

国足公布世预赛18强赛最后两轮大名单

武磊回归，归化球员杨明洋首次入选



武磊回归，国足集齐锋线最强阵容 视觉中国供图



杨明洋(右)能给球迷带来惊喜吗
新华社资料图片

5月22日，国足公布了参加2026年世界杯亚洲区预选赛18强赛最后两轮比赛的27人大名单，武磊回归，归化中场杨明洋首次入选。此外，在本赛季中超联赛中表现出色的U20球员王钰栋和刘诚宇也再次入围，显示了主帅伊万科维奇坚持给年轻人机会的态度。

根据赛程，国足将于6月5日客场迎战印尼，之后于6月10日在重庆主场对阵巴林。国足和巴林目前同积6分，落后小组第四印尼3分。想要获得小组前四晋级世预赛附加赛，国足要力争取得两连胜。

现代快报/现代+记者 花宇 综合新华社、北京日报、封面新闻、澎湃新闻、足球报

杨明洋能否让国足“挺直腰板”

27名队员中，有24人都是来自中超联赛排名前五的队伍，其中北京国安包括归化球员塞尔吉尼奥在内共有7人入选，成为国脚最大户，上海海港和成都蓉城分别有5人入选，领头羊上海申花的人数为4人。

杨明洋是本期集训的新面孔，29岁的他出生于瑞士巴塞卢，入选过瑞士国青。2013年，年仅18岁的杨明洋在瑞士超级联赛球队洛桑体育完成职业生涯首秀，并凭借出色的表现吸引了英超狼队的关注。

2017年，杨明洋加盟狼队，但由于竞争激烈，他未能站稳脚跟，先后被外租至西班牙胡米利亚和瑞士球队草蜢。2021年，他决定回归中国足坛，加盟当时还在中甲的南通支云，成为球队的中场

核心，并帮助球队成功冲超。2024年，南通支云降级后，成都蓉城主帅徐正源向杨明洋伸出了橄榄枝，俱乐部以200万人民币的转会费将其签下。

本赛季，杨明洋在成都蓉城的表现极为亮眼，13轮中超联赛贡献2球1助攻，传球成功率高达87%，场均跑动12公里，成为球队中场不可或缺的节拍器。他的出色发挥不仅帮助蓉城稳居中超第二，也成功吸引了国足主帅伊万科维奇的注意。

5月20日，杨明洋完成了由瑞士足协向中国足协的国际足联转会注册手续，从而具备了代表国足出战的正式资格。杨明洋司职后腰，他的体能、速度等优势，以及韧性十足、敢打硬仗的精神正是目前国足“挺直腰板”所需要的。

8名锋线球员入选，武磊回归

此外，本次名单的一大特点是伊万科维奇共召入了8名锋线球员。8人当中最引人注目的是武磊的回归，受伤病困扰的武磊今年联赛复出，5月17日中超第13轮对阵山东泰山，武磊打进了个人赛季首球。

锋线上过去三年辗转申花、三镇、海港的刘若钒第一次入选国足正式比赛名单，刘若钒本赛季在海港和申花、国安等关键战役中都有不错表现，当然韦世豪和王钰栋状态某种程度更好。按照伊万双前锋对于高中锋的需求，这个位置应该是张玉宁，王钰栋有可能赢得另外一个锋线主力

的机会。武磊虽然伤愈回归，但他过去几场替补出场的时间都没有超过半场，因此武磊将扮演超级替补的角色。

伊万招人这么多前场球员并不让人意外。毕竟目前的积分榜上，国足以2胜6负暂时在C组中垫底，与暂列同组第4位的印尼有3分之差，与同积6分暂列第5位的巴林相差5个净胜球，这意味着国足必须在6月客场战印尼、主场对阵巴林的比赛中取胜，方有可能实现“争四”目标，进而跻身下阶段预选赛附加赛。尤其是6月5日客场与印尼的比赛至关重要，国足一旦失利将提前出局。

后防尤其边后卫是个大麻烦

多名前锋入选显示了伊万要全力争胜的决心，但同时也让中后场的隐忧放大。

对于国足防线而言，最大的遗憾自然是蒋圣龙因伤缺席。在蒋圣龙受伤之前，他其实是国足防线表现最出色的球员，朱辰杰一直戴着面具出战，蒋光太刚刚伤愈复出，包括韩鹏飞也刚刚复出，甚至在蓉城也未坐稳主力。

国足在中后卫位置上还有一定的腾挪余地，但是在边后卫位置上存在明显的问题。9名后防球员有5人是纯正的中后卫，汪士钦本赛季在三中卫的左中卫和左翼卫间变化，真正完全出任边后卫位置的球员只有三人，即胡荷韬、李磊和杨泽翔，胡荷韬是目前状态非常好的球员，但李磊从4月6日的比赛之后，至今只有8分钟的出场时间，杨泽翔的出场时间也非常不稳定，此外，高准翼虽然在足协杯比赛中进入了比赛名单，但最终未能出场，显然还不具备良好的比赛能力。

所幸李磊经验比较丰富，杨泽翔和队伍的磨合也不存在问题，胡荷韬可左可右——边后卫位置只能说勉强可以支撑，但却经不起任何的“风浪”。

按计划，国足将于24日在上海集结，进行为期9天的备战。6月2日，国足将启程前往印尼雅加达，备战6月5日客战印尼的关键战役。6月10日，国足将在重庆主场迎战小组赛最后一个对手巴林。

