

# “绝处逢生”之战赢下海地队 第三战对阵欧洲冠军 中国女足“命运之战” 周二硬刚英格兰

**本报综合消息** 中国女足将于北京时间8月1日晚7点在澳大利亚阿德莱德迎战本届女足世界杯小组赛最后一个对手，也是实力最为强劲的女足欧洲杯冠军英格兰队。由于小组赛前两轮分别不敌丹麦队、取胜海地队，因此仅仅手握3分的中国女足必须力争取胜英格兰队。虽然这个目标完成的难度巨大，但中国女足经过此前“绝处逢生”的考验后，已经找回那颗“勇敢的心”。在技战术安排方面，教练组也更趋从容。对于最后一轮生死战，中国女足将致力于“夺中场”，以追求攻守平衡。

当地时间7月29日下午，中国女足赴阿德莱德克罗地亚体育中心球场进行中、海比赛赛后的首次室外训练。由于在前

一晚的比赛中，中国女足少一人作战，体能消耗过大，部分球员抽筋。因此在当场比赛中首发出场的球员虽然到场，却没有进行有球训练，只是参加了身体恢复训练。

余下球员则相继进行了传接球训练、定位球训练，以及分组对抗训练。中国女足将以怎样的打法应对英格兰队？事实上，从本届赛事开赛前，教练组已经有意识地对这个对手作了研究。与首轮比赛结束一样，球队技术分析人员最近两天加班加点，对英格兰队此前两轮比赛的实况作了视频剪辑工作，球队也将于7月31日组织队员，通过视频资料分析对手的优、缺点。

不得不说，中国女足能够在比赛大部分时间少一人作战

的情况下，最终取胜海地队，得益于全队的拼搏精神，也得益于教练组危难之际作出的及时的合理的战术调整。在当场比赛中，中国女足沿用了4后卫打法，不过对于中前场人员安排，水庆霞作了一番精心设计。如姚凌薇首次首发与首轮首发的张馨、杨莉娜组成三角形中场，张馨位置稍稍突前，这样一来，球队在防守过程中，中场屏障的厚度与力度明显增加，限制住了对手的快速突破。而在进攻过程中，张馨可以发挥其转移球速率快、视野开阔、传球精准的特点，协助张琳艳、吴澄舒两翼齐飞。

虽然张馨第27分钟就被罚下场，但技术型前卫张馨的替补登场，保证了球队在中场位置对球的控制力。于是即便对

方进攻核心迪莫尔奈下半时替补登场，也受到了中国队的严密限制。

中国女足在小组赛第2场比赛里技战术运用及精神层面的成功，实际也为最后一轮赛事平添了信心。在已经结束的D组全部4场比赛中，所有比分均定格在“1比0”，这证明本组4支球队相互间的实力差距，并没有外界想象中那样大。由于左右比赛战局的因素还包括体能、状态及心理因素，因此中国女足只要在比赛中保持注意力集中，避免非受迫性的低级失误，那么就能与英格兰队抗衡一番。

值得注意的是，中国女足教练组原计划在小组赛第2轮后半段将队长王珊珊由中卫位置上解放出来，增援锋线。不

过从前两轮比赛情况看，诸如窦加星、汪琳琳这些年轻球员，暂时还难以适应世界杯节奏，难以抵御强手进攻的压力。因此在接下来的比赛中，王珊珊与姚伟的中卫组合可能会被固定下来。至于张馨停赛后，其留下的主力后腰位置空缺由谁来填补？教练组须仔细研究一番。在姚凌薇与杨莉娜搭档双后腰被证明“可以一用”后，张馨理论上存在由边路移向中路的可能性。但无论如何调整，中国队4后卫的站位都不会改变，球队在8月1日的比赛中，也将致力于争夺中场，从而保持攻守两端的平衡。至于进攻端人员安排，教练组大概率仍追求“以快制胜”，将张琳艳、娄佳慧安置在两翼或突前位置上。

## “蛙泳之王 中国制造” “新蛙王”覃海洋 是这样炼成的

“覃海洋，蛙泳之王！”7月28日晚，世界泳联在官方社交媒体上这样称呼他。

在世界泳联的历史上，从来没有一位运动员能在同一届世锦赛上包揽50、100和200米蛙泳冠军。覃海洋做到了！他还在福冈世锦赛打破一项世界纪录，六次改写亚洲纪录。创造历史、实现壮举的最初几分钟，覃海洋情绪激昂，先是坐在水线上，然后一跃出水，振臂高呼，向全世界宣告中国游泳力量，然而当他站上冠军领奖台时，脸上又恢复了往日的平静恬淡，全然没有刚刚包揽蛙泳三金、目前在本届世锦赛已收获四金的狂喜表情。

很多人都在好奇，“新蛙王”是怎样炼成的？

### 行稳致远酝酿“中国速度”

1999年出生的覃海洋是湖南人，5岁半开始学习游泳，9岁那年暑假，母亲带着他慕名前往上海的海军游泳队训练基地参加暑期班，经过几年的海军队短期集训和上海闵行区少体校训练，他终于在2014年6月进入海军队，师从执教过宁泽涛、齐晖等名将的名师叶瑾。

都说性格决定成败。覃海洋的性格慢热，说话慢条斯理，走路四平八稳，但在水里却如同“蛟龙”：水感好、悟性高、训练自觉。

无论遭遇挫折逆境还是大获成功，覃海洋始终不疾不徐、淡定如初。2017年世锦赛连续改写世界青年纪录，2018年登上亚运会领奖台，2018年杭州短池世锦赛摘银，2019年世界军人运动会有抢眼表现，但他依然少言寡语；在遇到瓶颈、东京奥运会男子200米蛙泳预赛被判技术犯规成绩无效后，他也没有怨天尤人，依然在默默努力、酝酿下一次突破。

