

中国女足冬训备战奥预赛

力争打出自己特点拼到小组头名



为备战下月举行的东京奥运会预选赛，中国女足从元旦起有针对性地选择在澳大利亚冬训，为的就是能通过两周赛练结合，强化技战术细节，提前适应届时将要碰到的对手，力争在B组中拼到小组头名，为附加赛奠定理想基础。

14日，中国女足在澳大利亚结束了为期14天的集训。期间，她们与4支澳女足联赛的俱乐部队进行了热身。比赛日之外，姑娘们基本上是上午在健身房练力量、下午在球场强化技战术。此外，储备体能也是重要的一方面。

由于将要在B组交锋，澳大利亚女足主帅米利契奇也关注着对手的动态。他本月曾对新华社记者说，从去年法国世界杯各参赛队看，“中国女足的体能数据处于领先”。这次集训中，中国女足也在延续这一特点，做好体能储备，从而在面对亚洲排第一的澳大利亚队时，能够在稳固防守基础上，再在进攻中有所突破。

在12日下午训练中，主教练贾秀全在球队进行的半场密集攻防、全场分组对抗的演练中，关注着细节，不时叫停训练来做示范，纠正队员们在丢球后小范围紧逼时的防守位置，并在由守转攻和控球时，强调队员的接应位置，以及一脚出球、第一时间将球在被逼抢前转移到更有利的位置。

“这一段体能和技战术的储备很关键。”贾秀全在接受新华社记者专访时说。他表示，非常满意球员们的态度，特别是在训练强度较大的要求下，姑娘们都“毫无保留完成了训练计划”。

集训期间有比赛时，贾秀全说，全队也不会前一天刻意去调整训练量，为的就是考验队员们的稳定性。

“其实我们就为了保持队员在疲劳的状态下，能够对自己还有一个稳定的掌控，这是我们所需要的。在疲劳状态下怎么办？所以总结这两周，还是比较满意，满意球员的态度和努力，包括我们

练的整体的东西也都在进步。”他说。

去年率队打入世界杯16强后，贾秀全说，他和教练组也在不断总结。

“通过世界杯，我们在总结，希望打出自己的特点，打造娴熟的一个整体。我们一直追求整体，无论攻防能够打出自己的整体，打出自己的特点。”他说。

中国足协副主席、“铿锵玫瑰”辉煌期的前国脚孙雯，此次全程跟队冬训。她除了在场边观看训练外，偶尔还在训练尾声的射门强化环节，换上球鞋，配合教练组，为门前抢点的队员们传球。

将于2月3日至9日在武汉进行的奥预赛，中国女足与澳大利亚、泰国和中国台北队分在B组。另一个小组A组有韩国、越南、缅甸队，比赛在韩国举行。

根据赛制，每个小组的前两名晋级附加赛。届时，每个小组的头名将交叉与另一个小组的第二名在3月进行主客场两回合比赛，两支获胜球队与自动获得参赛资格的东道主日本队晋级奥运会。

由于A组中韩国队实力最强，拿头名是大概率，中国女足若能在武汉力压澳大利亚队拼到B组第一，将可能将在附加赛中赛程相对有利。不过，即便拿到小组第二，拿教练组的话说，中国女足也不惧怕任何对手，将全力以赴去拼下比赛。

14日，中国女足按计划将启程回国。记者从队里了解到，除了在除夕和大年初一放假两天、与家人团聚外，整个团队都要在武汉全力备战预选赛。

(据新华社)

国乒京郊“全员”军训

刘国梁:这个春节不放假

中国乒乓球队13日一早奔赴北京郊区某军事体育训练中心，以144人的庞大队伍开始为期一周的军训。中国乒乓球协会主席刘国梁告诉记者，这次不仅国家一队、二队的队员们，教练、队医乃至协会工作人员等国乒相关人员全部参与到军训当中。

“以前军训只军训运动员，但我觉得教练员和协会人员都是国乒的一部分，大家只不过分工不同。”刘国梁说，“这是延续国乒好传统，通过军训增强凝聚力、战斗力和团队精神，也希望通过军训让大家静下心来思考，以最高、最严的标准，结合奥运备战需要。”

按照国乒队的东京奥运会备战安排，这个春节保持训练、全队无休，其中除夕(24日)全天训练，初一半天训练，初二上午便要

结伴出发，前往欧洲参加德国公开赛。“我想，在奥运年的时候，大家已经忘记了过年的感觉。”刘国梁笑着说，“还有半年，打完东京奥运会之后再补过春节吧。”

何以在奥运备战的紧要关头安排军训？刘国梁有充足的考虑：“正是因为东京奥运会的比赛任务非常重、挑战非常大，才特意把军训放在最后的冲刺阶段，通过向部队学习，把军人的精神结合到备战当中，再带到赛场之上，因为在大赛当中，思想上、精神上的准备比技战术更重要。”

三天前刘国梁的生日也是在队里过的，谈起奥运备战的紧张程度，这位曾以教练身份陪伴国家队走过四个奥运周期的国乒大当家说：“其实奥运备战不仅仅是开赛前一两个月，而是整整四年的准备，

循序渐进的推进。如果四年都用一个节奏备战，很难达到效果，这也是为什么去年我们没有军训，而是通过一些别的手段，比如说世乒赛夺五冠后去南梁和延安，目的是在不同的阶段加强不同的方面。而在这个阶段，我认为思想政治工作和凝聚力比任何东西都重要。”

一周前日本乒协公布奥运阵容，但在刘国梁看来这份名单早在意料之中，甚至尚未公布的P卡人选，他和教练组也早有猜想。“奥运备战，我们不仅仅做一套方案，还有两套，甚至三套。”他说得胸有成竹。

至于新年愿望，刘国梁笑称“大家都知道吧”。“半年之后，希望大家能够在东京看到一支更强大、更有战斗力的中国乒乓球队。”他说。(据新华社)

影视速递

纪录片《青春中国》

展现新中国蓬勃朝气



由中央新闻纪录电影制片厂(集团)出品的大型青春励志纪录电影《青春中国》近日在京举行首映式。

影片以新时期不同行业的6位青年人的故事，展现了新中国七十年发展中所呈现的青春活力和蓬勃朝气。

(据新华网)

电视剧《新世界》

探讨人性的善与恶



1949年初，距离北平和平解放还有22天，在这22天中发生的时代洪流变迁，就是年代献礼大剧《新世界》所要讲述的。

该剧借由金海、铁林、徐天三兄弟的人生选择和命运转变，演绎了一出波谲云诡的北平城中小人物命运变幻的人间大剧。

(据《北京日报》)

电影《熊出没·狂野大陆》

上演“史上最帅光头强”



“熊出没”系列第七部大电影《熊出没·狂野大陆》将于1月25日大年初一正式开启全国上映。

该片在危机面前，光头强一改往常逗趣的形象，与队友一起迎难而上，堪称“史上最帅光头强”。(据北国网)