

防线上屹立的最后身影

——记U23国足门将李昊

当地时间1月17日下午，在U23男足亚洲杯中国队与乌兹别克斯坦队的四分之一决赛中，双方经过120分钟的鏖战未分胜负。点球大战第四轮，中国队门将李昊预判对手球路后向右侧飞扑，将皮球拒之门外，随后起身张开双臂庆祝。之后王博豪打进制胜点球，中国队历史性闯入四强。

赛后庆祝时，李昊被队友们抛向空中。“赢球的感觉最爽！”这名还未满22岁的年轻门将激昂的宣泄，也恰是中国足球在低谷中不服输的怒吼。

多次救队伍于水火

这场比赛常规时间，乌兹别克斯坦队控球率超过70%，有28次射门。然而，中国队凭借坚韧的防守抵挡住对手进攻，李昊也延续小组赛阶段的神勇表现，做出8次关键性扑救，守住中国队防线最后一关。

点球大战间隙，李昊被镜头捕捉到查看自己水瓶上记录的对方球员罚点球习惯。“我们确实是对点球大战有准备，其实每场比赛都有准备。”他说，不过这更多是一个心理战，对手看到自己被研究过之后，会去想要不要调整射门姿势和方向，心态就会有变化，容易被抓住破绽。

此次U23亚洲杯征程，这名年轻门将多次救队伍于水火：与伊拉克队比赛的最后阶段，对手两次通过右路传中获得绝佳头球得分机会，均被他扑出；与澳大利亚队比赛的下半场，他曾连续两次完成精彩扑救；与泰国队比赛，当对手送出直塞，单刀小角度射门时，他奋力挡出皮球……

李昊同时也是场上的“指挥官”，总是及时提醒队友跑位和盯人。“很多时候，对面对球员突然前插和跑动，队友是看不到的，但我能看得一清二楚。时刻判断场上局势，及时提醒队友调整，这是现代门将必备的素质。”

“身穿国家队的队服，取得胜利后被队友们抛到空中，这个场面，我已经梦到过好多次了。”李昊说，对阵乌兹别克斯坦队的这场艰难胜利，让他梦想成真。

拥有出众的抗压能力

李昊2004年3月6日出生于河南，自幼成长于广东广州。小学阶段，他凭借出众的天赋，成为校园绿茵场上的亮眼身影。启蒙教练林杰民敏锐发现他极快的反应速度和出色的身体条件，引导他尝试门将位置。“这个孩子，有‘勇敢之心’。”林杰民曾说。

2016年，12岁的李昊背上行囊飞往西班牙，加入西甲劲旅马德里竞技的青训营。训练期间，教练一遍遍抠他的表现细节。出击快一秒还是慢一秒，站位偏左还是偏右，甚至连扑救后的二次起跳频率都要拿秒表计算。“他们不看你扑了多少球，而看你怎么决策。”李昊回忆，“所有人都盯着你的表现，一两天不努力训练，就会跟不上，比赛的时候，就没有上场机会。”

2018年，李昊进入马竞梯队。2023年，他与马竞签下职业合同，后被租借到西班牙三级联赛球队科尔内利亚。在这支球队，他的出场时间并不稳定，常坐“冷板凳”。但



这段经历，也进一步磨炼了他的抗压能力和心理素质。

“我理解的‘勇敢之心’，就是为了心中的梦想加倍努力。他们练1次，我就练10次。他们练10次，我就练100次。就算是C罗、梅西来了，我也会如常去扑救，去尽力封堵每一次射门。”李昊说。

当李昊代表各年龄段国家队参赛时，展现出的出色技术和沉着冷静的大将风度给人留下深刻印象。如2023年的U20亚洲杯，彼时中国国青队主教练正是安东尼奥，领队则是如今的国足主教练邵佳一，李昊当时的表现得到教练组充分肯定。

赛场表现渐入佳境

2025年初，在时任青岛西海岸队主教练邵佳一的力荐下，李昊回国加盟该俱乐部。

“联赛刚刚开始时，我自信心不足，也不太适应比赛节奏。邵指导一直在悉心帮助我，让我把目标定高一点，坚信自己的心中所想。”李昊说，邵佳一、杨智（守门员教练）等教练组成员对他的信任，以及在技术、心态和临场反应等多方面的指导，让他逐渐找到自信。

随着联赛进行，李昊的表现渐入佳境。过去的一个赛季，李昊8场零封对手，扑救成功率超过80%，成为联赛中的“叹息之墙”。

对于外界关于他人选成年国家队的呼声，李昊说：“这几场比赛不能代表什么，还是得靠自己的努力、训练，一点一点拼出来。守门员这个位置，稳定性是最重要的。”他清楚自己的优势是年轻，劣势则是“实力还不够”。

据新华社

拼享体育一卡通上市 让全民健身触手可及

本报讯（记者 姜海涛）1月17日下午，“赋能体育，共赢未来”——拼享体育一卡通上市启动暨战略合作会在潍坊市融媒体中心平面空间传播分中心举行，来自国内体育产业、金融科技等领域的嘉宾齐聚一堂，共同见证这一重要时刻。

活动现场，拼享体育创始人兼CEO肖飞介绍了体育互联网服务平台——拼享体育的创立初心和核心价值。肖飞表示，拼享体育一卡通作为连接体育资源与大众需求的智慧纽带，用数字化手段整合场馆、赛事、教练等优质资源，让全民健身触手可及，为体育产业带来新的市场机遇。“我们希望通过这张小小的卡片，让每个人都能轻松找到适合自己的运动方式。”肖飞说。

在技术展示环节，拼享体育CTO邱帅详细讲解了平台的技术架构和创新功能。该平台采用云计算和人工智能技术，能够实现运动场馆的智能预约、运动数据的实时监测、个性化训练方案的生成等功能。

签约环节，拼享(杭州)体育科技有限公司与多家战略合作伙伴签署了合作协议。这种“互联网+体育”的方案将有效解决传统体育服务中的信息不对称问题，既提升用户体验，也为体育产业经营者提供了新的发展机遇。

1月17日，中国队门将李昊在点球大战中扑出点球后庆祝。 新华社发