竞争。”谢晋的父亲谢孝华回忆说。

西班牙青训在低年龄段设有完善的分级联赛,不同大区根据自身青训传统,设置了单数或双数年龄组别。加泰罗尼亚大区拥有从 U9 至 U19 的单数年龄联赛体系,而马德里和瓦伦西亚大区则主要采用双数年龄设定(如 U14、U16)。低年龄段球员可跳级参加高年龄段比赛。以 U14 和 U16 为例,三大青训强区构建了多级联赛体系,确保了不同水平的球队均有对应的竞技舞台,多级联赛体系能够确保不同水平的球队均有对应的竞技舞台。这也是谢晋当初选择去恒大足校的原因之一。

小学升初中那一年,足校母公司爆雷。临近 9 月开学,谢孝华做了一个关键决定——让谢晋回东莞读书。幸运的是,彭修涨当初并没有把谢晋的学籍迁到足校。就这样,谢晋先在东莞的一所学校读了一个月。

在恒大足校接受了 3 年专业足球训练的谢晋,回到普通学校后终究心有不甘。之后,他又转到广州一所学校上学,不久后再次回到恒大足校。一个月后,他被北大附中招走。

在北大附中,谢晋有了代表北京踢全运会的机会。

为了十五运会,北京队选拔优秀球员,经过多轮考核和筛选,谢晋入选了北京 U16 男足。“北京全运会男足投入不小,球队到广东冬训,还去西班牙集训,到泰国和日本打比赛。”按照谢孝华的话来说:“这时候,谢晋的足球之路开始往好的方面发展。”

在梅州五华进行的十五运会男足 U16 决赛中,北京 3 比 1 战胜湖北夺冠,这个冠军,是谢晋截至目前足球生涯中最有分量的。“第一次参加全国最重要的比赛,一场场拼下来,最终拿到了冠军。”谢晋说。



父亲陪读,年投入三四十万

2024 年 3 月,谢晋入选 2024 年中国足协精英青少年球员训练营(09 年龄段)名单以及中国足协 U15 国家男子足球选拔队第三期集训名单。

在国内的一系列赛事中,谢晋表现抢眼。但家人意识到想要继续提升,谢晋必须跳出舒适区,以国内现有的赛事,难以实现突破,去欧洲留洋成为最优解。谢孝华说:“我们当时考虑要提高足球水平就让他出国。另外,在国内,学习时间也很少。”

当时恰逢北京全运足球队组织到西班牙冬训,谢晋在对阵西班牙本土同龄队伍时表现出色。西班牙当地足球专业人士认为谢晋已具备在西班牙同龄段顶级联赛中中游队伍的首发水准。这一评价,进一步坚定了全家送谢晋赴西班牙留洋的决心。

2025 年初,在父亲的陪同下,谢晋前往马德里,先后效力富恩拉夫拉达和皇家卡拉万切青年梯队。

“留洋有家长在身边,成材率会高很多。”这是谢孝华最深的体会。他以陪读身份申请去了西班牙,全职陪伴儿子。

谢晋的经历,很像张玉宁,有艰辛,但更多的是对未来的期许。

其实,在北大附中学踢球的时候,主要由谢晋的妈妈陪伴,当时,家里在北京一年的开销得 10 万多元,其中房租就占了近 5 万。到了西班牙后,花费直接翻了三四



倍。“第一年花了有 40 多万,第二年应该是 30 多万。”谢孝华算着投入的资金,“因为比赛的地方比较远,还需要买台车,跑来跑去。”

但留洋不仅仅是钱的问题,他在西班牙,妻子留在国内打理生意,女儿在海南上大学,一家人分居三地。“像我们这个年龄,父母年事已高,各方面都制约了我出国。好在我有个好哥哥,母亲身体比较健康,但我父亲身体就没那么好,行动不便。有时候我很惭愧,照顾了谢晋,就没办法照顾自己的老爸。”谢孝华说。

