

2025 赛季中超联赛落幕

河南杜康全力备战足协杯决赛

俱乐部与主教练拉莫斯续约

本报讯(记者 刘超峰)11月22日,2025赛季中超联赛落下帷幕,河南杜康收官战1:1战平云南玉昆,最终收获第10名,尤其是拉莫斯在联赛中中期执掌教鞭之后,河南杜康面貌一新,历史性地冲进足协杯决赛。近日,河南足球俱乐部先后与体育总监贝拉和主帅拉莫斯续约,让河南球迷吃了一颗“定心丸”。接下来,拉莫斯将带领全体队员全力以赴冲击足协杯冠军。

用“万众期待”来形容即将到来的足协杯决赛毫不为过,门票一开始销售就“秒空”,届时还将有多趟河南前往苏州的“球迷专列”开通。离足协杯决赛还有半个月,河南球迷都在期待河南足球能在足协杯决

赛中创造历史。

据了解,联赛结束后,河南杜康全体队员进入足协杯决赛备战时刻。按照计划,简单休假两天之后,全队将集中在上海进行一周左右的训练,其间还会进行一场热身比赛,然后前往苏州进行最后的备战训练。届时,浩浩荡荡的家乡球迷助威团将奔赴苏州,一起见证河南杜康队冲击首个足协杯冠军。

今年联赛,河南杜康开局不佳,接连受挫。在这样的情况下,西班牙人贝拉·加西亚于4月份来到河南,出任俱乐部历史上首位体育总监,并主导了换帅工作。4月底,葡萄牙籍教练拉莫斯接替韩国人南基一,出任球队主帅。此后,球队的成绩快速

反弹,早早完成了保级任务并历史性地杀入足协杯决赛。在良好的成绩和攻势足球理念主导下赏心悦目的比赛场面,让拉莫斯赢得了高度认可。续约,也成了外界的普遍呼声。

在最后一轮赛前官宣体育总监和主教练续约的消息,尤其是在半个月后就要进行足协杯决赛的背景下,这对稳定军心提升士气都大有益处。

除了贝拉和拉莫斯的续约,最后一场比赛赛前俱乐部还有另外一个特殊的安排:老将尹鸿博和主教练拉莫斯一起出席了新闻发布会,并宣布退役的决定。

36岁的尹鸿博早在2013年第一次加盟河南俱乐部,很快成为球队的进攻组织

核心。在河南,尹鸿博达到了其职业生涯的顶峰并多次入选国家队。2017年,他转会河北华夏俱乐部,8年后再度回到河南队。脚法秀丽、为人低调谦逊,又身为“河南女婿”的尹鸿博有着很好的口碑。虽然本赛季饱受伤病困扰,此前在本赛季中超仅有一次出场纪录,但并不影响球迷对他的喜爱。

对阵云南玉昆的比赛第90分钟,尹鸿博替补纳萨里奥出场,完成了在中超的“最后一舞”。虽然出场时间短暂,但赛后的尹鸿博成了当然的主角。隆重的告别仪式之后,尹鸿博表示:“人生的下半场,我仍离不开足球。从考证开始,加强学习,去成为一名教练,从事青训工作。”

海港三连冠 梅州、亚泰降级

——中超联赛第30轮综述

11月22日15:30,中超联赛最后一轮8场角逐同时上演。90分钟过后,本赛季的所有悬念宣告破解。上海海港在客场1:0战胜大连英博,实现三连冠;而梅州客家在工体1:15惨败北京国安脚下,与长春亚泰一样,没能逃过降级的命运。

8场比赛没有出现大的波折,保有夺冠希望的上海海港和上海申花双双取胜,海港又一次将冠军奖杯揽入怀中。海港客场与大连英博的这场比赛,吸引了62330名球迷到场观赛,这创下了本赛季中超单场观众最高纪录。很显然,热情又懂球的大连球迷很乐见主队能在事关争冠的比赛中“搅搅局”,而大连英博也的确给对手制造了很多麻烦。虽然加布里埃尔早在第15分钟就为客队首开纪录,但主队的持续施压让海港自始至终都不敢有任何放松,直到第90分钟,大连英博还有近在咫尺的破门机会。

