

米兰冬奥会周六凌晨开幕 中国冰雪体育迎“大考”

意大利当地时间2月6日20时(北京时间次日凌晨3时),第25届冬季奥林匹克运动会开幕式将在米兰圣西罗球场举办,比赛在米兰和科尔蒂纳丹佩佐两个赛区同步展开。

从北京到米兰,中国冰雪运动面临从“家门口”到“客场作战”的角色转换。米兰冬奥会共设116个小项,中国代表团的项目参赛率达到了78.4%,较上一届境外参赛的平昌冬奥会(52%)有显著提升,体现出家门口办赛后,冰雪运动人才厚度的逐步增强。

雪上争锋 多点开花,集群优势显现

上届北京冬奥会中国军团取得的9枚金牌中,谷爱凌、苏翊鸣、徐梦桃、齐广璞4人在单板滑雪、自由式滑雪夺得5金。此次米兰冬奥会上,中国军团攻城拔寨的主阵地很可能仍然是雪上项目。

谷爱凌无疑是雪上项目众星中的焦点。这位在北京冬奥会斩获两金一银的滑雪天才少女,如今再度踏上冬奥征程。她将主攻U型场地技巧,并有望在坡面障碍技巧和大跳台项目中继续展现统治力。可喜的是,中国队在U型场地技巧项目已形成集团优势,李方慧、张可欣等新生代选手都获得过世界杯分站冠军,极有可能与谷爱凌在该项目中实现“三驾马车”多点冲金,为中国代表团打开雪上项目突破口。

与此同时,单板滑雪名将苏翊鸣也将迎来自己的第二次冬奥之旅。作为中国最年轻的冬奥会冠军,他此前表示,要继续为国争光:“我最重要的责任是让全世界看到中国单板滑雪,让中国冰雪站上世界的最高领奖台。”

而在自由式滑雪空中技巧领域,中



1月29日,米兰冬奥会中国体育代表团短道速滑队备战米兰冬奥会。

新华社发

国队始终保有一支“梦之队”。徐梦桃、齐广璞两位老将第五次征战冬奥,欲继续书写传奇篇章。他们不仅肩负个人项目的冲金重任,还将携手年轻队员冲击混合团体金牌。同为冬奥五朝元老,蔡雪桐和刘佳宇也将在单板滑雪U型场地中最后一次冲击奥运奖牌,她们用二十多年的职业生涯诠释坚守的力量,每一次腾空,都是对热爱最好的彰显。

冰上突围 名将不少,挑战难度升级

相较于雪上项目的星光熠熠,中国冰上军团面临的形势更为复杂。

短道速滑依然是传统夺金点,毕竟短道速滑队是中国冬季项目运动队中当之无愧的“王牌之师”,在男子5000米接

力等集体项目中,均有冲金希望。

速度滑冰方面,高亭宇的卫冕之路备受关注。四年前,高亭宇在北京冬奥会速度滑冰男子500米决赛中以34秒32打破奥运纪录并夺冠,成为中国首位摘得冬奥金牌的男子速度滑冰运动员。米兰冬奥周期,高亭宇受膝关节伤病影响,不过此前他在世界杯盐湖城站男子500米项目中以33秒93获得铜牌,状态逐步回升。

男子中距离选手宁忠岩也被寄予厚望。他在1000米和1500米项目上具备冲击奖牌的实力。

花样滑冰赛场将迎来一波“情怀回归”。北京冬奥双人滑冠军组合隋文静/韩聪宣布复出,结束三年多的休整,第三次出战冬奥会,捍卫中国双人滑荣誉。

据钱江晚报

接轨国际篮联四节40分钟 CBA赛制变革 带来赛事变局

2026赛季CBA联赛常规赛赛程过半,新赛制令CBA出现多重变化,带来连锁反应。

容错率降低 爆冷成常态

本赛季CBA最大的变革在于赛制,从四节48分钟全面切换为与国际篮联接轨的四节40分钟。过去48分钟的比赛,教练有相对充裕的时间观察对手、调试阵容,比赛的容错率相对较高。

新赛制下,比赛节奏更快,每一个回合的权重在无形中增加。任何一次短暂的“断电”都有可能让对手迅速建立起领先优势。比赛总时间缩短,留给落后方追分的时间也在缩短,容错率大幅降低。因此,教练团队的每一次暂停布置、每一次人员轮换,都必须更加精准、更有预见性。

如今比赛开局的重要性被空前放大,一旦开局陷入被动,追赶难度陡增。若前三节分差被拉开,翻盘的可能性变得更小。这一变化促使各队高度重视开局战术布置,让更多比赛的悬念得以保留到最后一节,球星的单点爆发往往能左右胜负走向,比赛的观赏性与戏剧性显著提升。依仗板凳深度的球队,如今容错空间大幅缩小,爆冷成为常态。

