



韩旭、张子宇和李月汝(从左到右)

女篮世界杯资格赛 中国队名单公布

韩旭、李月汝将搭档张子宇

2026年女篮世界杯资格赛将于3月11日至17日进行。中国女篮日前确认了参赛名单,在海外联赛效力的两大中锋韩旭、李月汝回归,与“小巨人”张子宇组成强力内线组合。

国际篮联官网显示,中国女篮12名参赛队员为张曼曼、王佳琦、王思雨、杨

舒予、唐子婷、张茹、罗欣祎、陈玉婕、李月汝、韩旭、陈明伶、张子宇。

女篮世界杯资格赛分为四个赛区,中国队将在武汉赛区与比利时、巴西、南苏丹、捷克和马里队展开较量。其中,比利时队作为洲际赛冠军已直通正赛,其余球队将争夺三个晋级名额。

为备战本次世界杯资格赛,中国女篮自1月4日起开始集训选拔,并于本月与巴西队、捷克队进行了三场热身赛,取得全胜。

据新华社

女篮新老交替 今起迎接大考

今晚7时30分,中国女篮将在世界杯资格赛首战马里队,央视体育频道将现场直播。

此前在热身赛中,女篮年轻阵容暴露出外线投射乏力、失误频发及心态起伏等隐患,为出征前景敲响警钟。所幸韩旭、李月汝双塔压阵回归,加之同组除欧洲冠军比利时队外整体实力可控,中国女篮仍握有晋级主动权。从热身淬炼到正赛突围,这支新老交替的球队正经历关键考验。



中国女篮“全家福”

A 热身赛暴露球队诸多不足

为备战此次世界杯资格赛,中国女篮早早吹响集结号,将精力投入到封闭集训当中。

按照既定计划,球队在2月份进行了多场热身赛,虽然赛果显示一直在赢球,但彼时的对手整体实力相对有限,实战中暴露出的问题远比连胜的比分更加值得深思。正是意识到这一点,主帅宫鲁鸣对于热身赛对手的升级有着清晰的认识,他此前接受采访时解释道:“我们需要有这种高水平的比赛,来让队伍适应比赛节奏。其实我们平时训练虽然有男队陪练,但是也没有这么大的强度。我们希望通过实战,找到和强队对抗的经验和感觉。”

在这种寻找“强队对抗感觉”的指导思想下,球队在进入3月份后迎来了真正意义上的“全真模拟”级别热身赛。然而当对手的实力陡然提升至巴西、捷克队这一级别,中国女篮在比赛中所呈现出的竞技状态,并未真正达标预期。

通过这几场高强度对抗,中国女篮在进攻端的老问题被进一步放大,最为突出的便是外线投射的“断电”现象。综合两场与巴西队的热身赛来看,中国女篮的三分球命中率惨淡地定格在21.4%(合计42投仅9中)。尤其是首场比赛,年轻球员在关键的第四节一度出现三分球6投0中的窘境,直接导致进攻哑火,给了对手疯狂追分直至反扑的机会。

此外,球队在球权保护环节上也交了沉重的“学费”。两场与巴西队的比赛战罢,全队累计出现了高达39次的失误(首场19次,第二场20次),而助攻数则远低于对手。这一数据直观地反映出年轻球员在面对对手极具压迫性的紧逼防守时,处理球显得慌乱毛躁,经验不足的短板被完全暴露。正如宫鲁鸣在赛后所感慨的那样,这场比赛“巴西队给我们上了一课”。

一个值得警惕的现象是,尽管经历了长期的封闭集训,但球队在场上的整体配合却依旧显得生涩,进攻端缺乏应有的流畅性。此次集训大名单中涌现了大量新鲜血液,但这些年轻球员在高强度实战中的发挥显然难以令教练组感到满意。年轻球员居多的阵容结构,导致了全队心态上的巨大起伏。首战巴西队在末节一度手握19分领先优势的大好局面下,全队仿佛突然断电,被对手的紧逼防守冲得七零八落,单节净负15分,最终惨遭压哨绝平被拖入加时。这种“过山车”般的表现,无疑为即将到来的正赛敲响了警钟。

B 双塔回归助女篮轻装上阵

当热身赛的警钟敲响时,我们更需要冷静地审视这支球队所处的发展阶段。对于一支正处在新老交替期的球队而言,年轻队员交学费、状态出现起伏本就是成长的必经之路,这既是客观规律,也是为未来积累经验所必须付出的代价。

