2026年11月18日 星期三
责任编辑：次旦央吉 编辑：卡本才让 校对：卓玛拉姆
拉萨日报

一场“沧州擂” 唤醒千年武术之乡

新华社记者 杨帆 邹尚伯 冯奕超

暮色里的南川老街，锣鼓声阵阵，“沧州擂”的幡旗迎风招展。擂台之上，青年拳手的散打对抗刚劲利落，引得市民和游客一层一层向前围拢。每周六，这样的擂台场景都会在河北省沧州市准时上演。

自2026年1月南川老街首擂鸣锣以来，沧州市打造的特色武术IP“沧州擂”已常态化运行10个月，累计举办63场赛事，创新构建起市、县、乡、村四级联动的赛事体系，探索出一条武术赋能城市发展的新路径。

擂台摆上街头

沧州是全国首批命名的“武术之乡”，武术文脉绵延千年。记者采访了解到，目前沧州流传八极拳、劈挂拳、燕青拳、盘古王拳等53个拳种，拥有6项国家级非遗武术项目，数量居全国地级市前列。

千百年来，武术早已融入城市血脉，成为这座城市最鲜明的地域标识。沧州市体育局局长刘红荣介绍：“作为京畿南下的交通要冲，古时沧州镖局林立、镖师云集。市井街头的技艺切磋、镖局行当中的功夫较量，让擂台成为武术传承、人才选拔的核心载体，也沉淀下深厚的群众基础与文化认同。”

随着全民健身战略深入推进和文旅消费持续升级，传统武术亟待一个“破圈”发展的契机。河北省武术协会常务副秘书长成亮认为：“当前沉浸式体验、文化打卡成为出游新风向，具备强参与感、强标识性的武术IP，才能更好契合大众对特色文旅产品的需求。传统武术只有走进市井场景、贴近大众消费，才能在传承中找到更多发展和传播的机会。”

沧州市打造“沧州擂”这一赛事IP，初衷就是把散落民间的拳种、武馆、传承人资源串珠成链，用常态化擂台激活存量文化资源。刘红荣说：“既要守住武术传承的根，也要打开服务大众、赋能产业的门。”

比赛办进县城

记者走访了解到，由于天气渐冷，最近的“沧州擂”搬到当地的荣盛购物广场开打，设置“专业擂”+“百姓擂”的双轨模式，“专业擂”对标竞技，“百姓擂”汇聚人气，同步安排传统武术展演，展示沧州本地的八极拳、劈挂拳、螳螂拳等拳种、拳械。这种模式既为专业选手搭建了高水平竞技平台，也为普通市民打开体验通道。

——“专业擂”对标国际竞技标准，设散打、自由搏击、跆拳道等项目，执行统一执裁规则。沧州市体育局副局长董军介绍，“专业擂”前期通过预选赛完成遴选，覆盖各区县搏击俱乐部、武校的专业运动员与青少年后备力量，各级别优胜选手获得登台资格，为选手提供常态化的高水平竞技展示平台。

——“百姓擂”不设参与门槛，各地、各年龄段武术爱好者均可登台。在上海工作的张子豪今年暑期回沧州探亲，听说“沧州擂”后报名上台，他说：“这种模式特别新鲜，小时候练过几年武术，如今能在擂台以武会友，感受到了家乡的武术氛围。”

沧州大铁狮武学文化馆馆长周军说：“很多学习武术、散打的孩子，可能练上几年也难有比赛机会，武馆最怕学员练着练着没劲头。如今不设门槛，学员和爱好者同台竞技，劈挂拳、八极拳等老拳种的练习者也有了施展之地。”

抓住节假日窗口，“沧州擂”走进当地青县、吴桥、南皮、黄骅等地，每站定制主题：南皮主打古县文化，青县联动梨花节，吴桥融合杂技与武术双非遗，黄骅设乡土武术展演。家门口的擂台方便爱好者切磋，也助推群众体育与文旅融合。

