

女足亚洲杯：中国队胜孟加拉国家队

当地时间3月3日，在澳大利亚悉尼举行的2026年女足亚洲杯小组赛B组比赛中，中国队2比0战胜孟加拉国家队。

本届亚洲杯小组赛，中国队在赛程上相对有利，先易后难，第三轮才会遇到最强对手朝鲜队，首战面对孟加拉国家队，女足姑娘应该抓住机会，多拼净胜球，这样才能以更加轻松的心态面对朝鲜队的挑战。

实力相差悬殊 多争取净胜球

作为本届亚洲杯的卫冕冠军，中国女足是所有球队重视的对象。上届亚洲杯，中国队在主教练水庆霞的带领下，一路过关斩将，在决赛0:2落后的绝境下连扳三球，3:2逆转韩国队夺冠，用顽强拼搏诠释了“铿锵玫瑰”的精神。本届赛事，球队在新帅米利西奇的调教下完成新老交替，阵容更具活力与冲击力，目标直指决赛。

作为中国队在小组赛中的第一个对手，孟加拉国家队实在难以构成足够的威胁。这支球队是亚洲杯的新军，从世界排名上看，她们仅列第128位，在12支参加亚

亚洲杯的球队中垫底，与中国队存在明显的实力差距。

孟加拉国家队平均年龄只有20岁，是参赛球队当中年龄最小的，她们拼劲十足，但是经验有所欠缺，再加上平均身高与中国队有明显的差距，因此本场比赛中国队只有一个目的，那就是多攒净胜球。

本场比赛，孟加拉国可能会摆起“铁桶阵”，用密集防守来延缓失球的时间，让中国队陷入急躁情绪当中。因此，中国队需要在比赛中快速占据领先优势，用进攻击穿对手的防守意志，从而打开局面。

在占据绝对控球权的同时，中国队需要主打高压逼抢，外加边路传中和中路渗透的战术，利用身高、技术、经验的全方位优势，在前场持续施压，切断对手出球路线，借助张琳艳、唐佳丽的速度制造传中机会，中路邵子钦、乌日古木拉争抢高点，王霜后排插上补射，形成立体进攻体系。

同时，球队还可以利用定位球扩大优势，王霜、张馨的脚法搭配吴海燕、汪琳琳的头球能力，可以成为重要的得分手段。

出线不是目的 期待新人闪耀

对于中国队而言，取得开门红甚至小组出线，都不是最终目的，她们的目标只有一个，那就是继上届亚洲杯后再度打进决赛，保住来之不易的亚洲杯奖杯。因此，三场小组赛更重要的意义在于练兵，四分之一决赛与半决赛才是真正上强度的时候。为了在打硬仗时有更加充裕的换人选择，小组赛锻炼新人应该是米利西奇的战略目标之一。

中国队在本届亚洲杯的参赛阵容，还是以上一届冠军阵容为班底，同时加上了在去年东亚杯期间表现出色的王爱芳、霍悦欣以及邵子钦等新人。

不过，在去年年底，这支女足在热身赛中接连遭到了英格兰队和苏格兰队的打击，状态进入一段低谷期。中国足协在是否换帅的问题上选择了信任米利西奇，但是同时给教练组增加了王洪亮与区楚良两名中方教练，希望在士气方面给女足姑娘们带来提升。

进入今年后，中国女足开始了长达近两个月的集训，状态与

士气都有所恢复，四场热身赛分别以2:0和6:1两胜越南队，到澳大利亚后以3:1击败中央海岸水手女足，以4:0战胜纽卡斯尔喷气机女足，展现了雄厚的阵容深度。

不过，热身赛的含金量有限，小组赛才是真正的考验，在前两轮比赛中，米利西奇需要根据场上情况，适时调整阵容，派上年轻的替补阵容加以锻炼，才能在后面的硬仗中有更多的选择。

压力变为动力 心态成为关键

这是米利西奇第一次带领中国队在家乡进行正式比赛。作为澳大利亚人，本届亚洲杯算得上他的“主场”，他熟悉这里的一切，但是作为卫冕球队的继任主帅，他的压力也很大，因为总有球迷会拿他同水庆霞作比较，而一旦踢得糟糕，等待他的将是新一轮下课危机。

来到澳大利亚后，米利西奇抽空回了一趟在悉尼的家，与妻子和女儿小聚，随后再与队员们会合集训。

“中国队必须要把进决赛作为目标”，这是米利西奇的信念，“这当然是巨大的压力，这对球员

来说有时很难，另外中国球迷的期望值也很高。但是其他球队也会有压力。日本队有40多名球员在欧美(联赛)踢球，是夺冠热门；朝鲜队也很想踢好；澳大利亚还是东道主。每支球队都有压力和期望。我们唯一能控制的，就是操心我们自己，做好自己该做的事情。”米利西奇分析道。