覃海洋很少“说大话”，近一年来却时常有豪言壮语，“我希望打破世界纪录，在福

冈争取包揽蛙泳金牌。我知道以前没有人做到，但是我真的有信心，也有心理准备去拼。”

终于，在自己的第四次世锦赛之旅，覃海洋全面爆发。

两届奥运会男子蛙泳“双冠王”、日本名将北岛康介当天为创造历史的覃海洋颁奖，让覃海洋感到非常有意义，“北岛曾经是亚洲蛙泳的标志性人物，小时候我看过他的比赛录像”。

接过“新蛙王”头衔后，覃海洋心态依然平和，“金牌拿过之后就翻篇了，金牌只能挂着看，不能带在身上成为包袱。我还是会把每一次比赛当作全新的挑战。外国人叫不出我的姓氏‘覃’，就用‘King’来发音，正好赶上我这次的成绩不错，碰巧而已。现在叫我‘世界蛙王’还有些早，奥运会才是我的终极目标”。

“外界说我‘横空出世’，这话没什么不妥，英国‘蛙王’皮蒂当初也是横空出世。至于‘大器晚成’，我才24，不算晚。”覃海洋笑着说，“永远不要相信胜利像山坡上的蒲公英一样唾手可得，但是请相信，这个世界上的所有美好都值

得我们全力以赴。”

### 感恩伯乐提振“中国自信”

一名优秀运动员能够遇到伯乐是一件幸事，在覃海洋的游泳生涯中有幸遇到多位伯乐，教练们如同接力一样，一路保驾护航送他登顶。

在进入海军队之前，覃海洋至少跟随着8位海军队教练训练，还有上海闵行区少体校教练的精心指导；进入海军队后，叶瑾为他打下了坚实的有氧耐力基础和强大的心肺功能；东京奥运会后，覃海洋进入上海队跟随崔登荣教练继续“攀登高峰”。

今年54岁的崔登荣以技术细腻著称，对动作细节和体能要求精益求精，此前他带出过伦敦奥运会女子100米蝶泳银牌得主陆滢，并指导张雨霏在东京奥运会拿下2金2银的辉煌战绩。他为张雨霏制定的“金牌计划”同样适用于覃海洋：突出专项体能、提高每划动作的速度和力量、以100米促进200米。

崔登荣特别注意运动员在强化体能的同时，保持心情愉快并避免伤病，除了日常外教

练组的前花样游泳世界冠军芮俐带来了“花式体能”大法，让运动员在轻松的氛围中完成艰苦的核心训练；助理教练黄光裕则利用休息时间自己制作小视频，鼓舞运动员士气；队内的科医人员轮番助力等等。

“50、100和200米是不同的训练体系，（覃）海洋的表现史无前例，尤其是他的200米蛙泳游得非常自信。现在我们只是迈出了第一步，终极目标是奥运会。”崔登荣说。

覃海洋坦承：“勇敢与好奇是打开世界的密钥，雄心是长大的好奇心。现在的我更积极主动，更加自信，敢于设定目标。胜利似乎比想象中来得简单一点。不过在一个小目标完成之后，永远会有新的目标，打破100米蛙泳世界纪录才是我的梦想。”目前男子100米蛙泳世界纪录由英国名将皮蒂保持。

夺冠后的覃海洋与崔登荣紧紧相拥，一切尽在不言中，“言语都太轻了。”覃海洋认真地说。他也感谢了始终关注他成长的恩师叶瑾——“您的帮助我一直记在心里。”

据新华社日本福冈7月29日电



7月28日，覃海洋在男子200米蛙泳决赛后庆祝。

## 成都大运会 曹茂园开启夺金潮 中国队收获“大四喜”

据新华社成都7月29日电 四川运动员、成都体育学院学生曹茂园7月29日在武术比赛中为中国队开启夺金潮。在曹茂园收获男子南拳金牌即本届大运会首金后，他的队友宋翠芳、金哲典和陈小丽在各自项目中获得冠军，将当天6个项目的金牌揽走三分之二。

武术比赛在成都老城区金牛区的城北体育馆举行，吸引了一大批“武术迷”前来观赛。参加男子南拳比赛的有10位选手，曹茂园第四位出场，他动作刚劲有力，套路行云流水，以9.770的最高分获得冠军，这也是本届大运会首金。

曹茂园赛后告诉记者，家乡观众非常热情，他虽然比较兴奋，但在比赛中一直注意压住情绪。“今天我发挥出了平时训练的水平，给自己打9分。”

中国香港选手刘子龙和来自伊朗的沙辛·巴尼塔勒比分获男子南拳项目二、三名。

“大运会是展示中华武术的舞台，能让中华武术被更多人看到和了解。”曹茂园说，虽然这块金牌是很高的荣耀，但他会以此作为新的起点，立志把中华武术进一步发扬光大。

在女子南刀比赛中，中国选手宋翠芳夺金。她在比赛和训练期间还积极与其他国家和地区选手交流，大家互换纪念徽章，成为新朋友。

韩国选手诸佳英和中国澳门队的黄心妍分获银牌和铜牌。

当日下午进行了男子长拳和女子太极拳比赛。倒数第三位出场的金哲典顶住压力以9.723分超越印尼选手埃德加·玛弗洛，夺得男子长拳冠军。陈小丽以一套柔中带刚的拳法赢得女子太极拳项目9.753的最高分。

男子太极剑金牌、女子长拳比赛金牌分别被中国香港选手许得恩和印度尼西亚运动员南迪拉·玛瑞斯卡夺得。