

# 沈阳队队员选拔火热进行 3天,430多人报名

本报记者 李翔



春寒未消,绿茵燃情。3月14日至15日,沈阳市沈河区文化体育中心内人声鼎沸、活力涌动,东北地区城市足球联赛(简称“东北超”)沈阳队队员选拔测试赛正式开启,数百名怀揣梦想的足球爱好者齐聚于此,用汗水与拼搏争取代表家乡出战“东北超”的珍贵名额。

沈阳队此次选拔秉持开放多元的理念,打破职业球员与草根球员的壁垒,选材范围覆盖职业梯队、青训俱乐部、校园及社会各界。招募令自3月9日发布以来,短短3天便吸引430余名球员报名,其中既有辽宁铁人足球俱乐部梯队球员、沈阳满天星青训队员等专业球员,也有校园学子、企业职工、网红博主等草根爱好者,年龄跨度从16岁到40岁,尽显沈阳足球的深厚底蕴。

在1500米测试中,31岁的辽宁传媒学院体育教师孙鲁宁率先冲线。稍事调整之后,他接受了记者的采访:“能参加‘东北超’选拔,我非常荣幸,这是代表家乡出战的宝贵机会。在我心里,‘东北超’不只是一场足球赛,更是推动东北振兴、展现家乡风采的重要平台。”谈及备战情况,孙鲁宁坦言,学生时代他便与足球相伴,为了参加这次选拔,他特意加强了体能训练,“我踢中场,跑动能力强是我的特点,无论最终能否入选,能和这么多热爱足球的朋友同场竞技,为沈阳足球出力,我就很满足了。”他还表



示,若能成功入选,会利用自己的专业优势,助力球队磨合提升,同时带动身边更多人关注“东北超”、支持沈阳队。

此次选拔由辽宁铁人队原主教练高明琪领衔的教练组统筹,测试内容涵盖30米冲刺、立定跳远、带球绕桩、1500米耐力跑及分组教学比赛,全方位考察报名者的身体素质、技术水平与实战能力。尽管测试当天气温仅0℃左右,但选手们的热情丝毫不减:冲刺时全力以赴,带球时灵巧娴熟,耐力跑时咬牙坚持,分组对抗时默契配合,彰显着对足球的热爱与执着。

沈阳足球队前队长陈波担任本次选拔的评委,在队员分组对抗时,这位昔日以防守强硬著称的铁卫安静地站在场边,手中拿着纸笔,认真地记录每名队员的特点,儒雅的样子让人几乎忘了他球员时代的绰号——“大熊”。“这些队员认真投入的态度,给我留下了很深的印象。我们这次旨在综合技



上图为公布参训球员的分组情况。下图为球员在分组赛中展示球技。

术、体能等多方面因素考察队员,也希望通过“东北超”这项赛事,助力沈阳足球重塑辉煌。”陈波说。

结合此次选拔的实际情况,沈阳队最终阵容将由职业梯队、青训队员、校园球员与社会爱好者共同

组成。主教练高明琪坦言:“这支沈阳队和我之前执教的职业队截然不同,队员来自四面八方、各行各业,不少是没有接受过专业训练的草根球员,而且组队时间较晚,加速磨合、凝聚团队合力是我当前的首要任务。”他补充道,“足球是团队项目,凝聚力是战斗力的根基,无论是职业赛事还是民间联赛,只要踏上赛场,就需要队伍心往一处想、劲往一处使。”

谈及选拔标准,高明琪直言:“我们不只是选技术最好的,更要选有拼劲、有韧劲,愿意为家乡足球出力的人,这次选拔的首要目标,就是从众多报名者中筛选出足球基础扎实、适配球队战术体系的优秀队员,完善阵容。”

据了解,选拔结束后,球队将立即展开集训,通过热身赛打磨阵容,全力备战5月开赛的“东北超”。

此次选拔既是一次严格的人才遴选,也是一场全民参与的足球盛宴。从奥运冠军王心迪主动请缨,到辽篮名将韩德君、辽宁男乒主教练翟一鸣有望跨界助阵,从专业球员的精准发挥,到草根球员的奋力拼搏,每一份热情都在为沈城足球赋能。相信这支多元融合、充满活力的沈阳队,将在“东北超”赛场上展现沈城风采,以足球传递城市力量。