通过赛事持续下沉，当地构建起市、县、乡、村四级联动的全域办赛格局，开放擂台更成为中外武术交流窗口。35岁的本雅明·法尔纳来自瑞士，曾多次赴沧州研习八极拳。今年6月他再次来到沧州后，报名了“沧州擂”。他说：“台下看各路高手过招，好像武林盛会，到台上比赛感觉完全不同，这就是武术的魅力。”

对标高端赛事，“沧州擂”办赛质量持续提升。今年以来，全国武术散打锦标赛等高水平赛事接连落地，沧州市组织一批裁判员、工作人员来到“沧州擂”赛事运营一线工作，国家级执裁标准随之下沉到日常擂台。裁判长高峰说：“跟着大赛学细节、抠标准，民间擂台也越来越规范。”

武脉变成动能

据沧州市体育局统计，截至第63战，现场观赛累计近3.4万人次，社交媒体平台直播观看量超4600万次，“沧州擂”传播声量持续攀升。刘红荣说：“过去沧州武术类赛事基本是圈内交流，如今越来越多人知道和参与。”

在沧州市清池大道的“武术小院”，年过七旬的查滑拳传承人张志刚和儿孙已义务授拳40余年，每天傍晚孩子们在院里扎马步、练拳架。

“‘沧州擂’降低了参与门槛，提高了参与热情，是个好事。”张志刚说，“今年来练武的年轻人明显多了，一些武馆的朋友也反映青少年报名量有所上涨，希望沧州武术被更多人看见，一辈一辈传下去。”

今年9月，第十届河北省旅游产业发展大会在沧州举办，“沧州擂”成为展示城市形象的新窗口。作为本届旅发大会的特色文体亮点，赛事让各地嘉宾与游客在市井街巷中就能沉浸式感受武术文化魅力。

天津游客张晓晨在观看“沧州擂”后说：“之前以为武术都在武馆里练，现在街头能看展演、老街能看打擂，这座城市的武术气质很有感染力，逛着街就能撞见实打实的功夫。”

传统武术不是博物馆里的陈列品，让武术有专业高度、群众温度和产业厚度，其价值远不止于一场赛事。刘红荣表示：“沧州将继续探索丰富‘武术+’业态，深化与文旅、商业、乡村休闲融合，走出传统武术‘破圈’发展的可行路径。”

（新华社石家庄11月17日电）

世界杯归来，这位中国足球教练不断强调两个字

新华社记者 岳东兴 公兵 赵建通

在率队取得2026年摩洛哥U17女足世界杯八强、创造队伍历史最佳战绩后，中国队主教练马晓旭“强迫自己”调整心态，放下赛场上“类似于肌肉记忆”的感觉。她在近日接受新华社记者采访时，不断强调“学习”的重要性，并表示将继续参加国际足联精英教练导师计划的培训课程。

“大赛上的这种感觉，其实会不断去想、去重复，但我还是告诉自己，要快速投入到学习中，因为学习对我来说很重要，我现在很多执教理念、方式方法都是在培训课程中学到的。”马晓旭说。

本届U17女足世界杯，中国队取得小组赛三连胜，其中包括一场3:2击败劲旅美国队的胜利。16强战，中国队通过点球大战击败另一支强队法国队，历史首次晋级该项赛事八强。四分之一决赛，中国队以1:2负于巴西队。

马晓旭说，在国际足联组织的这期培训中，学员除了她以外，还有其他队的年轻教练。大家结合实战，分析了今年U17、U20女足世界杯的一些比赛，其间也讨论了中国队这次的比赛，对球队的评价都是正向的，因为他们看到了球队的积极变化。

“当然我们还有很多不足、要去提高的方面，但是学习班的同学和导师，对于我现在要走的这条路都是认可的，觉得这个技战术思路方向是对的。通过学习交流，大家也很开心，因为场上我们可能是对手，但是场下我们坐在一起学习，都是要为足球这项运动做贡献，也希望女足发展越来越好。”

