

距离世界杯开幕仅剩一周，欧洲联赛终于暂告一段落

世界杯与职业联赛的冲突令球员很受伤

■本报记者 沈雷

距离卡塔尔世界杯揭幕恰好还有一周时间，各参赛队的主教练们终于可以松一口气，欧洲联赛暂告一段落，至少现在可以不必担心自己心仪的球员在俱乐部突然受伤，导致错过四年一届的足坛盛会。

这是第一届在中东地区举办的世界杯。为了避开当地高温，竞争不过天气的世界杯只能破天荒地在北半球的冬季举行。这自然制造出一个众所周知的结果——本届世界杯赛期与欧洲主流联赛的跨年度赛季撞了个满怀。往届世界杯，各参赛队在开赛前一个月就已集结，通过集训和一两场热身赛检验阵容与战术，从而完成最终名单的筛选，赛前一周各队陆续奔赴赛地适应环境。而眼下，欧洲主流联赛上周末才打完世界杯前的最后一轮，多数球员拖着疲惫的身躯赶赴国家队，还来不及喘口气，就将迎来高强度的世界杯。

从卡塔尔申办成功起，欧洲主流舆论就一直抨击国际足联同意将世界杯安排在中东地区的决定，赛程冲突是最重要的话柄之一。现在看来，批评并非全然缘于欧洲本位主义的傲慢，反倒是早早点出了可以预见到的问题。

欧洲联赛如今是足球世界的单一中心舞台，上届世界杯736名参赛选手中有574人为欧洲俱乐部效力，占比高达78%，本届杯赛全部名单尚未出炉，不过情况应该大致相当。除了斯基的纳维亚国家和少部分东欧国家联赛赛季在自然年内完成，其余欧洲联赛基本为跨年度赛制。卡塔尔世界杯所占用的这一个月时间，原本恰是各联赛与欧战的高潮期，贡献最多世界杯参赛选手的五大联赛豪门球队此时正深陷三线作战。尽管欧足联和各联赛不得不为世界杯调整了部分赛程，但这只是“朝三暮四”式的变戏法——在赛季总比赛场次未减少一场的情况下，生生挤出一个月空档期，只能大

大提高比赛密度，从而以牺牲球员的健康为代价腾出赛程空间。

就在两天前，国际职业足球运动员联合会(FIFPro)公开发表评论称，为了在赛季中期举办世界杯，饱和的日程安排将足球运动员“推到了可接受的极限”；不可持续的工作量损害了球员的身体和精神健康，并使他们的职业寿命受到威胁。FIFPro重点强调了亚洲巨星孙兴慜和塞内加尔前锋马内的例子。韩国人在10月份举行的6场英超联赛和3场欧联杯小组赛中悉数首发登场，出战总时间长达778分钟，随后在11月1日的欧联杯中遭遇眼眶骨折；马内从上赛季开始代表利物浦、拜仁慕尼黑和塞内加尔国家队总计出场接近90场，其中本赛季的德甲、欧冠、德国杯、德国超级杯以及国家队赛事更是全勤出战25场，最终在11月8日的联赛中伤到肌腱。

孙兴慜和马内的“过劳”并非孤例。由于赛程紧张，多家欧洲豪门俱乐部本

赛季在世界杯前的比赛场次突破二十大关，平均每四半天就要出战一场，拜仁慕尼黑(24场)、曼城(22场)、巴黎圣日耳曼(22场)、皇马(21场)等豪门均打破了队史同期的比赛最多场次纪录。孙兴慜和马内的接连受伤，一度让大牌球员们人人自危。鉴于二人对各自国家队的作用实在太过重要，韩国队和塞内加尔队均选择将有伤在身的头牌球星列入世界杯名单。不过韩国主帅本托承认孙兴慜还需要更多时间恢复，而塞内加尔的决定更是惹恼了拜仁慕尼黑，暗示该国足协没把球员的健康放在首位。

球员过劳又不该由卡塔尔世界杯一家背锅。过去两年，足球世界原本的节奏完全被新冠疫情搅乱。2019-20赛季，各联赛因疫情停摆，英超、西甲、意甲等联赛重启后一直持续到2020年的7月底8月初，欧战则于8月23日方才落幕。20余天后，2020-21赛季即拉开帷幕后，2021年6月又有因新冠延期一年的欧洲

杯和美洲杯。这些代表世界足球最高水平的球员们在2019年夏天后再也没有度过过一个完整的夏休调整期，即便今年也不例外，因为世界杯的缘故，大部分联赛都提前两周左右开启赛季，里外里去的都是原本属于球员的休整时间。

