

女足明日迎战海地 教练主推“攻字诀”

老将王珊珊重回锋线 取胜才可能博得世界杯出线生机

当地时间7月25日下午,中国女足在阿德莱德克罗地亚体育中心球场进行了世界杯小组赛首轮之后的首场室外训练。由于在此之前球队已连续两天,因此本场训练持续了整整两小时。在传跑训练结束后,全队进行了11人VS11人的半场攻防对抗训练。值得注意的是,在首轮对阵丹麦队比赛中出任主力中卫的队长王珊珊,在本次对抗训练中,被教练组重新推到锋线最前沿。很显然,已被逼上“绝路”的中国女足需要在次轮与海地队的比赛中全取3分,主教练水庆霞因此要在本场比赛中主推“攻字诀”。

于当地时间7月22日晚在珀斯不敌本届世界杯小组赛首个对手丹麦队后,中国女足于当地时间次日下午抵备战大本营所在地阿德莱德市。考虑到全

队刚刚经历了一场鏖战,且队员因惜败对手而普遍情绪低落,教练组经与管理团队沟通后,决定不在24日、25日安排室外训练,让队员们暂时与足球“隔离”,在身体与心理上得到彻底的放松,从而为接下来第2轮与海地队的搏命战蓄力。

“教练让我们自己休息一天,出去遛遛,散散心。我的心态还是挺平和的,因为第一场比赛已经过去,我们肯定会重新再来,面对下一个对手。”

王珊珊表示自己经历过三届世界杯,前两届的小组赛首场中国队都是输球,所以说第一场输不见得是坏事,后面两场比赛至关重要。

总结首战,王珊珊表示:“世界杯是大赛,尤其是第一场,对于每个队伍来说都很看重,所以说肯定先以守为主,你只有不丢

球,才有机会赢球。”

谈到失球的教训,王珊珊觉得,队伍还需要在场上加强沟通,“尤其是在比赛快结束时,需要更多人站出来呼应,提醒彼此”。

对于下个对手海地队,王珊珊表示,队伍已做好迎战准备。“我们会根据海地队的特点和优势作部署,像她们的6号迪莫奈和两个边路都比较快,需要防住她们的反击和速度”她说。

当地时间25日下午4点半,中国女足重返克罗地亚体育中心球场,进行中、丹赛后的首次室外训练,这实际也是中、海比赛前首次有球训练。据了解,整场训练持续了整整两小时后才告结束。其间,除训练前15分钟的热身内容对现场媒体记者开放外,余下训练内容全部对外封闭。

事实上,中国女足本次训练的安排与此前各场高强度训练课内容并无太大差别。球员在热身,会进行局部区域传、跑训练以及攻防主题单元的训练。而训练后半程,全队进行了时长1小时的11人VS11人的半场分组对抗训练。而其中一队的人员,绝大多数都可能成为北京时间7月28日晚上7点中、海比赛的主力人选或主力候选。

据了解,在与哥伦比亚队热身及中、丹首轮小组赛比赛中出任中国女足主力中卫的队长王珊珊,在25日分组对抗中,被教练组“顶”到锋线最前沿。这实际也传递出一个信号。当中国女足在本届世界杯小组赛竞争中处于极其不利境地的情况下,球队唯有在第二轮赛事中取胜对手,才有可能博得出线生机。

本报综合

■ 相关新闻

日本、西班牙率先晋级16强

据新华社新西兰惠灵顿7月26日电 率先进入2023女足世界杯16强的两支队伍26日产生,在C组第二轮两场比赛中,日本队和西班牙队均完胜对手,携手出线。

日本队小组赛首轮5球大胜赞比亚队,此番面对哥斯达黎加队,她们在场上继续占据绝对优势,最终以2:0拿下比赛。首场3球大胜哥斯达黎加队的西班牙队继续发威,当天让赞比亚队又吞下一场0:5的惨败。本轮过后,西班牙队和日本队均两战全胜积6分,提前一轮出线,西班牙队以1个净胜球的优势位居小组头名。哥斯达黎加队和赞比亚队均为两战皆负,提前一轮小组出局。

个人第二金到手 男子50米蛙泳 覃海洋夺冠



覃海洋在比赛中。

本报综合消息 中国“蛙王”覃海洋是本届福冈游泳世锦赛最闪耀的明星之一。在26日晚的男子50米蛙泳决赛中,覃海洋以26秒29再度夺冠,拿下本届世锦赛个人第二金!另一位中国选手孙佳俊以26秒79获得铜牌。

在24日毫无悬念地拿下100米蛙泳冠军后,24岁的覃海洋就表示,以前自己输的次数太多了,现在不想输了,未来的目标就是冲击世界纪录。

他也顺理成章地说出了本届世锦赛独揽三金的目标。“100米蛙泳金牌是这次比赛的开始,希望能全力以赴拼50米和200米蛙泳的金牌,把这3个蛙泳项目的金牌都拿到手。”