在马德里,谢孝华既当爹又当妈,还当厨师,“煮饭是最关键的。我有时候煮的饭,谢晋不太满意,但也没办法。”谢孝华说。

谢孝华还发现,家长的陪伴不只是情感支持,更是实际帮助。“西班牙这边要求监护人必须跟小孩在一起,不是没有道理的。小孩在成长过程中,特别是现在手机普及,自律性往往比较差;主客场比赛,各球场距离比较远,没有家长在这里,有些事情真的很难应付。”

刚到西班牙时,谢晋先去了公办学校学语言,但问题很多。谢孝华果断把他转到了私立学校。“在这里,他学东西的效率比公办的高 10 倍,虽然有点夸张,但说明这条路是对的。花了钱,但花得值。时间成本很重要。语言学不好,训练时听不懂是最大的问题,这会让孩子无法执行教练的战术,无法融入队伍,更无法得到提高。”

当时,有 3 家俱乐部发出了邀约,谢晋选择了富恩拉夫拉达。“当时队里有两个中国小孩,因为谢晋刚来语言不通,训练时听不懂,有两个队友可以帮忙翻译,可以说,他们帮了大忙。”半个赛季后,谢晋语言过关,也逐渐适应了联赛的节奏,他主动寻求挑战,转到了皇家卡拉万切。

谢孝华透露，现在有一些家长向他咨询留洋的事情，他自己其实很纠结。“说实话，我觉得留洋只是一方面，另一方面，也是非常重要的，就是中国要建立自己的多级青训精英联赛体系。”

他认为，国外的训练未必就比国内好多少，但西班牙的青训联赛体系确实非常完善，“这也是我希望极力向中国足协青训部门建议的，像西班牙青训体系一样，建议中国足球青训在低年龄段设立分级联赛，不同地区根据自身青训传统设置单数或双数年龄组别。也就是说，在国内青训强省或强市构建多级联赛体系，确保不同水平的球队均有对应的竞技舞台。”谢孝华说，“比如东莞南城有11所公办学校，还有很多私立学校。我们可以把这些学校组织起来，周末打联赛，按年龄段划分，刚开始如果级别多比较难搞，可以先分两级，后面成熟了再分三级。这样的话，出人才的可能性就大了。”

谢孝华表示：“现在国内足球重点城市的青少年足球比赛体系初步具有这个规模，而且，重点城市间也要策划这样的比赛，水平高的青少年球队经常在一起对抗，势必会有提升，一定会出更多优秀的苗子。以前的足协杯赛事竞争就很激烈，对于足球精英少年的提升是有很大帮助的。”

谢孝华很是感慨：“出国需要很多条件，不是随便就能去的。像我们家真的是破釜沉舟了。你想想，我们出来了家里的生意要不要照顾？真的很难，但再难也要顶上去。”

他的未来值得期待

回头看谢晋的起点，在东莞阳光五小的经历是绕不过的。

谢孝华认为，谢晋能取得现在的成就，得益于当年东莞阳光五小的校园特色学校建设。“我记得五小当时召集了全校家长开会，宣布要办足球特色学校。那时国家给予了大力支持，包括经费，我们才会练足球，不然的话，怎么会踢得出来？”

阳光五小完善的足球配套设施，为谢晋的足球启蒙提供了优质土壤。2005年，曹阳明任该校校长，他注重学生的全面发展，认为“体育是最好的心理老师”。学校通过“三球”（足球、篮球、乒乓球）课程和“六大路径”（班超联赛、每日体育课、大课间等），将体育与心理健康教育深度融合。

在东莞阳光五小，谢晋足球基本功得到打磨，这和启蒙教练彭修涨是分不开的。

彭修涨毕业于广州体院，学院派出身，讲究理论支撑和科学体系，他是广东800足球俱乐部的总顾问，同时也是东莞市阳光第五小学的足球教师，拥有丰富的青少年足球培养经验。他培养出了多名国字号球员，除了谢晋，还有陈俞安、刘志威、杨一凡、严国坤等，女足的彭语嫣进入广州市队和广州第七中学实验学校女足，随队获得了全国五人制足球青少年冠军。