中东天气与新冠疫情，都属于不可抗力，但因此造成的赛程问题，又似乎有许多可以改善的可能性，只是无论国际足联还是各大联赛，都不会牺牲自己的利益。世界杯是绝大多数足球选手人生的一大梦想，职业联赛则是他们实现个人商业价值的主要路径。被裹挟在世界杯与职业联赛的冲突中，球员们无法作出选择，只会成为最大的、很可能也是唯一的受害者。而对于世界杯参赛队主教练们，内心又会生出新的担心——“势不能穿鲁缟”的球员们能在大赛舞台上发挥出几分状态，一直不曾松开的弦会在莫大的压力下绷断吗？这份心不定或许将持续整个世界杯。

■本报记者 陈海翔

经历18个月的等待，张伟丽夺回了曾经属于自己的UFC金腰带。北京时间昨天下午，这位中国女选手在纽约举行的UFC281草量级冠军战中，两回合轻取卡拉·埃斯帕扎荣膺桂冠。看上去没有花费太多体力的张伟丽赛后激动地在场地中做了一个直体后翻，而后高举双拳庆祝得偿所愿。

“第一次拿金腰带是在中国，当时很多人因为那场比赛认识了UFC，那时候我是中国的伟丽。这次在纽约再次拿到金腰带，我觉得自己成为了世界的伟丽。”张伟丽自豪地说，“我有很多降服对手的方法，今天只用出了其中一种。我想和所有人说，我们每个人都会经历困难和挫折，不要放弃，坚持下去，那就一定会得到你想要的。”

赛前，外界就几乎一致看好张伟丽获胜，这一边倒的热捧缘于她强大的竞技水平和良好的身体状态。五个月前被张伟丽“打”退役的乔安娜表示，自己是中国选手的支持者，“与我的那场比赛中，张伟丽展现出了令人恐怖的力量，我认为她能够重夺草量级桂冠。”曾两次击败张伟丽并夺走金腰带的罗斯也给出了同样的态度，“如果一定要在赛前选一位胜利者，我会选张伟丽。”

为了更好地应对拥有良好地面能力与摔跤功底的黑拉，张伟丽在过去几个月内还特别补强了自己技术的最后一块短板，邀请摔跤世界冠军进行特训，大幅提升了防摔能力。事实证明，她的努力没有白费。比赛第一回合，张伟丽站立处于优势，但进入中局后被卡拉抓住机会摔倒，一度处于被动中的张伟丽马上展现出强大的力量，迅速摆脱并且一度接近对卡拉形成裸绞。第二回合开始后，卡拉再次希望通过下盘寻找突破，但已经有所准备的张伟丽迅速撤膝，再次利用力

两回合“绞杀”对手，时隔18个月重夺UFC金腰带 “中国的伟丽”羽化为“世界的伟丽”



张伟丽夺回了曾经属于自己的UFC金腰带。
视觉中国

量压制卡拉并使出裸绞，将对手完全锁住。看到表情痛苦、丝毫动弹不得的卡拉，裁判立即吹停比赛，胜利就此归属张伟丽。

2019年8月成为中国与亚洲首位UFC冠军，2021年4月失去金腰带，再到昨天击败三年内豪取六连胜的卡拉，张伟丽在此期间付出的努力和坚持超出

常人想象。“曾经的我总想着去拿金腰带，很在意输赢，但在经历了这么多事情后，我慢慢发现综合格斗会是自己一辈子的事业，我可以放下包袱，放下输赢，

去享受比赛。”技术和心理层面的双重蜕变，让张伟丽变得更强，她不会纠结于眼前站着的是乔安娜、卡拉抑或其他人，她只想成为一个更好的自己。

“沪”动青春 “运”育未来

■本报记者 吴殊

韩寒曾在社交媒体上晒出自己的跑步照片和配速图，引得网友一片惊呼：原来这位作家的跑步成绩那么优秀！韩寒是上海市松江二中1999级校友，他正是以田径特长生的身份考入这所申城老牌名校。松江二中体育教研组组长马建钢还依稀记得韩寒当年的模样，“瘦瘦小小的个头，默默跟着全队一起训练。”1979年松江二中就被评为上海市体育田径传统项目学校，从2001年起试办田径二线运动队，至今已有20余年。

这所百年名校拥有深厚的历史底蕴与风景如画的校园。上世纪30年代，松江二中的前身江苏省立松江女子中学校长江学珠女士就提出“百年树人、五育兼进、健全品格、张扬个性”，这一办学思想被铭刻在校园内，也在师生心里种下种子。副校长方喜已在松江二中工作了20余年，“近一个世纪前，江女士提出的‘五育兼进’中就包含了体育。体育强健学生的体质，彰显青少年的个性，进一步擦亮了我们学校的招牌，更是松江二中传承至今的重要传统。”

