

世界杯迎来48强 兵强马壮

世界杯无疑是2026年最让人期待的体育赛事，而本届世界杯创下的多项新历史更让这种期待之最“没有之一”。尤其是，参赛队伍从32支扩充为了48支，以及主办国共有三个国家：美国，加拿大，墨西哥。

随着世界杯的影响力越来越大，扩军历来有之。历史上最稳定的参赛队伍是16支，然后在1982年变成了24支。1998年增至32支，而今年更是变成48支。这其中的商业考量占了较大比重而引发过职业足坛的尖锐讨论，但世界杯及足球运动的影响力与之俱增也是不争事实。

历来由一国主办的传统，在2002年开始改变，当年世界杯由日韩联合主办，这是受2000年欧洲杯由比利时和荷兰联合承办的影响。此后，2008年欧洲杯以及2012年欧洲杯都由两国承办。而世界杯到了今年改为美加墨三国主办更是在改革的道路上又迈出一大步。2030年世界杯也已确定为西班牙、葡萄牙和摩洛哥三国联合举办，而为纪念世界杯在乌拉圭举行一百周年，国际足联还决定在乌拉圭、阿根廷和巴拉圭各举办三场揭幕战，从某种意义上来说，这是六国世界杯。毫无疑问这也是受了此次美加墨世界杯的影响。

除了参赛国和举办国数量的巨大变化外，本届世界杯很多新技术的应用也很值得期待。比如说AI赋能的升级VAR，智能足球 Trionda，以及半自动越位技术。据国际足联称，2022年世界杯的越位判罚是系统警报引发人工复核，时间周期25秒左右，而2026年世界杯的越位判罚0.3秒出结果，耳机即时警报，减少人工干预。这种技术跨越给足球运动带来的冲击，堪比赛场上的精彩。

当然，世界杯最令人期待的还是梅西、C罗等老将的夕阳光辉，以及姆巴佩、哈兰德等中生代的直接对决。还有，大力神杯花落谁家的悬念！



2026重点赛事看点多多。万众瞩目的世界杯外，国内赛场也马不停蹄地不断奋进。
本版撰稿 本报记者 林龙

中超联赛重头再来 塞翁失马 焉知非福

2026年1月29日，公安部、国家体育总局、中国足球协会在北京联合召开足球行业“假赌黑”问题专项整治行动新闻发布会，通报中有多支中超球队遭到扣分、罚款等处罚。这必会对2026赛季的中超联赛带来影响，但却是积极的。塞翁失马，焉知非福！

首先是纠正了过去的错误，为的是建立一个更公平的竞赛环境。这对中超的长远发展必是有益的。而对于本赛季来说，这也一定会激励被罚分的球队拿出更好的表现来“弥补”，甚至超越。

申花被罚了10分，而争冠的主要对手海港和国安都被罚了5分，山东被罚6分，浙江也被罚了5分。这相当于，申花开局时比直接对手少了4-5分，虽然打击不小，但上赛季申花也一度能以6分领跑。联赛有30轮，5分就是两场球的差距。如果能将压力转化为动力，复刻上赛季以6分领跑的神勇，并更加小心去避免失误，申花并非没有夺冠的机会。与此同时，海港和国安“坐拥”5分优势也会更有夺冠的信心。成都没有被扣分，但经历换帅和队长离开等动荡之后，成都若想重现上赛季的表现也并非易事。

在更公平的竞争环境下，与“金元足球”渐行渐远的中超，各球队都在发掘自身潜力上花了越来越多的精力。最重要的，各球队都越来越重视培养年轻球员。U23队伍在此次亚洲杯的成功进一步证明了后备人才的宝贵。在亚洲杯上发挥出色的杨希、贺一然、拜合拉木等人被各队竞相追逐，而徐彬更是率先实现留洋梦想。如能形成良性循环，中超从低谷走出也指日可待。

男足国字号全面出击 马力全开

U23国足在本届亚洲杯打进决赛的成功，以及邵佳一担任国足主帅的变化，都让中国球迷对我们国字号足球队期待陡然高涨。而由此让人激动的开局之后，各支国字号队伍在2026年冲击各自目标也都有了新的“马力”赋能。

邵佳一率领的队伍首当其冲。就像施拉普纳曾多次强调过的，国家队是“引领”，甚至是“旗帜”。由于去年伊万科维奇离任后迟迟未能确认主帅人选，所以国足错过了2025年9、10、11三个月的国际比赛窗口。虽然国足在2026年没有大赛任务，但国足也算提前进入2030年世界杯周期，而明年的亚洲杯是邵佳一面临的第一次正式大考。所以，充分利用好2026年的所有热身赛机会就尤为重要。根据国际足联安排，3月份的国际比赛窗口将会举行“FIFA系列赛”，中国队将受邀参加由澳大利亚举办的系列赛，对手分别是喀麦隆和库拉索。

喀麦隆是非洲传统强队，非洲杯八强，而库拉索是世界杯新军。“FIFA系列赛”对他们而言都有极大的锻炼价值，对缺少比赛的国足而言价值更大。届时，我们将看到邵指导麾下国足的“庐山真面目”。

U23国足在赢得亚洲杯亚军后将迎接下一个重要任务：亚运会。这支队伍可能会和安东尼奥一起保留，但也可能是调整为2005-2006年年龄段的奥运队伍，依然由安东尼奥执教，但着眼于2028年奥运会预选赛。而无论怎样，这支队伍在亚运会的表现都能赢得比此次亚洲杯更多的关注。

