

2024新年

特别策划

体坛展望

逐梦前行 奋进致远

■本报记者 仇建辉 马晶

新年的第一缕曙光,从地平线跃升而出。岁月,又拉开新的序幕——

日月其迈,岁律更新。2024年,如期而至。

回首刚刚挥别的2023年,中国体育健儿奋勇拼搏、不懈奋斗,夺得165个世界冠军、创造20项世界纪录,不断书写着中国体育的新传奇。

展望2024年,世界体坛精彩纷呈。从年初的第十四届全国冬季运动会到夏天的巴黎奥运会,从韩国世乒赛到成都汤尤杯,从游泳世锦赛到世界女排联赛……体坛盛宴将接续上演,中国体育健儿正枕戈待旦、厉兵秣马,力争在世界赛场上乘风破浪、展翅翱翔。

2024年,是一个充满希望和挑战的体育大年。站在新的起点上,中国体育健儿将带着喜悦和希望,踏上新的征程。

新年的第一场体育大戏,将在卡塔尔多哈上演。

男足亚洲杯定于2024年1月12日至2月10日展开角逐。中国男足与塔吉克斯坦队、黎巴嫩队以及东道主卡塔尔队同在A组。

由于亚洲杯从2019年迎来扩军,参赛球队从之前的16支增至24支,6个小组前两名加上4个成绩最好的第三名都可以进入到16强淘汰赛。由于出线名额较多,中国队的晋级之路较以往相对容易一些,但也绝不能掉以轻心。

纵观小组赛的两个对手,对于目前世界排名第79位的国足来说,塔吉克斯坦队与黎巴嫩队的纸面实力并不强——塔吉克斯坦队世界排名第106位,且是首次参加亚洲杯;黎巴嫩队世界排名第107位,比中国队还要稍低一些。此外,卡塔尔队既是本届亚洲杯的东道主,也是亚洲杯卫冕冠军,实力相对高出一筹。

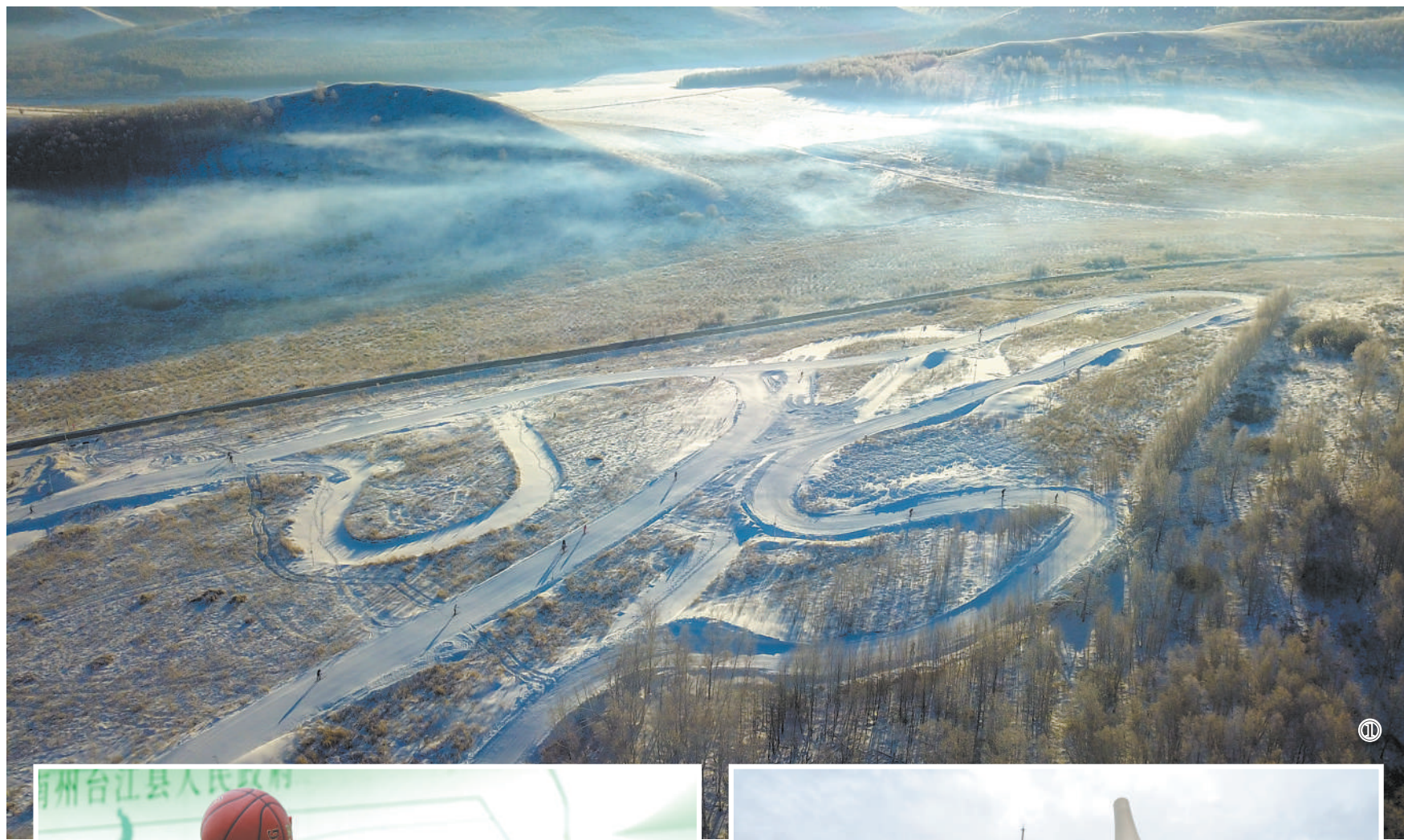
中国男足在本届亚洲杯上的赛程也相对有利,将于北京时间1月13日22时30分迎战塔吉克斯坦队;次战黎巴嫩队时间为1月17日19时30分;小组赛最后一战对阵东道主卡塔尔队,比赛时间为1月22日23时——国足这样的小组抽签结果较为理想,小组前两战先面对实力稍弱的对手;倘若小组顺利出线,1/8决赛对手大概率仍为阿联酋,国足也有一战之力。