# “我叫李智超,我要踢‘东北超’”

本报记者 李翔

在“东北超”沈阳队选拔测试赛现场,39岁的李智超引人注目。“我叫李智超,我要踢‘东北超’。”他的自我介绍带着几分幽默感。作为沈阳草根足球圈的活跃分子,李智超拥有一支业余球队,还是一名人气颇高的足球博主。“没想到参加选拔的球员都很年轻、实力出众,我真有点跟不上。”李智超说。

虽然嘴上说着“跟不上年轻人节奏”,但在分组对抗中,李智超凭借娴熟的技术显得游刃有余,一个潇洒的脚后跟进球更是赢得满堂彩。“这不是常规操作吗?”走下赛场,李智超和记者开起了玩笑。“你还有什么绝活?”面对记者的提问,李智超故作认真地说:“360度空中转体。”说完自己都没绷住,乐了。

李智超说,得知沈阳队公开招募球员,他第一时间报了名:“不管能不能选上,这个过程一定要参与,机会一定要争取。在业余赛场沉浸多年,我们的球感始终在线,但体能是硬门槛,没有充足的体能支撑,再好的技术也发挥不出来。”李智超坦言,球队主力大概率会从职业梯队、年轻球员中选拔,但赛事向草根球员开放名额,本身就是对业余足球的认可与尊重。

选拔全方位考察身体素质与实战能力,天气偏冷,对抗强度也远超李智超平时踢的“养生球”,但他始终全力以赴。“平时踢球就是出汗、图开心,今天每个人都想



图为李智超(右一)参加选拔测试赛分组对抗。

本栏图片由本报记者 孙海涛 摄

证明自己,我也一样。实力或许有限,但态度必须到位!”说到这里,他眼神坚定。

在李智超心中,“东北超”的意义早已超越赛事本身。“如果没有‘东北超’,我和队友不会有动力每天坚持跑3公里。现在为了‘东北超’去拼、去练,这份坚持就很有价

值。”他把招募信息发到朋友圈,带动不少球友一同报名。“足球的快乐有很多种,参与选拔是快乐,场上拼搏是快乐,只要参与其中,就不留遗憾。”

从年少追风到中年逐梦,李智超用行动证明,年龄不是热爱的阻碍。本次“东北超”沈阳队选拔,

既为专业球员搭建舞台,也让李智超这样的草根爱好者圆梦绿茵。正如他所说:“‘东北超’给了我继续追梦的机会,如果能入选,对我而言就是人生的高光时刻。”这份无关年龄、只为热爱的奔赴,是沈阳足球最动人的底色,也为东北足球振兴注入鲜活的草根力量。

# 我们来自草原,特别向往大海

本报记者 隋海涛

大连梭鱼湾足球场已被热血球迷托举成“亚洲第一主场”,有机会到这里观赛也成为很多省外球迷的一大心愿。正带队在大连集训、备战“东北超”的呼和浩特队助理教练包力格表示,呼市的球迷听说与大连队的“东北超”比赛可能在呼市进行,感到有些遗憾。他们说,要是球队能去梭鱼湾足球场打客场就好了,可以感受一下“亚洲第一主场”的气氛。

大连得天独厚的天气吸引了东北地区众多球队前来冬训,大连足球青训基地更以世界级的硬件

条件成为最优选。刚刚过去的这个冬季,大连足球青训基地共接待了20多支冬训球队。春节前,通过球队来这里备战“东北超”,元宵节过后,呼和浩特队也来了。3月14日,呼和浩特队与同为业余球队的大连晨威队进行了一场热身赛。在大连能够很方便地联系到适合的热身赛对手,也是外地球队愿意赶赴大连集训的重要原因。

