

展望2030前,不妨看看“优等生”



刚柔并济

乌兹别克斯坦昂首挺胸踏入世界舞台的足球“翻身”故事,是当下中国足球“重走长征路”时应研读的“教材”。

”

随着2026美加墨世界杯的亚洲区预选赛18强赛最后一轮结束,国足再次告别,亚洲足坛却升起一颗新星——乌兹别克斯坦队历史性闯入世界杯决赛圈。从主教练艾哈迈多夫“每四年向全球球迷道歉”的自嘲,到如今昂首挺胸踏入世界舞台,乌兹别克斯坦足球的“翻身”故事,实则是中国足球最应研读的教材。

乌兹别克斯坦足球的崛起并非偶然,在于十多年来如一日的青训深耕。自2006年痛定思痛,乌兹别克斯坦足协便牵头编织起一张覆盖全国的青训巨网,近百所足球学校如雨后春笋般涌现。其最大胆举措,莫过于让U23国家队征战次级联赛,U19国青队

投身第三级别联赛——以高强度对抗磨炼新星。这或许存在争议,但却为年轻球员铺设了通往欧洲联赛之路,像胡桑诺夫21岁便闪耀曼城,费祖拉耶夫在莫斯科中央陆军锋芒毕露,肖穆罗多夫则以1800万欧元身价成为罗马尖刀。

十年磨一剑,这支曾经的亚洲杯鱼腩队伍2023年勇夺U20亚洲杯冠军,2024年U23亚洲杯进军决赛并直通巴黎奥运会,2025年U17亚少赛十人鏖战力克沙特捧杯,可以说,乌兹别克斯坦几乎完成了亚洲青年级别冠军的大满贯。国家队的成功自然水到渠成,当青年梯队已能称雄亚洲,成年国家队在世界杯预选赛中战胜伊朗、韩国等劲



王钰栋点球绝杀

CFP供图

旅,最终实现历史性突破,早已埋下伏笔。

反观中国足球,我们缺少的绝非零星天赋,而是乌兹别克斯坦那般系统建设的耐心,以及实战中表现的精气神。就如艾哈迈多夫在自己创办的足校墙上刻下箴言:“没有好的基础就没有资格考虑结果。”

眼下,中国足球正在“重走长征路”,在展望2030年世界杯之际,继续扎扎实实做青训,完善校园普及到精英培养这条生态链,让各年龄段队伍拥有高质量比赛平台,让有潜力的新星能够在欧洲五大联赛闯荡,这是“长征路”走实走好的关键所在。

(余敏刚)

更多外援让乒超更“职业化”



眼观四

更多外援的加入,不仅为赛事提供更多看点,也对年轻选手的成长空间与竞争压力起到很好刺激,让乒超在保持高水平的同时更加趋近专业的职业联赛。

”

近日,2025赛季中国乒乓球俱乐部超级联赛常规赛第一阶段比赛在河北雄安新区激战正酣,本赛季乒超最大的变化莫过于外援政策的放宽——每队可引入一名非中国乒协注册选手。这一政策直接催生了近年来规模最大的外援阵容。

这场“外援潮”不仅为赛事注入了国际化基因,更为本土人才培养与联赛生态升级提供了双重机遇。

外援的加入直接拉高了赛事的竞技水准。以深圳大学队为例,平野美宇与孙颖莎、蒯曼组成的“深大三剑客”成为女团夺冠热门,其首秀即引发媒体聚焦。山东魏桥队引入中国台北选手林昀儒后,与王楚钦、梁靖崑组成“最强三人组”,四连胜战绩彰显外援与本土球员的化学反应。这种“强强对话”不仅满足了观众对高水平竞技的需求,更通过外援的明星效应吸引了赞助商与转播资源,为联赛商业化铺

平道路。

另一方面,外援的加入不仅不会挤压本土球员的生存空间,反而将成为其成长的催化剂。以黄石基地队为例,国内球员韩菲儿、姚睿轩、王添艺在与申裕斌、木原美悠的竞争中,需快速提升技战术水平与心理素质。上海龙腾队何卓佳在战胜申裕斌的比赛中,展现了特殊打法对国际选手的克制能力,证明本土球员可通过针对性训练实现突破。这种“中外合并”的竞技环境,迫使本土球员跳出舒适区,加速成长。

“职业化”从来不是单行道。当乒超联赛在雄安新区敲响战鼓时,它不仅是一场简单的体育赛事,而是中国体育向“产业生态”转型的缩影。外援的加入,既是挑战,更是机遇——唯有在开放与竞争中,中国乒乓球才能有朝一日实现从“世界冠军摇篮”到“职业联赛标杆”的跨越。

(陆英健)

需为“速降少年”系上“安全带”



嘉言懿行

规范极限运动还需疏堵结合,为青少年创造安全的运动环境,才能为这群“速降少年”系上“安全带”,减少类似活动的安全隐患。

”

一群看上去只有十几岁的少年,骑着山地自行车,不戴护具、无视人流,在城市街头巷尾的台阶、高坡俯冲而下,过往行人不得不紧急避让……近日,这样一则视频引发公众对“青少年速降骑行热”的关注。

青少年追求刺激、渴望展示自我本无可厚非,但作为一项专业性强、危险性高的极限运动,自行车速降需要在特定场地进行,且速降者需佩戴专业护具,经过系统训练。这种将极限运动搬到人流密集的公共场所,无异于将个人乐趣凌驾于公共安全之上。

而除了速降,近年来,还有类似于城市跑酷、滑板等对公众及个人均具有一定安全隐患的运动“炫技”表演屡屡在全国各大城市的街头巷尾上演。参与者普遍认为这是一种“酷炫”的自我表达,却漠视了这种行为背后潜藏的巨大风险。

令人担忧的是,在短视频平台上,这种“炫技”的视频比比皆是,并动辄获得数十万的点赞。“流量加持”让这类危险行为吸引了有些青少年盲目模仿。

对于这种现象,无论是网络平台,还是城市设施、家庭管理,应形成合力,为这群“速降少年”系上“安全带”,才能减少类似活动的安全隐患。

首当其冲的便是网络平台,更加健全风险防控体系应该与时俱进。算法推荐不能唯流量是图,必须对这类危险的城市运动视频严格审核。将这些“热血”的视频,过滤于他们眼球之外,并引导他们关注正规运动教学与安全科普。

其次,家长要认识到这类运动对青少年所能带来的相关安全隐患。特别是部分家长,觉得这类极限运动可以培养孩子的“冒险精神”,要及时纠正自己的教育观念。

此外,规范这类极限运动还需疏堵结合,为青少年创造安全的运动环境。在专业场地运动,提供平价护具租赁与教练指导;学校与社区可开放运动空间,设置缓冲防护区域,满足青少年释放活力的需求。

(谢嘉伟)