有惊无险地拿到这场胜利之后,上海海港在中超的捧杯次数已经达到4次,最近3年更是实现三连冠。相对于之前两个赛季的早早一骑绝尘,今年的这个冠军来得格外艰难,但也更显含金量。随着超级外援奥斯卡的离开,以及武磊重伤迟迟无法出场等不利情况,本赛季的海港身上有了更多“平民色彩”,外界对其卫冕前景也并不看好,尤其是在赛季初就遭遇超级杯、亚冠三连败,更是为联赛前景蒙上了浓重的阴影。事实上,他们也确实不像前两年顺风顺水,甚至长时间都排在前三名之外,但主教练穆斯卡特的实用主义在漫长的联赛中起到了至关重要的作用。相对于夺冠集团内部引人注目的“天王山之战”,海港真正的秘诀却是在中下游球队时“应胜尽胜”。在与除上海申花、成都蓉城、北京国



上海海港队在颁奖仪式上庆祝夺冠

新华社记者 吴青昊 摄

安、山东泰山之外的11支中下游球队交锋中,他们取得了18胜4平的不败战绩,拿到了58分。尽管在与直接对手的“6分大战”失分不少,但从中下游球队身上的“豪气”为他们积攒了足够的本钱,也正是有了如此稳定的“分源”,确保了他们笑到最后。

在另外一场比赛中,上海申花尽管在客场3:1战胜天津门虎,却已经于事无补,在与同城对手的竞争中再一次功亏一篑。但能将夺冠悬念延续到最后一场,申花的努力和进步有目共睹。“上海滩德比”能连续成为中超联赛争冠大战中的主旋

律,上海球迷是最大的受益者。

在北京工体,本赛季一直过得很挣扎的梅州客家最终还是迎来了残酷的结局,1:5惨败于北京国安脚下,原本落后青岛海牛3分的他们已无力改变降级的局面。因为沧州雄狮解散而幸运重回中超的梅州客家,资金缺乏、主力流失、外援能力一般的状况并没有得到缓解,所以尽管在赛季初一度给梅州球迷送出不少惊喜,但在比拼内力的漫长赛程中还是逐渐显出颓势,最终掉队。

梅州客家的降级并不令人意外,而在

主场打出高分的北京国安则颇值得关注,特别是前锋法比奥在本场比赛中上演“大四喜”,最终以28个进球逆袭成功,独占射手榜榜首。这场大胜,既是北京国安退出夺冠竞争、重压之下对支持者的回应,也可以视为对未来足协杯决赛的争冠宣言。

当有过多次捧杯经历、底蕴更丰厚的北京国安与状态上佳、士气正高的河南杜康在苏州碰撞,鹿死谁手,犹未可知,这场对决也就格外值得期待。

本报记者 郭韬略 刘超峰

河南省全民健身大赛 羽毛球公开赛走进焦作



本报讯(记者 陈凯文 河南省羽毛球协会供图)11月22日至23日,2025年河南省全民健身大赛羽毛球公开赛(焦作站),在焦作市太极体育中心太极馆激情举行(如图)。来自全省的近500名羽毛球爱好者汇聚“太极之城”一较高下,畅享参与羽毛球运动带来的健康和快乐。

本次比赛由河南省体育局、河南省委直属机关工委、河南省总工会等多家单位联合主办,河南省全民健身中心、河南省羽毛球协会、焦作市体育局、焦作市体育总会共同承办,设有男单、女单、男双、女双等多个项目。

太极馆内灯光璀璨,赛场周围人头攒动,不少焦作本地市民专程前来观赛。随着比赛正式开始,选手们迅速进入状态,精准的吊球、有力的扣杀、默契的配合,每一个精彩瞬间都引得场边观众阵阵喝彩。相较于激烈的赛场角逐,赛事举办地为本次比赛量身定制的“文旅大礼包”同样成为焦点,其中,参赛人员免费畅游A级旅游景区的政策更是让选手们直呼“诚意满满”。焦作市文旅部门推出的专属优惠政策覆盖范围广、惠及人群多,将“运动+文旅”的融合理念落到实处。

赛场上的全力以赴与赛场外的山水之约,共同演绎了本次赛事的独特魅力。焦作文旅的免费游政策,不仅让参赛人员感受到了这座城市的热情,更成为河南省羽毛球协会探索“以赛促健、以赛促旅”模式的成功实践。