回顾执教生涯的第一次世界杯之旅，38岁的马晓旭没有满足于这次取得的队史最佳成绩。

“我一直告诉队员的是，在竞技体育，我们必须要站在最高的领奖台，但这个过程一定是很艰难的，一定要付出很多。不是每个人都能走到最高领奖台，但我希望大家都有这样的目标和梦想，这是我们始终要去追求的。”她说。

对于这批出生于2009、2010年的年轻球员，马晓旭坦言，“现在的孩子跟我们以前是不一样的”，但这些孩子体现出的精神层面的东西——对足球的热爱，不服输的精神和欲望，愿意接受和获取更多新鲜理念的态度，令她感到惊讶。

“她们这次展现出的场上执行力，我觉得是很棒的，可能已经把我所想的都呈现在了比赛中。但是我还是要求她们再提高，不只是满足于现在的水平。”她说。

在五场比赛中，马晓旭说，与美国队这一场所呈现出的技战术内容，就是教练组在训练中一直强调和要求的。能赢下这场与女足顶级强队的较量，有多方面因素。首先，对于美国队的针对性分析和赛前准备，中国队做得很充分。其次，中国队球员们的比赛欲望强烈，以挑战者姿态登场，完全执行了教练组安排。第三，中国队开局顺利，反击效率很高，再加上运气加成，最终拿下了比赛。

“但不是说我们击败了美国队（现世界排名第二），我们就是世界一流的水平。我希望我的球员和团队都有一个清醒的定位，我们还是要通过不断努力去靠近对手、缩小差距，慢慢地才能达到世界强队和一流球队的水平。现在我们还是有差距的。”

最后一场输给巴西队的比赛，马晓旭坦率地分析了失利原因。

“比赛一结束，我就开始反思自己。巴西队前四场比赛，我们都做了分析和应对方案，但我还是忽略了一点，就是巴西足球底蕴和球员们在关键场次完全释放自己的能力，这个是我没有去做的应对和准备，而她们真的能够‘踢疯了’，完全超水平发挥。这一点上，（准备不足）影响了我的初始阵型和战术应对方式，导致了上半场的一次被动换人。”她说。

“被动换人后，虽取得一些成效，但是造成下半场换人次数的减少，也打乱了我们的战术安排……这是我要去提高和总结的经验，赛前还是要有更多的比赛预案，更多地去把所有可能出现的场景，在训练中先做好预案。这样，队员在比赛时可能就会根据不同情况，从容地去选择、应对。”

作为前“亚洲足球小姐”，马晓旭去年7月开始参加国际足联培训课程，学习期为18个月。这项精英教练导师计划，是国际足联为下一代女性教练创造更多机会、促进职业发展而推出的。

“这对于我来说非常重要。我现在灌输给球队的理念，以及团队管理，如何跟球员沟通交流，主教练自我情绪管理和反思，全都是学习带给我的。”她说。

“我这个人可能最大的特点就是，我更愿意把我所想的，完全地、不用任何修饰地表达出来，这是我真实的想法。我觉得我们一定是有足球人才的，但是你在这条路上，怎么能够给予球员更多，怎么能够引导孩子在正确的道路上去走，教练是很重要的。”

她说，除了球员要去提高，教练也要去提高。教练只有不断地去学习、反思、提高业务能力，才能够给予球员更多。

正如文中所写，在11月12日接受这次专访时，马晓旭不断强调的两个字是“学习”。采访结束后，她计划次日就前往苏州，参加亚足联职业级教练培训班，继续学习。

（新华社北京11月17日电）

小组赛一胜难求 卡尔森无缘全能国际象棋赛争冠

新华社布达佩斯11月16日电（记者**周欣**）开赛首日九轮不败高居榜首，随后小组赛一胜难求。在布达佩斯举行的全能国际象棋（Total Chess）世界锦标赛巡回赛试点赛中，世界排名第一的挪威棋手卡尔森未能闯入四强，无缘争冠。

卡尔森在10日的超快棋揭幕赛中取得5胜4和，排名第一。不过在随后进行的快速慢棋小组赛中，他仅取得9和1负，积9分位列C组第五，未能获得晋级资格，但将参加后续排位赛。

