

足球比赛，裁判也会抽筋？

足球比赛中，球员抽筋并不稀奇，但裁判抽筋，你见过吗？

在19日美加墨世界杯小组赛D组第二轮美国队对阵澳大利亚队的比赛末段，当值主裁判茨瓦耶突然抽筋倒地。这一罕见场面迅速引发全网热议。

尽管在世界杯这样的顶级赛事中裁判抽筋并不多见，但考虑到足球裁判工作对体能的要求极高，这也不算太意外。

首先，裁判的跑动距离相当可观。在一场90分钟的顶级足球比赛中，球员打满全场的跑动距离在1万公里左右。而裁判为了始终保持在距离皮球15米到20米的“最佳观察窗口”，只要球在移动，就得不断调整位置，攻防两端来回奔波。一场比赛下来，裁判跑动距离往往会超过球员。执法本届世界杯的中国裁判马宁曾向记者透露，他每场比赛的跑动距离大约1.2万米，若遇加时赛，最高达到过1.6万米。

其次，裁判的跑动方式也更为特殊。为了不阻挡球员的传球路线，同时始终保持面向皮球，裁判在场上有大量倒退跑和侧向滑步等移动方式。而足球比赛中攻防转换频繁，防守反击屡见不鲜，裁判常常需要在瞬间完成大幅减速、转身，再全力冲刺。这种反复变速变向的跑动方式，对耐力和爆发力要求更高。

再者，“高龄”裁判面临体能恢复难题。在职业足坛，球员超过35岁便被视作“老将”，但对裁判而言，35岁到45岁才是执法国际大赛的黄金年龄。随着年龄增长，身体抗疲劳能力自然下降。而且与拥有顶级康复师全程保障的球员相比，裁判的恢复更多依赖自主体能训练和个人调节，难度更大。

总而言之，要想站上国际赛场成为一名顶级裁判，除了具备扎实的足球知识、丰富的执法经验和敏锐的判断力，还要在40岁上下的年纪，保持不输顶级职业球员的体能储备。

正因如此，国际足联为世界杯裁判设置了极为严苛的体能标准，达不到要求将被一票否决。马宁曾向记者介绍，国际足联精英裁判的体能测试标准包括：6次40米冲刺跑，每次不得超过5.8秒；YOYO体测需达到19.5级（约2280米）；75米快跑须在15秒内完成，25米慢跑须在15秒内完成，如此连续循环40次……



6月19日，茨瓦耶（前左）抽筋倒地后接受澳大利亚球员艾登·奥尼尔帮助。新华社发

通俗来讲，这套标准要求裁判既具备短跑运动员的速度，又拥有长跑运动员的耐力，还要能在高强度奔跑和短暂恢复之间反复切换。可以说，足球裁判是对综合体能要求最高的运动岗位之一。

为了达到这一标准，几乎每位世界杯裁判都付出了常人难以想象的努力。以马宁为例，47岁的他每周仍要进行5次到6次高强度训练，常年坚持低碳水饮食，多年来连红烧肉都不敢碰，将体脂率控制在11%左右。

当然，正如世界杯发生的这次裁判抽筋事件所示，即使准备再充分，裁判终究也是人，同样可能体能耗尽或遭遇伤病。如果裁判实在无法坚持比赛，又该如何处理呢？

根据国际足联规则，正式比赛均设有第四官员。第四官员同样需要具备主裁判资格和执法能力，一旦主裁判出现意外，第四官员将立即顶替上场。而在世界杯等重要赛事中，为确保万无一失，还额外设置了“第五官员”——候补助理裁判，以应对助理裁判出现问题的情况。

裁判或许不是场上的主角，但每一次哨声背后，都要靠整场不停奔跑来支撑。那些严格的判罚背后，同样是拼尽全力的付出。

新华社美国达拉斯6月19日电

燃情



美加墨三国吉祥物

各队球衣背后的故事

美加墨世界杯激战正酣，各队球员身上的球衣浸透汗水、见证拼搏。这些球衣在设计之初，就被赋予厚重且丰富的历史文化与内涵。让我们来看看，球衣背后都有怎样的故事。

佛得角：航线纹路连接海岛家园

佛得角是首次登上世界杯决赛圈舞台，球队蓝色主场及白色客场球衣印有几何三角图案，勾勒出连通本国10个火山岛的航线网络，以此致敬全国民众。

比利时：超现实主义写进球衣领口

比利时队客场球衣的领口上，写着一行小字：“这不是一件球衣。”是致敬20世纪初的代表艺术家勒内·马格里特。马格里特毕生探寻视觉、思维、现实与文字间的关联，其传世名作《图像的背叛》中，一幅烟斗画作旁标注：“这不是一个烟斗。”

阿根廷：笔触纹样延续冠军传奇

卫冕冠军阿根廷队的球衣将本国在世界足坛取得的成绩与本土艺术紧密结合。主场球衣条纹搭配三层深浅蓝色，代表着球队1978年、1986年和2022年三届世界杯夺冠。

伊朗：守护本土珍稀物种
伊朗队白色主场球衣和

红色客场球衣正面均印有奔跃的亚洲猎豹图案，衣袖至肩部也有猎豹标识。伊朗长期致力于该物种保护工作，伊朗队在球衣设计中融入猎豹形象，旨在呼吁全世界关注野生动物保护。

哥伦比亚：黄色蝴蝶致敬马尔克斯

哥伦比亚队标志性亮黄色球衣布满灵动蝴蝶纹样，设计灵感源自本国诺贝尔文学奖得主加西亚·马尔克斯经典著作《百年孤独》。书中塑造诸多魔幻现实主义经典意象，其中马乌里肖身旁总环绕着蝴蝶的桥段深入人心，球衣以蝴蝶图案致敬这部文学瑰宝。

巴西：亚马逊箭毒蛙配色暗藏威慑力

巴西队客场球衣深层的文化内核藏于整体藏青色和黑色相间的配色中，该色调源自亚马逊雨林特有的箭毒蛙表皮颜色。作为五届世界杯冠军得主，巴西队借这一设计，隐喻球队在赛场上极具冲击力，令各路对手心生忌惮。

新华社温哥华6月19日电



当地时间6月19日，在美国旧金山，土耳其队球迷在比赛前为主队助威。新华社发