也正因为如此,也应清醒地认识到,这支球队的真正大考是未来的世界杯正赛,而绝非眼下的资格赛。以目前暴露出的外线失准、心态波动大等问题来看,倘若放在世界杯的顶级舞台上,中国女篮想要与世界强队掰手腕确实难度极大。不过所幸的是,距离那个终极目标还有充足的打磨时间,而眼下的预选赛突围任务,难度显然要低得多。

尽管热身赛中问题缠身,但中国队依旧是比赛的赢家。特别是与捷克队的交锋,中国队在武汉赢得酣畅淋漓。除了已经晋级世界杯的比利时队之外,同组其他对手的整体实力都在巴西和捷克队之下,这意味着球队拥有着相当宽裕的容错空间。换句话说,这支年轻的女篮有足够的时间在实战中完成磨合,轻装上阵去争取那张通往世界杯的门票。

更值得欣慰的是,队内老将的发挥依然稳健,能够在困难时刻帮助球队稳住局面。在年轻球员状态起伏、整体配合生涩的情况下,正是老将们凭借丰富的经验和扎实的基本功,屡次在场上充当“定海神针”,避免了球队的崩盘。她们是这支年轻球队的脊梁,也是征战世界杯资格赛最可倚仗的核心力量。

韩旭已经随队出战了和捷克队的比赛,李月汝确定将随队出征后续的比赛,她们的回归无疑将为球队注入一针强心剂。这两名世界级中锋不仅在攻防两端能提供宝贵的经验和硬度,更将让中国女篮在内线建立起巨大的优势,有效缓解外线压力,并极大地丰富球队的战术体系。

放眼即将到来的世界杯资格赛征程,中国队的突围前景比较乐观——同组对手的整体实力并不算顶级,且与中国队已经有过交锋经历,心理上并不畏惧。

宫鲁鸣此前所说的“找到与强队对抗的经验和感觉”,如今看来正是为世界杯资格赛所做的战略性铺垫——通过高强度的热身赛暴露问题、积累经验,待到正赛时反而可以轻装上阵。加之主场优势,这支经历淬炼的中国女篮,完全有理由在接下来的资格赛中交出一份令人满意的答卷。

C 热身对手是中国女篮最大劲敌

此次世界杯资格赛将从今晚起鸣锣开打。

作为本组实力最强者,世界排名第五的比利时队无疑是左右战局的关键变量。2025年欧锦赛卫冕之旅中,比利时队以全胜战绩登顶,核心艾玛·梅斯曼以场均20+的表现荣膺MVP,球队在淘汰赛阶段展现出的防守韧性令人印象深刻——连续将西班牙和意大利队的得分压制在65分以内。这支成熟之师的存在,使得其余球队的排位博弈更加微妙。

巴西队与捷克队构成了第二梯队的主体,与中国队形成三足鼎立之势。世界第九的巴西队刚在美洲杯上证明了自己南美霸主的地位,达米里斯·丹塔斯的个人攻坚与卡米拉·卡多索的内线屏障相得益彰,大赛经验丰富的她们面对欧洲和非洲球队时具备明显对抗优势。而排名第12的捷克队正处于新老交替期,年轻前锋艾玛·切霍娃与后卫克拉拉·普霍尔托娃在2025年欧锦赛上崭露头角,欧洲球队特有的战术纪律让她们在对阵非洲球队时依然保有胜算。

非洲双雄马里与南苏丹队则扮演着潜在的搅局者。世界排名第20的马里队是非洲杯常客,凭借西卡·科内的得分能力和强悍的身体对抗一路闯入2025年非洲杯决赛。而世界第35的南苏丹队虽为非洲新军,却在同届非洲杯上历史性夺得铜牌,德利西亚·华盛顿领衔的进攻线展现出黑马成色。两队虽整体实力存在差距,但运动天赋和快速转换的打法,完全可能给中国女篮制造麻烦。

对于正处于新老交替阵痛期的中国女篮而言,武汉赛区是挑战更是机遇。年轻阵容的冲击力与经验缺失并存,战术体系仍在磨合,但坐拥主场之利足以抵消部分成长的代价。面对非洲双雄,内线优势与整体防守当保胜利基本盘;与巴西、捷克队的关键卡位战,若能借助主场气势打出自身特点,完全有机会占据上风。综合而言,这支年轻的中国女篮依然手握晋级主动权,武汉理当成为她们通往柏林世界杯的坚实跳板。

据体坛周报