在彭修涨的训练理念里，一到四年级的小孩必须做一件事，即上万次地重复每一个技术动作，练到根本不用看球，球粘在

脚下都不会掉的状态。

彭修涨对训练抓得特别严格。对于训练时不认真练的孩子，比赛时他不会给机会，甚至罚他们站在场边看队友比赛。“动作都没学会，怎么能够打比赛，怎么会在比赛当中用动作。”他说。

谢晋至今对那段日子记忆犹新，“小时候绕杆、球感练习很多，那种小技术基本功练习，彭教练抓得特别严，每天可能都在练。东莞的夏天挺热的，我们每天就在太阳底下练盘带，练基本功，练技术”。

东莞阳光五小有一个硬规矩：学习成绩如果在90分以下就要停训。彭修涨用学业要求倒逼学生形成重视学习的意识。“抓小孩的学习，他反而练球会更专注、更认真。如果你不抓，他可能学了很多匪气、痞气，或者球场上的粗口。”彭修涨说，“足球是自由奔放的运动，很多不受文明压制的东西，有时候就会爆出来。所以，体教融合，抓学习反而能帮到练球。”至于谢晋，“他很聪明，文化课能考高分，花点时间、花点精力就考到了。”彭修涨说。

东莞阳光五小带给了谢晋什么？彭修涨的回答不是技术，而是环境。“校园足球有个好处，就是可以和一些品行端正、有理想、有目标的人在一起。学校给了他一个良好的环境，养成了一些好的习惯。”

谢晋有现在的成就，彭修涨觉得很大程度上来自家长的支持。“有些家长，你批评一下他的小孩，他会有怨言。但谢晋父母不会，如果罚了他，他爸爸妈妈还会过来跟

教练说对不起，帮小孩道歉，他们明白事理，知道你是为小孩好。”他又补充道，“再加上他有天赋，我就想好好培养他。”

彭修涨上次跟谢孝华聊天，说了一句话：“谢晋未来绝对可以去五大联赛，不要局限于中超。中超的压力，不能完全逼出他的潜能。”

谢孝华表示认可：“我也觉得谢晋是有潜力的，他再自律一点、再努力一点，有机会踢西甲。很多事情，真的要看他自己，家长能做的事，我们基本上都做到了。谢晋的身体和天赋都很出色，关键还是要自律、要努力。”

对于自己的未来，谢晋说没想太多，“一步一步来，踢好每一场比赛。”

今年11月，卡塔尔U17世界杯，那是更大的舞台，也是更远的路。



谢晋和启蒙教练彭修涨。



社会主义核心价值观

富强	民主	文明	和谐
自由	平等	公正	法治
爱国	敬业	诚信	友善

中共广州市委宣传部
广州市精神文明建设办公室

粤超球员的世界杯共振

他们的世界杯 我们的粤超



■粤超深圳队队员文嘉栋的护腿板，包含了世界杯元素和偶像情结。

足球从来没有边界，从世界级专业球场的万众瞩目，到岭南大地的草根绿茵，跨越山海的热爱一脉相承。不少粤超球员因观看世界杯开启自己的足球之路，本届世界杯，边看世界杯边踢粤超，将成为他们一生中最深刻的足球记忆。

记者王伟报道 2026 美加墨世界杯将在当地时间 6 月 11 日开幕，48 支球队齐聚北美赛场，百余场顶级对决轮番上演，将全球足球热爱推向高潮。足球从来没有边界，从世界级专业球场的万众瞩目，到岭南大地的草根绿茵，跨越山海的热爱一脉相承。对于国际足坛球星而言，世界杯是职业生涯的终极加冕舞台；而对于征战粤超、中冠赛场的广东青年球员来说，世界杯是青春启蒙、成长灯塔，更是多年扎根本土绿茵、坚守足球初心的精神源泉。

这个夏天，对多数粤超球员而言是最特殊的，边看世界杯边踢粤超，这种体验或许一生只有一次。“他们的世界杯，我们的粤超”，这个夏天，岭南大地也将见证足球殿堂最高层和最底层两级舞台的共振和共鸣。