按照计划,呼和浩特队将在大连集训一个月左右。从食宿安排、训练设施、医疗保障到业余活动,大连足球青训基地都做了充分准

备。针对客队球员的饮食习惯,还特别调整了餐饮方案,兼顾牛羊肉供应与大连特色,让球员吃得舒心,训练安心。“我们是草原上的人,特别向往大海。大连空气新鲜,大海辽阔,还有丰富的美食,基地给我们提供的餐饮非常好。”包力格称赞说,这里的训练条件优越,大连人也特别热情,球队遇到什么困难,人家马上就给解决。

呼和浩特队的教练、球员非常向往梭鱼湾足球场。“毕竟是专业足球场,每场观众都有五六万人,非常期待能去那里踢球。”球员吴

正阳说。根据初定的赛程,“东北超”常规赛首轮比赛,呼和浩特队将对阵大连队,不过,比赛是在呼和浩特市进行,这让很多呼市球迷颇感遗憾。有呼市球迷提议去大连观看中超比赛,可是抢票太难了。前段时间英博海发队主场门票发售,不到10分钟,超过1.2万套票就被疯抢一空。20日,大连英博海发队将在中超第三轮比赛迎战上海海港队,包力格表示,全队都很想去看,只是票太难买,“球市太火爆了。”

3月17日,2026年女足亚洲杯半决赛将上演焦点对决——中国女足挑战东道主澳大利亚队。凭借此前比赛的稳定发挥,中国女足已提前锁定2027年女足世界杯参赛资格,队伍士气正盛、磨合渐入佳境。面对实力强劲且坐拥主场之利的澳大利亚队,中国女足唯有放平心态、立足防守、精准出击,全力向决赛发起冲击。

本届亚洲杯,中国女足的整体表现稳步提升。小组赛三战全胜,先后击败孟加拉国队、乌兹别克斯坦队,在关键战中以2:1逆转劲旅朝鲜队,球队韧性与抗压能力得到充分检验。

1/4决赛对阵中国台北队,中国女足鏖战120分钟,最终2:0力克对手晋级四强。全场比赛,球队控球率为72%,射门23次,射正8次,场面上占据明显优势。防守端零封对手,中场拦截有序、后防协同稳固;进攻端虽经历长时间僵持,但队员耐心组织、坚守战术,加时赛连入两球锁定胜局。同时,队伍也暴露出进攻效率不高、门前终结能力有待提升的问题。

本届赛事,中国女足新老球员搭配合理。王霜作为进攻核心,突破、组织与定位球能力突出,是球队前场的重要支点;高中锋邵子钦在阵地战中支点作用明显,多次为队友创造进攻空间;辽宁籍年轻球员王爱芳登场亮相,防守卡位稳健、出球思路清晰,在高压比赛中持续成长,展现出辽宁女足后备人才的扎实功底。

辽宁省足球运动管理中心副主任王亮表示:“中国女足在本届亚洲杯发挥稳定,小组赛硬仗显韧性,淘汰赛逆境见精神。年轻球员得到宝贵历练,阵容厚度与战术执行力不断提升,为接下来的硬仗打下坚实基础。”

中国女足主教练米利西奇强调:“球队要保持冷静与自信,做好自己,全力以赴应对每一个对手。”邵子钦表示:“每一场胜利都是全队拼出来的,我们会一场一场拼到底。”

澳大利亚队作为东道主,身体对抗能力突出、高空优势明显,擅长边路传中与定位球攻门,锋线球员冲击力强。该队优势在于主场氛围热烈、体能相对充沛;短板则是后防转身偏慢,应对快速反击存在明显隐患。

中澳之战,中国女足面临多重考验:核心球员王霜累计黄牌停赛,进攻组织与终结能力受到影响;与中国台北队的比赛战至加时赛,且比澳大利亚队少休息一天,体能处于劣势。

越是硬仗,越要务实。面对东道主,中国女足须放低姿态,立足防守反击。战术布置上,首先要稳固防线,收紧阵型,重点限制对手边路起球与核心球员冲击,降低高空球和定位球威胁,力争少丢球、不丢球;其次,充分发挥邵子钦的高点优势,搭配速度型球员抓转换,打身后,直击对手转身慢的短板;第三,强化中场跑动与对抗,王爱芳等年轻队员可在扩大防守覆盖面、出球衔接上承担更多任务,保证阵型紧凑,出球简洁高效。此外,要把把握定位球机会,以务实高效的方式制造威胁。

