

经过了2010年的南非、2014年的巴西两届世界杯的“煎熬”之后，2018年的俄罗斯世界杯，中国球迷迎来了一个好消息，那就是看球不用“太熬夜”。但凡事有利就有弊，既然不用“太熬夜”，估计到时看直播的人比以往就会更多一些，这恐怕也会带来额外的麻烦。

世界杯赛程大多挺对中国球迷胃口

不用太熬夜

利弊都沾边

本报记者 李志刚

开赛时间“够意思”

以往的世界杯，很多比赛都是在北京时间深夜、凌晨乃至早上五六点才开始，给热爱看球的中国球迷造成了极大的困扰——提前睡，怕到时起不来；熬夜不睡，先不说第二天工作没精神，就是等到看直播时，都已经有点恍惚了。相对来说，这一次俄罗斯世界杯的开赛时间，那可真是太够意思了。

莫斯科时间与北京时间有5个小时的时差，根据世界杯组委会已经发布的时间表，换算成北京时间之后，最早的一场比赛，将于北京时间18点开始，这场在时间上堪称“惊喜”的比赛，出现在6月16日，是C组的第一场小组赛，法国“公鸡”对阵澳大利亚袋鼠，比赛将在喀山打响。对中国球迷来说，下了班，吃着晚饭看场世界杯，多爽！要知道，中超的夜场比赛还大多是19点30分或者20点才开球呢。

除此之外，还有些比赛在北京时间20点、21点开球，这都可以算是中国球迷的“黄金时间段”了。而大量在22点、23点开始的比赛，也很对咱们的胃口——本届世界杯的揭幕战及决赛，均将于北京时间23点开始，相信只要没有太大的意外，中国球迷绝对不会错过这样的盛宴。

比较晚的比赛是在凌晨两点开球的，这在所有的场次中占了相当的比例。最晚的一场，应该是北京时间6月17日，D组克罗地亚与尼日利亚的那场球了，比



赛在俄罗斯的“飞地”加里宁格勒进行，开球时间是凌晨3点。

“世界杯寡妇”会减少吗

严格说来，“足球寡妇”一词是一个舶来品，在国外被叫做football widow或soccer widow。最初是对世界杯期间受到老公冷落的女性的诙谐的称呼，后来其意义渐渐广而大之，泛指每逢重大足球赛事，男人为了足球，守在电视机前或干脆跑到赛场，不再做家务，不再陪妻子逛街，不再与家人说话，甚至废寝忘食，对妻子置若罔闻。俄罗斯世界杯就要来了，中国男球迷可能会又会发一次集体臆症，但这一次由于看球不用“太熬夜”，“世界杯寡妇”是不是会减少一些？答案，还真不好说。

大体来说，狂热的球迷还是以男人为主体，他们对世界杯的狂热，会让女人们感受到一种冰冷的感觉。过去的世界杯，有些场次开赛时间太晚，可能劝一劝，有相当一部分男球迷也就不再坚持熬夜看直播了。这一次，俄罗斯世界杯的时间对中国球迷来说“挺合适”，没准有些中国男球迷白天上班，晚上就天天守着电视机过日子，深夜以啤酒刺激自己的神经，看完球，胡乱睡上几个小

时，然后留下凌乱的啤酒瓶、脏乱的衣服、繁重的家务，大早上拍拍屁股上班去了——从这个意义上讲，2018俄罗斯世界杯期间，中国的“世界杯寡妇”不仅不会少，可能还会增多一些。

如何进行有效反制

虽然这届世界杯看球不用“太熬夜”，但还是要规劝各位球迷朋友，还是要以身体为重，同时充分考虑到自己的工作，千万不能只顾着看球一时痛快，酿成苦果。此外，对于那些可能会心生怨恨的“世界杯寡妇”，这里也有几条“反制”小建议，不妨试上一试：

首先，据国外的研究数据，世界杯期间，男人因为要“争抢”电视频道，会产生主动补偿的心理，这个时候会比平时大方，聪明的女人应该在这个时候向老公或男友提一些他平时不可能答应要求。