2025年2月在深圳举行U20亚青赛，久尔杰维奇和他的小伙子们与四强以及世青赛差之毫厘，殊为可惜。但败军亦可言勇。由久尔杰维奇执教的U19国青队已在去年正式竖旗，他们将在明年杭州举行的U20亚青赛上再一次向世界青赛发起冲击。早已厉兵秣马的这支队伍，备战质量高过了上一届。3月底，U19国青将在义乌和澳大利亚国青踢两场高质量热身赛，然后于6月份赴法国去“土伦杯”和欧洲强队直接对话。下半年，足协可能会再为他们安排一次“四国邀请赛”。这一系列比赛打下来，相信他们能够为明年亚青赛做好最充分的准备。

刚刚7比0狂扫印尼的U17国少队几乎“颠覆”了球迷近年来对中国足球的认知，他们在8月份的U17亚少赛晋级八强、继而进军世少赛大有希望。在他们之后，U16国少队将会参加法国“蒙太古杯”，此外足协也会为他们安排一次“四国赛”，U15国少队也将会被安排一次“四国赛”。

国字号队伍在2026全面出击。中国足球，只争朝夕。

中国军团亚运逐光 厉兵秣马

金秋九月，桂香渐远，亚运圣火将再度点燃亚洲大地。2026年9月19日至10月4日，第20届亚洲运动会将在日本爱知县·名古屋盛大启幕，来自亚洲40余个国家和地区的体育健儿齐聚一堂，以竞技为桥，赴和平之约。在这场亚洲规模最大的综合性体育盛会上，中国体育代表团必将再度成为最耀眼的星群——他们带着蝉联十一届金牌榜榜首的荣光，怀揣着为国争光的赤诚，以成熟的阵容、昂扬的姿态，在41大项、460小项的赛场之上，续写属于中国体育的辉煌篇章，彰显亚洲体育强国的底气与担当。

对于中国体育代表团而言，2026名古屋亚运会不仅是一场竞技盛宴，更是2028年洛杉矶奥运会新周期的一次“中考”，是检验队伍实力、锻炼年轻选手的重要舞台。一批“00后”“10后”新秀将通过这场赛事走向国际大舞台，在全运会上崭露头角的“后浪”们，有望在亚运赛场绽放光彩，为中国体育注入新鲜血液。老将的传帮带与新秀的快速成长，必将让中国军团在名古屋赛场形成强大合力，既守住传统优势，也实现新的突破，为洛杉矶奥运会积累宝贵经验。

体育成为上海城市脉搏 骐骥驰骋

2026，上海整装待发——全年计划举行165场(项)国际国内赛事，精心绘制的体育赛事长卷已然铺陈，等待着骐骥驰骋。

165场(项)国际国内赛事，折射出的是上海赛事体系的丰富度与立体性。既有F1中国大奖赛、ATP1000网球大师赛等全球顶级的“城市名片”，持续吸引世界目光；也有上海马拉松、上海赛艇公开赛、上海帆船公开赛等深入城市基因的自主品牌，在传承与创新中彰显本土办赛智慧。今年10月，我们还将看到首次在中国大陆地区举办的国际自盟场地自行车世界锦标赛。国际与国内并举，传统与新兴交融，全年无休的赛事节奏，满足着不同人群的观赛需求与参与热情，让体育真正融入市民生活。

中国女足 老马识途

进入2026年，中国女足最重要的新闻或许就是马良行的回归。在上赛季女足足协杯结束后，上海足协做出人员调整，水庆霞合约期满后离任，马良行由上海女足青训总监改任上海女足总教练兼一线队教练。

据马良行介绍，他的主要任务就是率领上海女足在四年后的全运会取得优异成绩。此前在他的率领下，上海女足赢得过19个冠军头衔，其中包括两届全运会冠军。2017年，他培养出的水庆霞和黄坚雄赢得全运会成年女足和U18女足冠军。2018年后，任女足青训总监的马良行又让上海女足实现全运会U18三连冠，以及首个U16全运会冠军。如今，女足一线队遇到一些困难，马良行“老马识途”，回到熟悉的岗位，球迷对上海女足也就有了新的期待。“今年遇到很大困难，农商银行的赞助没有了。目标只是过渡，但我内心不止这个目标。”带队训练一个月之后，马良行已让球队焕发新颜，训练强度和比赛水平都有了质的提高。新赛季的女中超，上海女足有望“马到成功”。

女足国家队将于3月份参加在澳大利亚举行的女足亚洲杯。虽然之前在温布利和英格兰女足的热身赛以0比8落败，但主帅米利西奇和队员们都已走出了这个阴影，足协也为教练组配备了王洪亮和区楚良做有力补充。3月份的女足国家队同样值得期待。

除了国家队之外，女足U20国青队将于4月份出征U20亚洲杯，争取晋级半决赛而跻身波兰举行的女足U20世界杯。而U17女足国少也将作为东道主参加4月份的U17亚少赛，目标同样是跻身四强以获得U17女足世青赛入场券。去年，王洪亮率领的队伍已参加了在摩洛哥举行的U17女足世青赛并历史性晋级16强。这一次有了东道主优势，U17的小将们将会向更高目标再次发起冲击。