李启涛、李梓豪、文嘉栋、杜文昌、何炫樟、董嘉煌、梁皓洋等七位年轻球员，分别代表粤超广州队、深圳队、肇庆队征战粤超，他们年龄相近，成长轨迹各异，又都在世界杯的陪伴下完成从少年到草根球员的蜕变，用亲身经历诠释草根绿茵与顶级足坛的双向奔赴。

世界杯点亮 他们的足球初心

每一位球员的足球初心，几乎都始于世界杯的震撼启蒙。2006 年德国世界杯，开启了粤超深圳队队员文嘉栋的足球青春。历经多届大赛沉淀，2022 年卡塔尔世界杯梅西圆梦的画面，成为他最动容的足球记忆。“见证梅西背负多年遗憾、终登世界之巅，全程追随阿根廷所有赛事让我深受触动，也更加理解足球和生活层面坚守与热爱的真正意义。”文嘉栋说。

这份世界杯情怀，成为文嘉栋征战粤超赛场的精神底气。训练疲惫、赛场落后、比赛受挫都是足球的常态，但每当他心生懈怠，总会想起世界杯上球星拼尽全力的模样。同时，世界杯也彻底重塑了他的竞技态度。“从前我的训练比较粗

放，在看到莫德里奇高龄依旧全场覆盖、梅西每一次触球都精准极致后，我彻底明白顶级足球的差距源于细节。现在参加粤超比赛，我对自己日常的训练要求就是专注细致，无论顺境逆境，都坚守到最后一秒，绝不轻言放弃。”文嘉栋对记者说。

相较于文嘉栋与世界杯的故事，18 岁小将李启涛的世界杯青春，更多是少年热血与不甘的共情。作为粤超广州队、中冠联赛广州志诚队双线球员，他的足球视野在 2018 年俄罗斯世界杯被打开。“2022 年的葡萄牙队，C 罗替补登场全力救主、赛后遗憾落泪的画面，深深烙印在我的心中，也让年少的我读懂足球的拼搏、遗憾与坚守。”李启涛告诉记者。

世界杯是照亮李启涛足球道路的灯塔。如今他征战粤超、中冠，认真投入一丝不苟的态度，是他的日常。在李启涛看来，球场不分高低，足球比赛就是对胜负纯粹的追求。“这份纯粹让我无论面对何种对手、何种赛程，都始终保持全力以赴的竞技心态。”李启涛说。

看世界杯踢粤超 双重提高之旅

身为广州体育学院足球学院大一学子，20 岁的李梓豪是粤超广州队队员，同时也是中冠联赛广州志诚队队员，他的足球热爱更加纯粹质朴。2013 年，因踢球收获快乐，他从此与足球结缘。2014 年巴西世界杯，让他真正爱上足球。作为左脚球员，李梓豪一直将梅西视作技术标杆，模仿他的技术动作与赛场思路。“2022 年世界杯决赛，阿根廷历经点球大战击败法国、梅西成功圆梦的画面，是我青春里最圆满的足球记忆。”李梓豪说。

世界杯上球员们为国拼搏、永不言弃，这种精神内核成为李梓豪平衡学业与足球训练的动力。赛场上每球必争、绝境坚守的竞技品质，不断激励他在粤超、中冠赛场踏实沉淀、稳步成长。在李梓豪眼中，代表广州队参加粤超有了额外的意义：“粤超拥有浓厚的民间球迷氛围，

能够助力球员积累曝光、沉淀赛场心态，对我而言，看世界杯，踢粤超，是一种很难得的双重提高经历。”

粤超肇庆队球员杜文昌的世界杯情怀始于 2010 年南非世界杯的传控足球。当时巅峰西班牙流畅精妙的团队传切、默契联动，让年少的他深深折服，从此偏爱讲究整体配合的足球风格。多年看世界杯的历程中，梅西从 2014 年决赛遗憾失冠，到历经低谷逆境重生，2022 年圆梦登顶的成长之路，更让杜文昌读懂了足球最珍贵的底色——坚守与沉淀。