其次，针对那些日常不做家务的懒老公，太太们可趁机提出“看一个月世界杯，做半年甚至一整年家务”作为交换条件。

第三，换一种思路，把世界杯这个月的时间，当成难得的“恢复单身”时光，将注意力放到自己身上，岂不是美事一桩？

效果怎么样，大家试试看吧，只是，别说是我教的你们啊。



世界杯来了，球迷永远是最靓丽的一道风景线，没在现场的你们做好准备了吗？

2018俄罗斯世界杯赛程时间表(北京时间)

场次	日期	比赛时间	对阵双方
1	6月14日	23:00	俄罗斯-沙特
2	6月15日	20:00	埃及-乌拉圭
3	6月15日	23:00	摩洛哥-伊朗
4	6月16日	02:00	葡萄牙-西班牙
5	6月16日	18:00	法国-澳大利亚
6	6月16日	21:00	阿根廷-冰岛
7	6月17日	00:00	秘鲁-丹麦
8	6月17日	03:00	克罗地亚-尼日利亚
9	6月17日	20:00	哥斯达黎加-塞尔维亚
10	6月17日	23:00	德国-墨西哥
11	6月18日	02:00	巴西-瑞士
12	6月18日	20:00	瑞典-韩国
13	6月18日	23:00	比利时-巴拿马
14	6月19日	02:00	突尼斯-英格兰
15	6月19日	20:00	哥伦比亚-日本
16	6月19日	23:00	波兰-塞内加尔
17	6月20日	02:00	俄罗斯-埃及
18	6月20日	20:00	葡萄牙-摩洛哥
19	6月20日	23:00	乌拉圭-沙特
20	6月21日	02:00	伊朗-西班牙
21	6月21日	20:00	丹麦-澳大利亚
22	6月21日	23:00	法国-秘鲁
23	6月22日	02:00	阿根廷-克罗地亚
24	6月22日	20:00	巴西-哥斯达黎加
25	6月22日	23:00	尼日利亚-冰岛
26	6月23日	02:00	塞尔维亚-瑞士
27	6月23日	20:00	比利时-突尼斯
28	6月23日	23:00	韩国-墨西哥
29	6月24日	02:00	德国-瑞典
30	6月24日	20:00	英格兰-巴拿马
31	6月24日	23:00	日本-塞内加尔
32	6月25日	02:00	波兰-哥伦比亚
33	6月25日	22:00	乌拉圭-俄罗斯
34	6月25日	22:00	沙特-埃及
35	6月26日	02:00	伊朗-葡萄牙
36	6月26日	02:00	西班牙-摩洛哥
37	6月26日	22:00	丹麦-法国
38	6月26日	22:00	澳大利亚-秘鲁
39	6月27日	02:00	尼日利亚-阿根廷
40	6月27日	02:00	冰岛-克罗地亚
41	6月27日	22:00	墨西哥-瑞典
42	6月27日	22:00	韩国-德国
43	6月28日	02:00	塞尔维亚-巴西
44	6月28日	02:00	瑞士-哥斯达黎加
45	6月28日	22:00	日本-波兰
46	6月28日	22:00	塞内加尔-哥伦比亚
47	6月29日	02:00	巴拿马-突尼斯
48	6月29日	02:00	英格兰-比利时
八分之一决赛			
49	6月30日	22:00	1/8决赛C1-D2
50	7月1日	02:00	1/8决赛A1-B2
51	7月1日	22:00	1/8决赛B1-A2
52	7月2日	02:00	1/8决赛D1-C2
53	7月2日	22:00	1/8决赛E1-F2
54	7月3日	02:00	1/8决赛G1-H2
55	7月3日	22:00	1/8决赛F1-E2
56	7月4日	02:00	1/8决赛H1-G2
四分之一决赛			
57	7月6日	22:00	1/4决赛49胜者-50胜者
58	7月7日	02:00	1/4决赛53胜者-54胜者
59	7月7日	22:00	1/4决赛55胜者-56胜者
60	7月8日	02:00	1/4决赛51胜者-52胜者
半决赛			
61	7月11日	02:00	半决赛57胜者-58胜者
62	7月12日	02:00	半决赛59胜者-60胜者
决赛			
63	7月14日	22:00	三四名决赛61负者-62负者
64	7月15日	23:00(决赛)	决赛61胜者-62胜者