因此,国足在亚洲杯上的前两场比赛至关重要。如果能顺利战胜塔吉克斯坦队与黎巴嫩队,6分在手,不管末战卡塔尔队结果如何,国足也会获得晋级淘汰赛的机会。

中国男足于去年12月18日从上海启程前往阿联酋首都阿布扎比,正式开启2024年亚洲杯的备战。在阿布扎比集训期间,国足将进行为期3周的体能储备和技战术训练,并计划进行4场热身赛,以提升队员的临战状态。

经过首阶段的体能储备,目前中国男足26名球员都处于一个比较不错的状态。在去年12月25日进行的首场热身赛中,中国男足以5比1大胜阿联酋当地二级联赛的一支队伍。由于对手实力并不强,因此这场热身赛的结果并不是最重要的,主教练扬科维奇更希望大家能够找到比赛的感觉。随后,12月29日中国男足又与阿曼队进行了一场热身赛。今年1月1日,中国男足与同样在为亚洲杯做准备的香港队进行了一场友谊赛。在这三场比赛之后,中国男足还计划在1月5日,再进行第4场热身赛,不过目前尚在寻找合适的对手。每场热身赛间隔三至四天,与亚洲杯这种赛会制的比赛日程安排基本一致,国足上下也是希望通过高强度的热身,帮助队员提升比赛状态,并寻找大赛节奏。

对于队员们在最近训练中表现出来的积极性,主帅扬科维奇十分欣慰:“首先我们队员心里都有一个明确的目标,就是我们代表国家队参加亚洲范围内级别最高的赛事——亚洲杯。我们每个人都动力十足。”



标,就是我们代表国家队参加亚洲范围内级别最高的赛事——亚洲杯。我们每个人都动力十足。”

值得一提的是,2026年世界杯预选赛亚洲区36强赛已于2023年11月拉开了帷幕。在决赛阶段扩军至48支球队,中国男足将“力争跻身亚洲杯8强”作为本届亚洲杯的目标,也符合球队上下的心理预期。

那么,能否跻身亚洲杯8强,就看小伙子们在场上的表现如何了。

二

千里冰封,万里雪飘。伴随着窗外呼啸的北风和漫天飞舞的雪花,第十四届全国冬季运动会的脚步越来越近了。

行走在呼伦贝尔市的街头,从大街小巷到公园广场,从商场社区到运动场馆,一驻足,一抬头,冬运会的气息扑面而来,“十四冬”的氛围越来越浓。

作为北京冬奥会后举办的首个全国冬季大型综合性赛事,“十四冬”将于2月17日至27日在内蒙古自治区举行。届时,预计将有3700余名运动员参加“十四冬”的角逐,这也将是历届全国冬运会中规模最大、项目最全的一届。