多方位选拔，普通生里有璞玉

松江二中田径队目前由11名高一至高三的学生组成。除了除夕和大年初一，田径队几乎全年无休。每周一至周五17时到18时半，周六15时到17时，周日9时到11时，是全队雷打不动的训练时间。在第十七届上海市运动

底蕴深厚的百年名校，亦有着数十年的体教融合探索经验 体育是松江二中传承至今的重要传统



从普通生成长为国家一级运动员的时涛(右)，毕业后回到母校担任体育教师与田径队教练。 本报记者 陈龙摄

会上，松江二中田径队参加女子100米、200米和400米，男子200米、400米和800米等项目的竞争。

由于名额等问题，松江二中田径队较过去有所缩减，这也给体育教研组提出了更高的选材要求，只有选出更有潜力的苗子，才能保证队伍的竞争力。“对运动队选手的选拔是全方位的。”马建钢透露，“既有来自‘一条龙’对口小学、初中的体育特长生，也有我们专程跑到其他中小学挖掘出的苗子。在平时体育课和学校田径运动会上，也一直留意着有没有合适练田径的普通生。”

现任学校田径队教练时涛就是最

好的例子。“当年教练赵振鹏在上体育课时，发现这孩子跑得不错，就让他来田径队试试。没想到，还真发现了一块璞玉。”据马建钢介绍，时涛是松江二中2006级的普通生，此前从未有过专业体育训练经历的他被选入田径队后，经过两年多训练，在高考前达标国家一级运动员，“这堪称是普通生练体育的天花板了。”时涛凭借高考文化分和体育分总分全市前十的佳绩考取了华东师范大学体育教育专业，2014年毕业后，他回到母校担任体育教师与田径队教练，在职期间还攻读了硕士学位。

松江二中田径队今年招收了三名

新生，时涛介绍，“他们都是从我们对口的中小梯队中选拔上来的，运动成绩普遍比较高，文化成绩与松江二中分数线相差10分左右。”此外，松江二中新近开始试办游泳二线队，并吸纳了两名新生，一位是松江中小学培养出的国家一级运动员，另一位则从青浦慕名而来。

招得进来，更要送得出去

多年来形成的田径运动传统，是松江二中校园内的一大特色，就连每年的校运会也分为田径运动会(春季)和综合运动会(秋季)两场。而松二浓郁的

学习氛围也同样影响着学生运动员。高三学生陈卓是田径队里个子最高的选手，也是最近老师们谈论得最多的学生之一。“从开学初到最近一次月考，短短一个多月时间里，陈卓的文化成绩就提高了整整11分。对于高三学生，短期内有这样的提升非常难得。”

松江二中课程教学处主任高瑛告诉记者，对于体育特长生的培养，学校坚持“既无差别对待，也有特殊对待”的原则。一方面，所有体育生都就读于普通班，享受同等的教学资源；另一方面，学校对体育生不仅减免学费、住宿费，在规章制度设置上也对他们相对包容，“例如体育生在晚上6点半才能结束训练，洗澡吃饭后参加晚自习就会迟到，这时要对他们特殊对待。”高瑛透露，各科任课老师会对体育生进行个性化辅导，根据每个人的特点制定不一样的学习计划；课程教学处、德育处、教练员和班主任定期召开座谈会，讨论如何协调好体育和文化学习，为体育特长生“对症下药”。

马建钢表示，得益于多方努力，松江二中田径队队员的学习成绩从未令学校失望，“自创办二线队以来，所有队员都考上了本科；田径队选手在985或211高校录取率上从不拖学校后腿，甚至有时能超过全校的平均水平。”去年，八位参加高考的松江二中田径队选手中有五位考入985高校，录取率高达62.5%。

“我们招培学生，不是只管三年的高中教育，我们必须对每位学生的出路与未来发展都有持续性的关注。”副校长方喜认为，“学生运动员既要招得进来，更要送得出去。这是我们松江二中育人树人的姿态和承诺。”

华天看好马术发展前景 中国马术的机遇在上海

本报讯（记者吴殊）周末一直是上海市马术运动管理中心最热闹的日子。11月12日下午，除参加日常训练的孩子外，这里迎来了一些特别的客人——中国首位马术三项赛奥运选手华天和25组受邀家庭，一同参加“体荟魔都”马术嘉年华活动。

“马术在中国的普及非常快。早年在北京发展得较快，近年来在上海的普及尤为迅速，并发展到一个较高水平。”华天21岁看好马术在上海的发展，他表示，“我认为中国马术运动的发展机遇在上海。”