杜文昌慢慢明白，足球从来不止胜负。世界杯赛场上球员带伤作战、绝境翻盘、逆境坚守的画面，一次次“治愈”他训练的疲惫与赛场的失意，让杜文昌始终守住踢球最纯粹的初心。顶级赛场的职业态度，也彻底改变了他的训练方式。“看了世界杯之后我才知道打磨基本功的重要性，基础训练确实枯燥重复，但只要练满 1 万次，水平注定会提高，而且在比赛中更能做到落后不急躁、领先不松懈，专注每一次交接与防守。”他说。

同为粤超肇庆队球员的何炫樟，世界杯启蒙是 2014 年巴西世界杯。群星璀璨的那届大赛中，梅西率队杀入决赛却遗憾落败、凝望大力神杯的落寞身影，深深震撼了少年时期的他。与此同时，克洛泽刷新进球纪录、J 罗一战封神的经典瞬间，让他彻底迷上世界杯的魅力，从此坚守每一届大赛观赛。

“训练奔波的辛苦、赛场失利的遗憾、逐梦路上的迷茫，都会让我心生懈怠，而世界杯的经典故事总能让我重新理解坚持的意义。”何炫樟告诉记者，“在观看世界杯之后，我的心态更加沉稳坚韧，训练踏实，比赛遇逆境从容调整，遭遇挫折快速复盘成长，在一次次沉淀中褪去青涩，让自己更成熟稳健。”

借世界杯热度 焕新本土联赛

粤超肇庆队球员董嘉煌的足球道路同样由世界杯点亮，从小他跟随父亲在

广州市海珠区后乐园街小学求学，其间遇到了自己的足球伯乐温叔，少年时期的董嘉煌守在电视机前观赛的经历，让他深深明白了足球场拼搏奋斗的内在意义，2018 年世界杯 C 罗孤身绝平西班牙的热血名场面，成为他最深刻的足球信仰。“从学生时代步入社会，多年绿茵逐梦路上，伤病、疲惫、生活琐碎、训练枯燥，很多次让我萌生退意，但世界杯巨星的拼搏故事，总能让我重拾热爱、继续奔跑。”董嘉煌告诉记者。

今年 20 岁的广州志诚球员梁皓洋，是广东工业大学大一学生。目前他正在广东英德代表球队参加中冠联赛大区赛英德赛区的比赛，与李启涛、李梓豪一起作为队友并肩为广州志诚队作战。

梁皓洋是在 2014 年的时候开始关注世界杯的，“最深刻的是 2014 和 2018 年世界杯决赛，凌晨带着些许激动与困倦观看了比赛，因为我从小就视梅西为偶像，看到梅西从巅峰的失利再到后来功成名就，他的经历让我明白也学会了很多道理。”梁皓洋说，“世界杯是足球最高的荣誉，它在生活中不断激励着我，让我更加重视每一次出场的意义，如今在中冠和粤超赛场比赛，它们就是我个人的世界杯，我必当全力以赴。”

二十年世界杯流转，从 2006 到 2026，七位南粤少年从仰望星光的观赛者，成长为本土草根足坛的逐梦者。

在世界杯周期，这些广东本土球员也对粤超破圈与世界杯的互动提出自己的想法。文嘉栋希望打造世界杯主题观赛日，利用粤超主场空地架设大屏，让球迷同步感受粤超赛事与世界大赛的双重魅力。李梓豪、何炫樟希望粤超推出世界杯主题互动活动、竞猜与趣味环节，以全民热度带动草根足球氛围。杜文昌提出线上线下联动推广，依托商圈文旅资源开展线下观赛互动，借助短视频平台对标世界杯名场面传播粤超精彩瞬间。董嘉煌、李启涛则建议打造主题专场，适时邀请国际足坛传奇到粤超进行互动。总之，粤超队员们都希望今夏的世界杯与粤超产生火花和更多的互动。