多年来，中国女足一直是中国足球的希望，在男足进入低谷的某些阶段，女足姑娘保留着中国足球最后的希望。今年，男足在国际赛场上表现不错，开年大戏U23亚洲杯，小将一步一个脚印，在不被看好的局面下硬是打进了决赛，从以前每次小组赛都打道回府到获得亚军，这样的跨越让球迷们感到惊喜，同时也给了女足姑娘们以动力。

近两年的执教，米利西奇对自己的弟子已经十分熟悉，他说：“她们非常有韧性，愿意付出，热爱学习。”希望这些优点都能成为中国队的优势，在U23男足获得亚洲杯亚军后再度给中国球迷带来惊喜。



中国女足队员在训练中。新华社发

如果说巴萨伤病严重，那他们的竞争对手皇马就是超级严重。周一晚主场0比1不敌赫塔费一役，怀森和卡雷斯均吃到黄牌停赛，马斯坦托诺比赛结束前也拿到红牌，可能停赛一到两场。更严重的是带伤坚持踢了几十分钟的罗德里戈赛后被诊断右膝十字韧带和外侧半月板受伤，不仅本赛季提前报销，还无法参加今年世界杯。

皇马攻击线在姆巴佩左膝受伤后本就威力大减，罗德里戈的重伤更如同噩耗。考虑到皇马目前的情况，姆巴佩和俱乐部以及法国国家队三方讨论后决定暂时只进行保守治疗，希望能尽快复出，但后续是否会造成更严重的后果，实在无法预料。加盟皇马前姆巴佩就因为带伤代表法国队参加欧洲杯，加盟皇马后迟迟无法找回状态。

除了姆巴佩和罗德里戈，皇马伤病名单还包括劳尔·阿森西奥、米利唐、阿拉巴、贝林厄姆、塞瓦略斯、卡马温加等人，前中后三条线都有重要主力球员缺阵，其中阿拉巴和罗德里戈一样，都是在对赫塔

费一战中受伤。吕迪格则用膝盖粗野顶撞对手迭戈·里科头部，虽然比赛时逃过一劫，但赛后几乎全世界都对他进行声讨，呼吁对当值裁判停哨，对吕迪格追加停赛。

近些年，皇马几乎年年有报销赛季级别的十字韧带伤势，也许并非偶然。2023年最严重，库尔图瓦、米利唐和阿拉巴都长期高挂免战牌；2024年轮到卡瓦哈尔，米利唐再遭重创，2025年好不容易复出后又遇到肌肉撕裂；2026年，罗德里戈成为最新的倒霉蛋。尽管体能大师平图斯重新回到一线队，但似乎情况并没有根本改变。

据西班牙媒体报道，阿隆索年初下课，其中一个原因就是坚持不接受自己的体能团队被平图斯取代，而弗洛伦蒂诺坚持要求平图斯重新主导球队体能管理。虽然不确定老佛爷解雇阿隆索是不是一

时脑热，但他临时找B队教练阿韦洛亚上来顶缸，已基本可被判定为失败。数据为证：阿韦洛亚带队12场已输了4场，阿隆索带队28场（不算世俱杯），皇马的胜率为71%，20胜3平5负；而在阿韦洛亚的执教下，球队的胜率为67%，8胜4负还没有过平局。倒是阿隆索最后12场比赛的战绩与阿韦洛亚目前非常相似：7胜2平3负，如果按积分计算，阿隆索比阿韦洛亚少1分。

阿隆索离开时，皇马在西甲落后巴萨4分，国王杯仍有晋级希望，在欧冠排位赛中也处于前8名的有利位置。不到两个月后，皇马与巴萨的差距依然没有改变，但在国王杯首轮就被西乙球队淘汰，欧冠排位赛最后一轮跌出前8。球队的场上表现也没有丝毫起色，没有让伯纳乌球场的嘘声平息下来，弗洛伦

蒂诺反而因为解雇阿隆索的决定被球迷喊辞职。总之，以现在遇到的强大对手和伤病情况来看，阿韦洛亚真不像是能创造奇迹的样子。最后，据熟悉俱乐部计划的消息人士称，就潜在的所有权结构变更计划在皇马会员中进行投票的

计划目前已被搁置。去年11月，弗洛伦蒂诺曾表示，俱乐部正在考虑接纳外部投资者，这将是皇马百年历史上首次引入外部投资。自1902年成立以来，该俱乐部一直由其会员完全拥有。



皇马崩了 一线队近乎瘫痪

阿韦洛亚根本救不了