在15日快速慢棋小组赛结束后，法国棋手菲罗贾、美国棋手卡鲁阿纳、荷兰棋手吉里和法国棋手瓦谢尔-拉格拉夫分别排名四个小组第一，晋级四强。

根据赛程，在17日进行的半决赛中，瓦谢尔-拉格拉夫对阵吉里，菲罗贾迎战卡鲁阿纳。

本次试点赛共有24名棋手参赛。赛事将快速慢棋、快棋和超快棋三种用时制纳入同一竞赛体系，棋手既要沉着计算，也要快速判断，并在不同比赛节奏之间灵活调整策略。

国足主帅邵佳一：每场比赛都不容有失

新华社广东肇庆11月16日电（记者**焦子琦、肖世尧**）中国男足将于17日晚在一场国际足球热身赛中对阵巴林队。国足主教练邵佳一16日在赛前发布会上表示，每一场国家队比赛都不容有失，相信队员们会全力以赴。

14日的热身赛中，中国男足2:0击败马来西亚队，终结了三连败。邵佳一表示，国家队比赛和联赛节奏不同，两场比赛只间隔两天，给球队的调整时间非常紧迫。他相信队员们会尽最大努力，在身体上、精神上拿出比第一场更好的表现。

邵佳一表示，职业球员的身体状况很难会是百分之百健康，“多多少少会有一些小的伤病，我们教练员也会保护所有的球员，因为他们既是俱乐部的球员，也是我们的球员”。

谈到亚洲杯延期对于球队的影响，邵佳一表示，无论提前还是延期，无论是亚洲杯还是热身赛，只要是国家队的比赛，每一场都不容有失：“就像我们上一场所表现出来的这种欲望、这种斗志。作为国家队队员，在每一场国家队的比赛都应该是这样的。”

中国与巴林两队最近两次交手是在2026年世界杯亚洲区预选赛18强赛，中国队主客场均1:0击败对手。前锋张玉宁曾在当时的客场比赛中打进“绝杀”球，他将巴林队评价为“一个难缠的对手”。

“上一届18强赛与巴林队的两场比赛都非常困难，主客场都是最后时刻才进球。”张玉宁说，“明天的比赛对我们来说和世界杯预选赛意义是一样的，我们还是会全力争胜。”

巴林队主教练桑切斯曾带领卡塔尔队夺得2019年亚洲杯冠军。他于今年10月接手巴林队。在他看来，本场比赛对巴林队来说会是一场“很有挑战性”的较量，也是检验球队的一次好机会。“中国队上一场比赛表现很好，他们在开局阶段进攻非常主动，高位压迫强度很高。我们会尽量发挥身体上的优势，打出精彩的比赛。”

篮球——NBA常规赛：猛龙不敌尼克斯



当地时间11月15日，在2026-2027赛季NBA常规赛中，多伦多猛龙队主场108比112不敌纽约尼克斯队。

图为11月15日，猛龙队球员巴雷特（右）与尼克斯队球员唐斯在比赛中拼抢。 （新华社发）

足球——欧国联：德国胜荷兰



11月16日，在德国柏林举行的2026-2027赛季欧洲国家足球联赛A级第二组第六轮比赛中，德国队主场5比0战胜荷兰队，凭借净胜球优势夺得小组头名，晋级明年3月举行的八强赛。

图为11月16日，德国队球员维尔茨（左）在比赛中。 （新华社发）

网球——ATP年终总决赛：阿尔卡拉斯胜蒂亚福



11月16日，在意大利都灵进行的ATP年终总决赛小组赛中，西班牙选手阿尔卡拉斯2比0战胜美国选手蒂亚福。

图为11月16日，阿尔卡拉斯在比赛中回球。 （新华社发）

羽毛球——2026中国香港公开赛开赛



11月17日，中国选手朱轩辰在男单资格赛第一轮比赛中回球。最终，他2比1战胜日本选手古贺穗，晋级下一轮。

图为11月17日，2026年中国香港羽毛球公开赛开赛。 （新华社发）