

世界杯观赛指南来了 赶快收藏！

北京时间2026年6月12日凌晨,美加墨世界杯将正式拉开大幕,首次三国
联办,首次48支球队参赛,104场比赛横跨16座城市,规模创历史之最。
新赛制怎么看,哪些比赛不容错过。

48队新赛制让比赛更有悬念

2026年美加墨世界杯是历史上首次
由三个国家联合举办,更是参赛球队
首次从32支扩军至48支的“超级
世界杯”。

为了适应这一历史性变革,
赛制也迎来了颠覆性的调整。48
支球队将被分为12个小组(每组
4队),小组前两名直接晋级,再加
上8个成绩最好的小组第三名,共
同组成32强淘汰赛。比赛的总场次将从
64场激增至104场。

而12个小组的第三名,将按以下优先
级顺序排名:总积分、净胜球、进球数、
公平竞赛积分(红黄牌)、FIFA世界
排名。

这意味着小组赛的每一场比
赛都有意义,不到最后一轮不知
道谁出局,赛事过程将更加激烈、
更有悬念。

整个赛事将横跨39天,从北京
时间的6月12日的揭幕战到7月20
日的巅峰决战,每一天都有硬仗上演。

传奇的最后一舞 新秀的绝佳舞台

本次世界杯上,34岁的内马尔、39岁的梅西、
41岁的C罗等“黄金一代”球员或将送上谢幕演出,
也因此被很多铁杆球迷不舍地称为“诸神黄昏”。

内马尔:弥补伤病遗憾

巴西球员内马尔历经2014巴西、2018俄罗斯、
2022卡塔尔三届世界杯,合计出场13次,贡献8粒
进球和4次助攻,但始终未能带队夺冠。本届美加
墨世界杯将是他弥补遗憾的最后机会。

梅西:创造历史

这届赛事将是阿根廷巨星梅西的第六次世界
杯之旅,上一届赛事中他带领队伍夺得冠军,实现

职业生涯“大满贯”,此次若能率队卫冕,将完成前
无古人的壮举。

C罗:冲击纪录

葡萄牙球员C罗是目前唯一一位
连续五届世界杯都有进球的超级巨
星,2026年美加墨世界杯他将冲击
六届大赛持续得分。如果成功,
这一纪录在未来将很难被打破。

老将谢幕的同时,本届世界杯
亦有不少新星亮相,表现同样值得
期待:

亚马尔:迎接挑战

年仅18岁的西班牙球员亚马尔是本届
世界杯最年轻的选手之一,被誉为西班牙新
一代的天才球员,这将是他第一次出战
世界杯。此前他已代表西班牙出战
多场关键预选赛。

姆巴佩:剑指最佳射手

法国球员姆巴佩正值27岁巅
峰期,曾于2018年随法国队赢得
世界杯冠军,两届世界杯中他共射
入12球,差4球追平德国选手米洛
斯拉夫·克洛泽的16球历史纪录。有
可能在本届世界杯夺得射手王的荣誉。

中国球迷世界杯观赛指南

北美与中国时差为12小时,本届世界杯主要
比赛安排在北京时间凌晨3时、早上6时和上午9
时三个时段。已为你提前划出几个关键节点:

6月12日3时,墨西哥VS南非,本次世界杯的
揭幕战;

6月17日9时,阿根廷VS阿尔及利亚,梅西首
秀;