张雨霏：重走来时路

5月21日晚，2025年全国游泳冠军赛在深圳进行了女子200米蝶泳决赛，年仅12岁的于子迪以2分06秒83夺冠。

更年轻的女孩们站上领奖台，社交媒体上的讨论中却频频出现另一个名字——“蝶后”张雨霏。这一次，她并未报名该项目。

几天前，张雨霏曾在女子100米蝶泳决赛后表示：“从恢复以来，我仿佛又在走过自己来时的路。”



张雨霏：我仿佛又在走过自己来时的路
新华社发

据新华社

“我好像得了一种一看泳池就想吐的病”

3月23日落幕的全国春季游泳锦标赛，张雨霏参加了三个项目，颗粒无收。

张雨霏透露，巴黎奥运会结束的近半年时间中，她没有主动下过一次水。“教练是说让我每天下一下水，‘哪怕你游个200米、500米都行’，但我真的就是不想。”

春季游泳锦标赛结束后，她在社交媒体上写道：“在去年10月份参加世界杯的时候，我得了一种病，一种‘看到泳池就想吐’的病，哈哈。说出来有点无厘头，但这确实是当时的真实想法。我甚至有点庆幸那时受伤了，好让我躲一躲泳池（眼不见为净）嗯……我想我并没有做好重新回到泳池的准备。于是乎后来的五个月，我一次水都没有下过，好好玩了一段时间，认真思考了我到底还要不要回来。”

2016年在里约，张雨霏开启了自己的首次奥运之旅。在唯一的项目——女子200米蝶泳比赛中，张雨霏位列第6名。

2021年举办的东京奥运会，她共收获2金2银，其中包括一枚200米蝶金牌。

2024年巴黎奥运会，她在巨大压力下收获1银5铜，并将中国游泳运动员的个人奥运奖牌数纪录提升到10枚。

巴黎奥运会后，越来越多的东西涌入张雨霏的生活，其中有光鲜，也有艰辛。正如每个人人生中都会偶尔出现的虚无感，一种承载着更多思考的怅然，时常围绕着她。

“我好像应该改变一下对游泳的看法了”

当一个游泳奥运冠军远离泳池，她会思考些什么？张雨霏通过“暂停”得到的答案是：不再纠结自己是否“不喜欢游泳”，“我好像应该改变一下对游泳的看法了。”

在休息的那段时间里，张雨霏读了网球大满贯得主李娜的自传《独自上场》。

“我记得娜姐有一段话，跟我挺像的。她说，说实话她不喜欢网球，但是她不明白自己为什么要那个样子，网球带给了她一切。我觉得其实游泳对我也是一样。实际在真正的行为上，我对游泳的情感是非常深刻的。当然

训练很辛苦、比赛压力很大，难免会有一些这种时刻。现在，我尝试着去做一下，然后试着接受，而不是一味地说我不喜欢。”

短暂逃离后的张雨霏，在“报复性休息”几个月后终于理顺心绪，鼓起勇气，做出决定：“我想回来，我想去奥运会，我还有目标，我还想再见到大家。”

回到全国比赛的赛场，与“10后”小选手同场竞技，张雨霏却发现自己正在重走年少时的心路。

她说：“这次比赛给我一个很奇妙的感觉，一下子又把我推回到2012年，我第一次参加比赛的时候。因为已经做好了不会上领奖台的准备，所以我全力以赴的同时反而觉得轻松。回归小时候的自己，回归初心，我觉得这是一件好事。它让我重新认识到游泳对我的意义。”

“我不可能永远做一枝温室里的花”

回归之后，一向笑意盈盈的张雨霏也偶尔展现出锐利的一面。谈及训练、谈及比赛、谈及目标时，她会直截了当地说出自己的想法。

比如谈及目标时，她说：“我不希望我去奥运会只是去站个领奖台，这不是我设想的目标和人生。既然我回来了，就肯定要去突破自己想突破的部分，管它55秒（女子100米蝶泳）可不可能，先朝着目标努力。”

“从恢复以来，我仿佛又走过了我来时的路。我才感觉到原来前几年站在顶峰的自己是那么厉害，也更加明白我来的时候有多么不容易。”张雨霏说，目前，她与澳大利亚外教迈克尔·波尔合作了几个星期。在采访中，她透露自己喝了不少“外国鸡汤”。“他针对我的弱点，给了我很大的激励。我不是一个特别喜欢跳出舒适区的人，但他就总是在给我灌心灵鸡汤，说只有挑战才能让人不断进步。”

从3月的春锦赛到5月的冠军赛，张雨霏的100米蝶泳成绩从58秒21提高到了57秒39。教练波尔给出评价：“一步一步恢复，天赋仍在。”

“其实一开始我很怕有自己的想法，我怕我的想法不是很对，会被教练否掉。”张雨霏说，“但是无论崔导（崔登荣）的教导，还是现在波尔教练给我讲完以后，我觉得应该是有自己的想法的。我不可能永远做温室里的花朵、翅膀下的小鸡，我该长成一个大人了。”

国足27人大名单

前锋：武磊(上海海港)、刘若钒(上海海港)、刘诚宇(上海申花)、韦世豪(成都蓉城)、王子铭(北京国安)、张玉宁(北京国安)、林良铭(北京国安)、王钰栋(浙江)
中场：徐皓阳(上海申花)、杨明洋(成都蓉城)、塞尔吉尼奥(北京国安)、曹永竞(北京国安)、黄政宇(山东泰山)、谢文能(山东泰山)、王上源(河南)
后卫：蒋光太(上海海港)、魏震(上海海港)、杨泽翔(上海申花)、朱辰杰(上海申花)、韩鹏飞(成都蓉城)、胡荷韬(成都蓉城)、李磊(北京国安)、吴少聪(北京国安)、汪士钦(浙江)
门将：颜骏凌(上海海港)、刘殿座(成都蓉城)、王大雷(山东泰山)