覃海洋说到做到——在50米蛙泳半决赛中,他就展现良好状态,以26秒20的成绩再次打破亚洲纪录,半决赛第一晋级决赛。

覃海洋出自海军游泳队,师从叶瑾教练多年,和名将宁泽涛、齐晖师出同门。叶瑾在2018年接受记者采访时曾说:“想起我第一次看到覃海洋时,他才9岁,懵懂的样子,现在的他目标清楚,训练自觉,是教练理想中的运动员。”

2022年,覃海洋来到上海队,加入了张雨霏教练崔登荣的团队,开始慢慢摸索新的训练方式。

谈到自己的变化,覃海洋表示:“我觉得是通过科学训练才逐渐有所提高,比如下水前的核心训练,小肌肉群的控制,大肌肉群的锻炼,以前都不太知道这些,但现在都是分开训练的。”

除此之外,心态上的变化也让覃海洋实现突破:“我变得更加成熟了。以前对待游泳的心态更像是对待工作,现在完全是享受这项运动,非常开心。我自己想了很多,想通了,回到最原本的样子开始享受这项运动,去做好每一个过程,不去纠结成绩。”

第四金 中国队首获男女4×100米混合泳接力世锦赛金牌

本报综合消息 7月26日晚,在福冈游泳世锦赛游泳竞技第四决赛日的最后一项角逐中,由徐嘉余、覃海洋、张雨霏和程玉洁组成的中国接力队,在男女4×100米混合泳接力决赛中,以3分38秒57的优异成绩获得冠军,为中国游泳队赢得了开赛以来的第四枚金牌。同时,这是中国队首次赢得该项目世锦赛金牌。由于在至少三个泳姿上拥有世界最高水平的选手,中国游泳队

目前在这个项目上,已经具备了可以和任何一支游泳强队竞争的能力,在包括明年巴黎奥运会在内的一段时间里,在国际大赛上均具备了登上领奖台的实力。

中国队是以预赛第四名的身份晋级决赛的,他们在预赛中的计时是3分42秒49。与上午的预赛相比,中国队更换了三名队员,除了开棒仰泳的重任依旧交给了徐嘉余之外,其余三人全换。第二棒蛙泳换成了这几天

风头无两的覃海洋,第三棒蝶泳则从王一淳换成了刚刚夺得女子100米蝶泳决赛冠军的张雨霏,最后一棒自由泳则由上升势头很快的小将程玉洁来担当。

另外,为了比好这项决赛,张雨霏放弃了女子200米蝶泳的参赛权,因为晚间的半决赛距离混接决赛时间太近,200蝶会耗费体力,为了集体的利益,充分考虑到具体情况,张雨霏在这个比赛日把全部的精力都放在了

混合接力上面。事实证明,这个决定是非常正确的。

开棒之后,徐嘉余正常发挥,第二个交棒,仅比在这次世锦赛夺得男子100米仰泳冠军的美国选手墨菲稍慢。第二个人水的覃海洋不愧是新科男子蛙泳冠军,他在和老对手、美国的芬克较量中完全占据了上风,反超为第一,这也是中国队计划中的一步。第三棒是放弃了个人项目的张雨霏,她面对的也是多

年的竞争对手胡斯克。

“蝶后”这一棒游得太漂亮了,进一步拉大了与美国队之间的差距,也给小将程玉洁留出了足够的领先空间。最后的100米是自由泳,虽然在这个泳姿上中国队并不占优,但是江西小姑娘程玉洁顶住压力,顽强地将三位大哥哥大姐姐积累出来的领先优势保持到了终点,中国队首次在世界大赛上获得该项目的金牌。

6球大胜梅州客家 山东泰山轻松闯进足协杯八强

本报综合消息 7月26日晚,足协杯1/8决赛山东泰山队VS梅州客家的比赛在梅州开打。上半场泰山队就连进四球,最终以6:0大胜对手,轻松闯进足协杯八强。接下来的足协杯1/4决赛,泰山队将客场对阵北京

国安。

本场比赛,泰山队首发派上了贾德松、莫伊塞斯和克雷桑三名外援,前锋线上还有归化球员费南多,守门员是韩鹏泽。梅州客家则是全华班出战。

开场仅10秒,泰山队就取得

进球:费南多中场断球后,莫伊塞斯送出直塞,谢文能插上将球打进,泰山队1:0领先。第11分钟,梅州客家球员文俊杰出现失误,回传球直接被莫伊塞斯断下,克雷桑接球后破门,泰山队2:0领先。第20分钟,莫伊塞斯

接克雷桑传中球,头球破门。第28分钟,克雷桑禁区内兜射梅开二度。上半场结束,泰山队4:0大比分领先。不过上半场快结束时,克雷桑伤退,被胡靖航换下。

下半场泰山队继续扩大战

果。第58分钟,大禁区左侧宋龙传中,梅州守门员出击出现失误,莫伊塞斯打空门得手,5:0!第75分钟,吉翔开出定位球,贾德松后插上将球顶进,比分变成了6:0。