6月18日1时,葡萄牙VS刚果(金),C罗首秀;
7月20日3时,本次世界杯决赛。

央视总台将全程直播本次美加墨世界杯。

图文均据央视新闻微信公众号



C罗将冲击
六届大赛持续得分。



内马尔和梅西
将送上谢幕演出。



上届世界杯梅西率领阿根廷队夺冠,此次若能率队卫冕,将完成前无古人的壮举。

2026 世界杯赛程 FIFA WORLD CUP 26									
小组赛									
6月12日	03:00	GROUP A	第1轮	墨西哥	墨西哥-南非				
6月12日	10:00	GROUP A	第1轮	瓜达拉哈拉	韩国-捷克				
6月13日	03:00	GROUP B	第1轮	多伦多	加拿大-波黑				
6月13日	09:00	GROUP D	第1轮	洛杉矶	美国-巴拉圭				
6月14日	03:00	GROUP B	第1轮	旧金山湾区	卡塔尔-瑞士				
6月14日	06:00	GROUP C	第1轮	纽约/新泽西	巴西-摩洛哥				
6月14日	09:00	GROUP C	第1轮	波士顿	海地-苏格兰				
6月14日	12:00	GROUP D	第1轮	温哥华	澳大利亚-土耳其				
6月15日	01:00	GROUP E	第1轮	休斯敦	德国-库拉索				
6月15日	04:00	GROUP F	第1轮	达拉斯	荷兰-日本				
6月15日	07:00	GROUP E	第1轮	费城	科特迪瓦-厄瓜多尔				
6月15日	10:00	GROUP F	第1轮	蒙特雷	瑞典-突尼斯				
6月16日	00:00	GROUP H	第1轮	亚特兰大	西班牙-佛得角				
6月16日	03:00	GROUP G	第1轮	西雅图	比利时-埃及				
6月16日	06:00	GROUP H	第1轮	迈阿密	沙特阿拉伯-乌拉圭				
6月16日	09:00	GROUP G	第1轮	洛杉矶	伊朗-新西兰				
6月17日	03:00	GROUP I	第1轮	纽约/新泽西	法国-塞内加尔				
6月17日	06:00	GROUP I	第1轮	波士顿	伊拉克-挪威				
6月17日	09:00	GROUP J	第1轮	堪萨斯城	阿根廷-阿尔及利亚				
6月17日	12:00	GROUP J	第1轮	旧金山湾区	奥地利-约旦				
6月18日	01:00	GROUP K	第1轮	休斯敦	葡萄牙-刚果(金)				
6月18日	04:00	GROUP L	第1轮	达拉斯	英格兰-克罗地亚				
6月18日	07:00	GROUP L	第1轮	多伦多	加纳-巴拿马				
6月18日	10:00	GROUP K	第1轮	墨西哥城	乌兹别克斯坦-哥伦比亚				
6月19日	00:00	GROUP A	第2轮	亚特兰大	捷克-南非				
6月19日	03:00	GROUP B	第2轮	洛杉矶	瑞士-波黑				
6月19日	06:00	GROUP B	第2轮	温哥华	加拿大-卡塔尔				
6月19日	09:00	GROUP A	第2轮	瓜达拉哈拉	墨西哥-韩国				
6月20日	03:00	GROUP D	第2轮	西雅图	美国-澳大利亚				
6月20日	06:00	GROUP C	第2轮	波士顿	苏格兰-摩洛哥				
6月20日	09:00	GROUP C	第2轮	费城	巴西-海地				
6月20日	12:00	GROUP D	第2轮	旧金山湾区	土耳其-巴拉圭				
6月21日	01:00	GROUP F	第2轮	休斯敦	荷兰-瑞典				
6月21日	04:00	GROUP E	第2轮	多伦多	德国-科特迪瓦				
6月21日	08:00	GROUP E	第2轮	堪萨斯城	厄瓜多尔-库拉索				
6月21日	12:00	GROUP F	第2轮	蒙特雷	突尼斯-日本				
6月22日	00:00	GROUP H	第2轮	亚特兰大	西班牙-沙特阿拉伯				
6月22日	03:00	GROUP G	第2轮	洛杉矶	比利时-伊朗				
6月22日	06:00	GROUP H	第2轮	迈阿密	乌拉圭-佛得角				
6月22日	09:00	GROUP G	第2轮	温哥华	新西兰-埃及				
6月23日	01:00	GROUP J	第2轮	达拉斯	阿根廷-奥地利				
6月23日	05:00	GROUP I	第2轮	费城	法国-伊拉克				
6月23日	08:00	GROUP I	第2轮	纽约/新泽西	挪威-塞内加尔				
6月23日	11:00	GROUP J	第2轮	旧金山湾区	约旦-阿尔及利亚				
6月24日	01:00	GROUP K	第2轮	休斯敦	葡萄牙-乌兹别克斯坦				
6月24日	04:00	GROUP L	第2轮	波士顿	英格兰-加纳				
6月24日	07:00	GROUP L	第2轮	多伦多	巴拿马-克罗地亚				
6月24日	10:00	GROUP K	第2轮	瓜达拉哈拉	哥伦比亚-刚果(金)				
6月25日	03:00	GROUP B	第3轮	温哥华	瑞士-加拿大				
6月25日	03:00	GROUP B	第3轮	西雅图	波黑-卡塔尔				
6月25日	06:00	GROUP C	第3轮	迈阿密	苏格兰-巴西				
6月25日	06:00	GROUP C	第3轮	亚特兰大	摩洛哥-海地				
6月25日	09:00	GROUP A	第3轮	墨西哥城	捷克-墨西哥				
6月25日	09:00	GROUP A	第3轮	蒙特雷	南非-韩国				
6月26日	04:00	GROUP E	第3轮	纽约/新泽西	厄瓜多尔-德国				
6月26日	04:00	GROUP E	第3轮	费城	库拉索-科特迪瓦				
6月26日	07:00	GROUP F	第3轮	达拉斯	日本-瑞典				
6月26日	07:00	GROUP F	第3轮	堪萨斯城	突尼斯-荷兰				
6月26日	10:00	GROUP D	第3轮	洛杉矶	土耳其-美国				
6月26日	10:00	GROUP D	第3轮	旧金山湾区	巴拉圭-澳大利亚				
6月27日	03:00	GROUP I	第3轮	波士顿	挪威-法国				
6月27日	03:00	GROUP I	第3轮	多伦多	塞内加尔-伊拉克				
6月27日	08:00	GROUP H	第3轮	休斯敦	佛得角-沙特阿拉伯				
6月27日	08:00	GROUP H	第3轮	瓜达拉哈拉	乌拉圭-西班牙				
6月27日	11:00	GROUP G	第3轮	西雅图	埃及-伊朗				
6月27日	11:00	GROUP G	第3轮	温哥华	新西兰-比利时				
6月28日	05:00	GROUP L	第3轮	纽约/新泽西	巴拿马-英格兰				
6月28日	05:00	GROUP L	第3轮	费城	克罗地亚-加纳				
6月28日	07:30	GROUP K	第3轮	迈阿密	哥伦比亚-葡萄牙				
6月28日	07:30	GROUP K	第3轮	亚特兰大	刚果(金)-乌兹别克斯坦				
6月28日	10:00	GROUP J	第3轮	堪萨斯城	阿尔及利亚-奥地利				
6月28日	10:00	GROUP J	第3轮	达拉斯	约旦-阿根廷				