秉持“绿色、共享、开放、廉洁”的办赛理念,“十四冬”充分利用了现有场地设施。内蒙古呼伦贝尔、赤峰、乌兰察布等地将承办绝大多数项目的比赛;雪橇、雪车等在内蒙古自治区不具备办赛条件

的项目,积极利用北京冬奥场馆组织比赛;目前各赛区都已准备就绪。

本届比赛共设滑冰、滑雪、冬季两项、冰壶、冰球、雪车、雪橇、滑雪登山等8个大项16个分项176个小项,全面对标冬奥会。2026年米兰冬奥会项目在“十四冬”上全部设项。

从呼伦贝尔市海拉尔区东山台地,由西向东眺望,“十四冬”主场馆、内蒙古自治区冰上运动训练中心宛如朵朵祥云,在广袤大地上盘旋欲上。目前,内蒙古自治区冰上运动训练中心已完成短道速滑馆、冰球冰壶馆、速度滑冰馆、室外设施及综合性升级改造。

依托丰富的冰雪资源和高海拔起伏迂回的地势,呼伦贝尔克石凤凰山滑雪场和扎兰屯金龙山滑雪场被国家体育总局确定为越野滑雪、冬季两项国家队训练基地和单板滑雪U型场地、自由式滑雪雪上技巧、自由式滑雪空中技巧国家队训练基地。多样的地形和较大范围的海拔高度区间差为开展滑雪运动创造了良好地形条件。如今,修整一新的赛道已悉数亮相,正盛装等待着全国冰雪健儿的到来。

志愿者“小雪团”也已准备就绪。他们有的经历了“十四冬”冰球公开组比赛、短道速滑资格赛等赛事的历练,有的在入场专业系统的培训中收获满满。一个个年轻的身影,已做好准备迎接盛会的到来。

在各项筹备保障工作紧锣密鼓推进的同时,冰雪健儿的备战也不曾停歇。率先进行的雪橇、雪车和钢架雪车等项目的比赛竞争激烈,冰雪健儿在良性竞争中互相促进、共同提高。在“十四冬”资格赛中,北京冬奥会冠军徐梦桃、苏翊鸣,名将蔡雪桐、刘佳宇等选手悉数出战,并顺利取得决赛资格。

为保证米兰冬奥会人才储备和选

拔,“十四冬”在短道速滑、冰球等4个大项中增加了青年组比赛,设置10个分项、60个小项。同时,鼓励社会各界力量参与我国冰雪运动的发展,在省(区、市)参赛的基础上,达到一定成绩标准的学校、俱乐部、个人均可参赛,持续为冰雪运动输送人才。

此外,国家体育总局首次在全国冬季运动会上设置了体能准入测试。根据不同项目特点,科学制定体能测试的内容、标准和方式等,通过体能准入测试的运动员方可参赛。在速度滑冰、自由式滑雪空中技巧等项目上设定最低成绩或难度标准,达标且获得资格的运动员方能参加决赛阶段比赛。同时,本次比赛首次进行反兴奋剂知识测试,通过测试的运动员方可参赛,切实增强各单位抓

紧抓实反兴奋剂工作的自觉性。冰雪健儿的梦想与荣光,即将在祖国的北疆大地闪耀。内蒙古正以饱满的热情,迎接全国各地参赛选手以及冰雪爱好者共同续写冰雪华章。

巴黎奥运会,无疑是今年最引人注目的体育盛宴。7月26日至8月11日,全球体育健儿将汇聚于塞纳河畔。

上半年,是备战巴黎奥运会的关键阶段,也是不少项目的运动员获得奥运会参赛资格的最后机会。在这段时间内,运动员不仅要努力提升竞技状态,提高竞技水平,还要频频参加奥运资格赛,全力争取巴黎奥运会的人场券。

据悉,在刚刚过去的2023年,中国体坛积极推进巴黎奥运会备战工作,不

断提高竞技水平,目前已获得142个小项巴黎奥运会的参赛资格。在过去的一年中,奥运项目的运动员和队伍参加世界大赛获得35枚金牌,部分项目有了新突破、新突破。

乒乓球、跳水、射击、举重、体操和羽毛球,仍然是中国体育军团的传统优势项目,在巴黎奥运会上也将贡献大部分的金牌。

乒乓球,被我们称为国球。中国乒乓球队的硬实力,在世界乒坛可谓独步天下。在2023年德班世乒赛上,国乒包揽了全部5个单项的金牌,加上2022年在成都世乒赛上包揽男团、女团冠军,实力可见一斑。