作为最具影响力的中国马术选手之一，华天见证了马术运动在中国的蓬勃发展。“相比我们这一代需要出国出境训练，这一代孩子们已拥有极好的比赛机会和训练条件。”华天说，“令我颇感意外的是，数百名马术运动员将要参加上海市运会。”

14岁的刘梦好就是即将参加市运会马术场地障碍赛的运动员之一。每个周末她都会从浦东赶赴金山，在马术运动管理中心上两堂课，“今天下午5点一节，明天早上6点一节。”练了五年马术的她终于在两年前拥有了一匹属于自己的白马，刘梦好告诉记者，“‘卡洛斯’跑得很快，我有时都拖不住它。这次市运会，我们想要在团体赛中拼拼速度，也想不被扣分。”

第十七届上海市运动会马术比赛定于12月举行，来自16支参赛队的300名运动员将参与16个小项的角逐。与上届市运会相比，参赛单位由13个区拓展至全市16个区全覆盖，金牌数由8块增至16块。市运会马术项目的办赛规模和水平不断提高，也有不少优秀马术运动后备人才涌现出来。

正如华天所说，“在许多看来，马术是精英阶层的运动，但其实越来越多中国家庭已有机会接触到这项运动。”自去年11月“华天·人马一心”公益项目成立以来，华天亲身投入到推广马术运动、普及马术文化的活动中去，通过分享马房管理的知识，让更多人懂得照顾马匹的重要性；通过开设“马语学前班”公开课，让马术文化走进申城校园……华天表示，“在欧洲，骑马是许多人生活的一部分；在中国，我由衷希望更多人有机会接触马术。”

25分钟锁定胜局击败深圳 海港迎中超三连胜

本报讯（记者陈海翔）在昨晚举行的中超第25轮中，海港仅用25分钟便锁定胜局。面对由沈祥福率领的深圳队，吕文君、王燦超和武磊先后破门，助海港以3比0轻取对手。这是海港的中超三连胜，此前球队先后以2比1、2比0击败大连人和沧州雄狮。

开场仅7分钟，保利尼奥右路传中，董春雨补球脱手，吕文君跟上推射空门得分；第18分钟，海港左侧角球送入禁区，无人盯防的王燦超头球破门；第25分钟，保利尼奥禁区边缘送出精妙直传，武磊反越位成功轻松推射得手。下半时，主帅莱科先后换上保利尼奥、巴尔加斯和武磊等绝对主力，将比分保持到终场。

莱科赛后感谢了队员们的努力，“大家踢出了纪律性，在部分防守球员因伤缺队的情况下，防线表现得非常稳固，也创造了不少机会。大家再次证明，在足球比赛中，一个强大的整体要远远比个人表现更重要。我很开心看到每个人都做到了这一点。”

当海港队在中超展现出良好状态的同时，上海申花队的状态却一路下滑。上周六晚，申花在两度领先的情况下以2比3不敌成都蓉城，六轮不胜已滑落到积分榜第8位。

传统足彩派奖活动收官 筹集公益金2.84亿元

本报讯（记者谷苗）随着中国足球彩票第22138期开奖结果公布，2022年传统足彩2.6亿大派奖活动落下帷幕。两个月的时间里，15个足彩指定派奖期总销量达到12.92亿元，平均每期销量8612.16万元，共为国家筹集彩票公益金2.84亿元，平均每期筹集公益金1894.67万元。

今年的传统足彩派奖活动，覆盖了14场胜负、胜负任选9场、6场半全场胜负和4场进球全部四种游戏，单期1750万元的派奖力度也是历史新高。15期派奖中，共有超过40万注分享到派奖奖金，其中第22137期14场胜负游戏和任9胜负游戏，头奖分别中出2105注和18万余注，单期分享派奖注数达到本次活动的顶峰。

普惠购彩者的同时，本次派奖活动也造就了单期重磅头奖。由于第四个派奖期14场胜负游戏头奖空开，使得第五个派奖期14场胜负游戏的5注一等奖斩获单注500万元头奖及320万元派奖奖金，单注总奖金达820万元。6场半全场胜负游戏派奖期间也诞生了两注百万大奖——第22115期和第22128期，两期头奖奖金分别为49.3万元和85.6万元，在70万元派奖资金的加持下，总奖金分别达到119.3万元和155.6万元。

传统足彩带来竞猜乐趣的同时，也搭建起了奉献爱心、助力公益的桥梁。购彩者每购买1注2元传统足彩，就有0.44元成为彩票公益金，广泛用于多项社会公益事业和体育事业。