河南省“奔跑吧·少年” 冠军进校园活动落幕

本报讯(记者 陈凯文 河南省体育局供图)历经数月的精彩教学与温情互动,2025年河南省“奔跑吧·少年”冠军进校园活动近日在郑州市金水区文化路第二小学画上圆满句号(如图)。这项由河南省体育局、河南省教育厅、共青团河南省委联合主办,覆盖全省30所学校的系列活动,以一堂堂专业鲜活的体育课为载体,让体育精神与榜样力量在校园中持续传递。

本年度河南省“奔跑吧·少年”冠军进校园活动自6月25日在郑州外国语学校莲湖校区启动以来,冠军教练员与运动员们怀揣着对青少年体育事业的热爱,陆续走进全省各地学校。11月19日,拳击运动员李书、董壮壮来到濮阳县城西中学,以标准的动作示范开启拳击教学——双脚与肩同宽微曲、双手握拳护胸、重心下沉稳扎稳打,出拳干脆、收拳迅捷的专业招式,让同学们在整齐队列中认真模仿,1VS1比拼环节节里的实时点拨更让大家在一招一式中感受拳击的活力与激情。

次日,两位拳击冠军再度化身临时教练走进浚县第二实验中学,通过细致的动作分解和对抗指导,同学们对着沙袋专注出拳,动作整齐有力,将拳击运动的独特魅力展现得淋漓尽致。

11月21日,本年度河南省“奔跑吧·少年”冠军进校园活动收官日,篮球名将薛玉洋、张先媛为郑州市金水区文化路第二小学的同学带来了“干货满满”的篮球课。冠军



教练员先带领大家开展专业热身训练,充分激活身体机能以降低运动损伤风险。互动教学中,针对运球、传球等核心技巧,教练手把手调整学生手部姿势与发力方式,通过直观对比示范拆解角度与力度把控要点,逐一动作细节纠错打磨;在后续的篮球友谊赛上,冠军教练员场边的实时指导让“零距离”教学成效尽显,切实提升了同学们的篮球基本技能。

作为连续多年开展的系列活动,河南省“奔跑吧·少年”冠军进校园活动始终以多样化形式助力青少年成长,涵盖冠军面对面交流、实地体育公开课、趣味互动游戏等内

容。2025年,该系列活动进一步扩大范围,组织足球、篮球、排球等16个项目冠军教练员与运动员,走进全省30所中小学校,以自身奋斗历程和成功经验为切入点,激发青少年对体育运动的热爱,引导他们树立正确的价值观与人生观,实现身心的全面发展,以强健体魄和成熟心智追逐人生理想。

本年度活动虽已落幕,但冠军教练员们播撒下的体育种子已在校园生根发芽,团结协作、拼搏进取的体育精神将继续激励广大青少年健康成长,为青少年全面发展注入持久动力。

河南省女排城市联赛八强赛收官

郑州队挺进总决赛

本报讯(记者 刘超峰)11月23日,2025河南省女子排球城市联赛第二阶段迎来收官战,郑州队坐镇主场迎战平顶山队,经过三局较量,最终郑州队兵不血刃以3:0轻松击败对手,以第二阶段榜首的位置顺利挺进总决赛。洛阳队、航空港队和开封龙亭队也分别挺进总决赛。

据了解,豫排联赛第二阶段为排位赛,根据积分决出前4名进入第三阶段总决赛。根据赛程安排,总决赛为交叉淘汰赛,共两轮比赛。第一轮比赛为八强赛第一名郑州队对阵第四名开封龙亭队、第二名洛阳队对阵第三名航空港队。第一轮比赛的负者在第二轮比赛中争夺三、四名,胜者争夺冠军。

空中飞人、二人配合、后空翻……在本场比赛赛前的表演环节,来自塔沟武校的小学员奉献了一场精彩的武术表演,让中原武术的独特魅力闪耀豫排赛场。

“我们在赛前的表演中复刻了2013年央视春晚的节目《少年中国》,前期经过了16天的排练和彩排,在对于一些高难度的动作准备过程中,参演同学每天都是磨炼再磨炼。”河南少林塔沟武校教练张志豪对记者说。