全红婵、陈芋汐——两位中国跳水队的当家花旦,频频联手上演“水花消失术”,精彩的表现让跳水运动在国内备受追捧。中国跳水运动员在2023年游泳世锦赛上获得了7枚奥运项目金牌,展现出了强劲实力。巴黎奥运会上,我们期待中国跳水队能够拿出更加精彩的表现,为祖国增光添彩。

中国射击队在2023年射击世锦赛上获得了6枚金牌,整体表现不俗。经过冬训的苦炼,期待他们在新赛季能爆发出更大的能量。此外,中国举重队和中国体操队也是奥运会上的夺牌大户,让我们期待他们能够在盛夏的巴黎拿出最佳表现。

田径和游泳是奥运会上的基础大项,备受瞩目。此前,巴黎奥运会公布了田径项目的奥运参赛标准,其中男、女百米的达标成绩分别是10秒00和11秒07。相比于东京奥运会,巴黎奥运会的参赛标准提高了不少。从达标成绩来看,东京奥运会上取得优异成绩的中国田径队又将面临一次严峻的挑战。据悉,目前中国运动员在男、女百米项目都还未拿到巴黎奥运会的参

赛资格,运动员们正在紧锣密鼓地备战。中国田径队正在进行冬训,积极帮助运动员恢复和储备体能,为此后的专项训练和比赛打好基础。

剑指巴黎,飞人归来。苏炳添日前透露,作为亚洲纪录保持者的他已经重回训练场近2个月时间,一直在认真训练,准备冲击巴黎奥运会。他的身体情况比去年夏天提前宣布结束赛季时好了很多,目前正在通过增加训练量和训练强度来慢慢恢复状态。苏炳添不仅希望能出现在巴黎,还期待能够坚持到2025年的大湾区全运会,“我在不断挑战自我,但首先要让自己坚持下来”。

5月在巴哈马举行的世界田径接力锦标赛,将关系到中国田径接力队能否获得巴黎奥运会参赛资格,因此这项赛事对于中国田径队而言非常重要。

这个冬天,备战巴黎奥运会,是中国体坛最重要的话题。田径、游泳、乒乓球、跳水、女排等多支国家队都在进行冬训,全力备战即将到来的这场一年一度

四

体育即生活,运动让生活更美好。2023年,全民健身事业蓬勃发展,迸发出巨大的活力和潜力,助力体育运动成为更多中国人的健康生活方式,为体育强国、健康中国建设添砖加瓦。

体育,早已跃出竞技场的藩篱,飞入街巷阡陌。

“村超”“村BA”等自发性基层群众体育赛事活动蓬勃开展;“一签难求”成为很多马拉松赛事的“标配”;越野跑、自行车、登山等各类群众体育活动广受欢迎……让体育回归本源,越来越多人开始将体育作为自己生活的一部分,“运动生活”的健康理念逐渐深入人心。

入冬以来,冰雪运动逐渐成为全民健身的新选择。北京冬奥会后,高水平冰雪赛事不断落户国内,同样助推大众参与冰雪运动的热情。曾几何时,人们常说“冰雪运动不进山海关”。如今,放眼全国,冰雪运动在各地都已生根发芽。冰雪运动从西部边陲到东部沿海,从塞北到江南铺展开来,参与冰雪运动成为更多百姓健身、休闲的新时尚。

进入2024年,新年登高健身大会等主题活动在各地轮番举行,人们参加全民健身的热情日益高涨。

健康是幸福生活的重要指标之一。刚刚过去的2023年,全社会主动健身意识持续增强,“以健身促健康”已成为一种潮流,成为一种生活方式。

大江南北,海岛高原,强身健体谋打赢,已成为官兵的共识。

在《军事体育训练大纲》的指引下,科学训练的理念在基层官兵心中更加坚定;军体运动会上的激情呐喊,激励官兵超越自我,创破纪录;篮球、足球、羽毛球、乒乓球……丰富多彩的体育运动,为官兵的业余生活增添一抹亮色。

运动之于个人,是一种自然而然的习惯;之于官兵,是助力战斗力生成的重要途径;之于国家与民族,则是全民健身的基础基石之一。

越过寒冬,逐梦前行,希望就在前方。让我们向着春天奔跑,尽情享受体育带来的激情和梦想。

图①:位于内蒙古自治区呼伦贝尔市的牙克石分赛区,将承办第十四届全国冬季运动会冬季两项和越野滑雪两个比赛项目。

图②:全国和美乡村篮球大赛总决赛上,山东省淄博市沂源县悦庄镇代表队队员申守法(左)在比赛中投篮。

图③:巴黎奥运火炬在法国公开亮相。

图片均据新华社
版式设计:周永昊