困难客观存在,但有利条件同样突出。中国女足大赛经验丰富,防守韧性足,从逆转朝鲜队、加时击败中国台北队可以看出,队伍的抗压能力与战斗意志经受住考验。澳大利亚队并非无懈可击,其防线空当与攻防转换漏洞,都是中国队可以利用的突破口。

目前,中国女足已实现晋级世界杯的阶段目标,完全可以卸下包袱、轻装上阵。没有额外压力,更能放手一搏。以防守为根基,以反击为利刃,拼每一个球、争每一个机会,就是中国女足最务实的取胜之道。

铿锵玫瑰,向来在逆境中绽放。期待中国女足团结一心、稳扎稳打,以顽强作风和务实战术迎战东道主,拼出气势、赛出水平,全力挺进决赛!

放低姿态拼东道主  
铿锵玫瑰冲击决赛席位  
本报记者 朱才威

# 闯过“魔鬼赛程” 辽篮豪取三连胜

本报记者 李翔

辽粤之战素有“CBA春晚”之称,3月15日,“CBA春晚”再度上演,辽宁男篮客场以89:73力克广东队,报了此前主场30分惨败的一箭之仇。

从“折腾”的角度来讲,辽宁男篮常规赛第二阶段开局可谓“地狱难度”:3月11日至15日,辽篮先在客场与深圳队交手,再回到主场对阵山西队,接着又前往客场挑战广东队。换句话说,5天之内,辽篮要飞两趟广东,打3场硬仗,这是名副其实的“魔鬼赛程”。结果有些出人意料,3场硬仗战罢,辽宁男篮豪取三连胜。

本场比赛,辽宁男篮从第一分钟就开始领先,最多时领先22分。面对拥有4名超级外援的广东队,辽篮进攻端火力全开,除付豪以20投

10中的表现得到全队最高的26分之外,辽篮球员鄢手骐、威尔斯、哈维和赵继伟均得分上双。而广东队方面,国内球员总共只得18分。

在统计数据上,辽篮也全面压制对手:篮板球44:35,助攻26:10,盖帽3:2。尤其是在三分球一项,辽篮28投11中,广东队出手32次却只命中5球,这也反映出此役双方在心理层面的巨大差距。正是因为自始至终保持稳定的心态,辽篮才能在客场战胜老对手。

加上第一阶段收官时的两连胜,辽篮目前已经取得五连胜,战绩提升至14胜12负,在先赛一场的情况下超过深圳队和浙江稠州队,暂列积分榜第七位。根据赛程,辽篮从18日起将开启一波“三连主”,先后迎战广州队、北京队和南京同曦队。

# 省十五运首个比赛项目开赛

本报记者 孟祥群

3月14日,作为辽宁省第十五届运动会的首个比赛项目,省十五运青少年组武术套路比赛在葫芦岛市体育中心体育馆开幕,来自全省16支代表队的运动员将角逐29枚金牌。

上午9时许,比赛拉开帷幕。男子甲组长拳项目参赛选手率先登场,长拳出拳刚劲有力,腾空跳跃精准落地。随后,刀术项目劈砍刚猛、剑术项目点刺轻盈、棍术项目轮转

生风,器械碰撞声、步伐踏地声与观众喝彩声交织,充分展现出青少年运动员扎实的功底与昂扬的风貌。

本次比赛设甲(U17)、乙(U15)、丙(U12)三个组别,涵盖长拳、刀术、剑术、棍术、枪术、太极拳、太极剑、对练等项目。赛场上,裁判员专注评分,技术官员严谨记录,确保赛事公平公正;赛场外,志愿者热情引导,后勤保障团队细致服务。本次比赛将持续至3月18日。



图为小选手在刀术比赛中。

本报记者 高智勇 摄