强弱变模糊 教练频繁换

40分钟赛制加剧了每一场比赛的不确定性,本赛季CBA联赛整体呈现出鲜明的“混战”格局。

截至2026年1月下旬,联赛中已有七支球队更换了主教练。常规赛打到半程,便有如此多的教练离职,反映出各俱乐部在竞争压力下的焦虑心态。当连败苗头出现时,更换主帅成为最直接、快捷的调整方式。

积分榜同样呈现全新格局。根据截至2月初的最新排名,浙江方兴渡、广东、上海三队战绩领先,组成争冠第一集团。一个庞大的第二集团紧随其后,胜场差距并不悬殊。

外援作用大 交易市场火

在新的赛制下,外援的单点爆发力被进一步放大,其表现往往直接决定比赛结果。本赛季CBA的外援市场暗流涌动,但决策更为谨慎。

开赛一个多月,CBA的外援市场已掀起一轮惊人的洗牌潮。北汽队裁掉奥莫特,签下维克多·贝利。辽宁队注册马库斯·亨特,同时裁掉贾森·奥利弗与马库斯·布朗。北控队以基兹林克替换德瑞恩·西伯恩。球队如今更需要功能明确、即插即用的球员。

本赛季新设的外援更换最多8人次规则,迫使各队决策必须更加长远和谨慎。每一次更换都消耗一次宝贵名额,因此不少球队在引援上更具前瞻性。随着全球各大联赛赛季结束或接近尾声,自由球员市场中将涌现更多优质外援,他们的加入将影响CBA联赛的走势。

据北京晚报

凭《归队》获“影视榜样”最佳男主角 胡军用真诚对话观众 “零下30℃”的体验 AI无法虚拟

日前,“影视榜样·2025年度总评榜”揭晓,演员胡军凭借在革命历史剧《归队》中对排长鲁长山(绰号“老山东”)一角的精湛塑造,荣获最佳男主角奖。手捧奖杯,胡军表示:“《归队》这戏拍得不容易,我们吃了很多苦,我们到杨靖宇将军曾经战斗过的地方白山去拍摄,零下二三十摄氏度,大伙儿没有一个掉队。所以,这个奖项也是颁给参与《归队》这部戏所有人的。”

零下30℃的价值与敬畏

《归队》由高满堂等编剧,臧溪川、赵阳执导,聚焦东北抗联十四年艰苦卓绝的抗战历程。这部剧在吉林省白山零下三十多摄氏度的林海雪原中进行了大量实景拍摄。当被问及在AI技术可以虚拟万物的今天,这种“自讨苦吃”是否还有必要时,胡军的回答斩钉截铁:“太有必要了!我们在那里渴了抓把雪就往嘴里塞。极寒天气下,吃进去的雪会呛到你的肺,在没膝的深

雪中每走一步都异常艰难。”他强调,实景拍摄首先让演员能够真正地身临其境,而这种真实体验对表演产生了直接的激发作用。

更重要的是,拍摄地本身承载着沉甸甸的历史——那里正是杨靖宇将军曾经战斗过的地方。“我们在白山拍摄的时候,演员们都是怀着一种敬畏之心去表演的。”胡军说,即使剧组为演员提供了暖贴和发热鞋垫,严寒依然刻骨铭心,这让他不禁感慨:“当年的抗联战士吃不饱穿不暖,他们是怎么活过来的?他们是怎么坚持了十几年?简直是无法想象。只要一想到这里,你演出来的东西就和没经历过不一样。”正是这种切身的体验,让胡军更深刻地感受当年抗联战士的不易,并将这份“敬畏之心”融入表演。

演员有热爱才能真诚

人行以来,胡军在不同时代都有代表

作,从《天龙八部》《金婚风雨情》到如今的《北上》《归队》,他演过皇帝朱元璋,也演过小人物;他擅长演硬汉,也能在窝囊废赛道上驰骋。谈及演员如何保持“常青”,胡军有着清晰的见解,归结为两个字“热爱”。他解释说:“有了热爱你才可以去坚持,不是不得不,不是无奈,而是热爱,我觉得这一点是最关键的。”

面对当下追逐流量的市场环境,他秉持着一种或许显得有些“过时”的职业信条。他明确说道:“演员不是万能的,你不是什么都可以去演的,首先得适合自己。所以说在某种程度上,你首先要认清自己几斤几两。”对于机遇,他有着豁达而清醒的认识:“我觉得拍戏它是一个缘分的问题。”胡军认为,无论缘分如何,演员对这份职业始终要保有“热爱”与“真诚”:“一个演员,得有热爱,有了热爱你才可以去真诚。”

据北京晚报