我省1700余名小泳将 绿城劈波斩浪较高下

本报讯(记者 陈凯)经过3天激烈比拼,“奔跑吧·少年”2025年河南省幼儿U系列游泳比赛预选赛22日在河南省体育馆中心(北区)游泳跳水馆落幕。来自全省70支代表队的1700余名小泳将汇聚一堂,劈波斩浪一较高下。

本次比赛由河南省体育局主办,河南省体育馆中心承办。为了让更多的适龄儿童找到合适的比赛项目发挥自身水平,比赛进一步增添和细化了项目分组,共设U6及以下、U7、U8、U9、U10、U11等年龄组别。项目涵盖蛙泳、仰泳、蝶泳、自由泳、接力等。另外,为了增加低年龄段孩子们的参与感、获得感,比赛在U6及以下组还专门设立了各泳姿的蹬腿、打腿项目。

根据2025年河南省幼儿U系列游泳比赛竞赛规程,获得本次预选赛各单项前24名的选手,将跻身12月份举行的该项赛事的决赛。今年是河南省连续第二年举办幼儿U系列游泳比赛,该项赛事在为广大少年儿童提供展示交流平台的同时,也成为优秀苗子发现、选拔、培养工作的重要契机。连续举办两年的河南省幼儿U系列游泳比赛,也将有效提升小泳将们的心理与技术水平,挖掘出更多有潜力的苗子队员,建立起更为顺畅宽广的人才成长通道,为加强青少年体育工作、加快建设体育强国贡献河南力量。



近日,“鹤鸣伊川”张横中国画展在河南省美术馆开幕,为广大市民和艺术爱好者带来一场视觉盛宴。本次展览将展出至12月2日,免费对公众开放。 本报记者 秦华 摄

全国五子棋校际联赛 河南省赛区在郑收官

本报讯(记者 陈凯)11月23日,记者从河南省棋类协会获悉,“奔跑吧·少年”2025年全国五子棋校际联赛(河南省赛区)近日在郑州经济技术开发区外国语第二小学收官,最终各组别名次各有归属。

本次比赛由国家体育总局棋牌运动管理中心指导,河南省全民健身中心支持,河南省棋类协会、郑州经济技术开发区教育文化体育局主办。比赛设有个人赛、团体赛两个项目,分为小学甲、乙、丙组和中学组4个组别,共有来自全省22所中小学的226名学生五子棋爱好者参加本次比赛。根据相关竞赛规程,以个人成绩计算团体成绩,获得每个组别前两名的学校队伍,将代表河南参加12月5日至7日于江苏宜兴举办的2025年全国五子棋校际联赛总决赛。

全国五子棋校际联赛属于国内五子棋A类赛事,采用“体教融合”创新模式,构建“校内选拔—省赛分区赛—全国总决赛”三级竞赛体系,将棋类运动纳入校园素质教育范畴。为广大中小学学生五子棋爱好者搭建一个切磋交流、学习提高、展示风采的平台,进一步促进五子棋项目在校园的普及和发展。

中超17岁小将魏祥鑫 将加盟法甲欧塞尔队

新华社广州11月23日电(记者 赵紫羽 王浩明)记者23日从梅州客家足球俱乐部了解到,球队17岁小将魏祥鑫将于2026年7月1日正式加盟法甲球队欧塞尔。

当日,法国欧塞尔足球俱乐部与梅州客家俱乐部宣布将达成青训战略合作。欧塞尔足球俱乐部董事会主席周云杰说:“欧塞尔会与梅州客家展开更深入的合作,更会努力为中国足球做出更大贡献。”

梅州客家俱乐部副总经理陈小军表示,将输送优秀青年球员到欧塞尔训练和比赛;通过教练员互访与课程共建融合中外理念;借鉴欧塞尔科学管理模式优化选材与竞赛体系;“这是我们球员‘走出去’战略的关键一步,借助欧塞尔的平台,让年轻球员在更高水平赛场锤炼成长。”

魏祥鑫出生于2008年。2024年12月,他从中乙球队广东铭途加盟梅州客家。今年,魏祥鑫随U17国足征战亚洲杯有着不错表现,在对阵沙特队的比赛中取得进球,并在U17亚洲杯结束后前往欧塞尔试训。