



一只脚踏进世界杯决赛圈,25年间,挪威足球经历了被时代缓慢淘汰,又靠自身奋起振兴青训体系和球员培养,终于“起死回生”。挪威足球的起伏,证明了足球界通用的“捷径”只有一条:青训和留洋。

国足无缘2026年世界杯 这一次 我们如何面对未来?



记者陈永报道 从2006到2026,国足已连续六届无缘世界杯,上一次晋级还要追溯到24年前。又一次告别,有实力层面的必然性,也有技战术层面的遗憾之处。只是,再次铩羽之后,这一次究竟该如何面对未来呢?

【总结篇】

兵败之际,更需耐心和恒心

胜利或者失败,都会陷入流量狂欢,进而构建虚幻又极端的情绪氛围,但对于中国足球的决策者和从业者而言,需要的是理性面对,深度思考然后踏实前行,考验的是耐心和恒心。

总结(一) 国足实力仍处下滑态势

无缘2026世界杯后,有关主帅的分析较多,伊万确实需要承担一定的责任,但普遍的观点认为,18强赛尚未开始,结局大概率就已注定,考虑到实力,国足直冲世界杯的希望其实是渺茫的,获得附加赛资格有一丝希望但也绝非大概率事件。

2019年亚洲杯结束的时候,我们通过对国字号各年龄段球员分析后指出,未来10年,国足大概率都会处于下滑通道,止跌反弹,恐怕需要10到15年的时间。更确切地说,根据目前中国足球各年龄段的分析,85一代整体实力不差,89一代开始下滑,从91年龄段一直到03年龄段,球员整体实力处于低位,其中国青和国少长达20年无缘世青赛和世少赛。

2018年世预赛,国足是85和89一代主打,2022年则是89和93一代主打,当时,国足的平均年龄约30岁。此次,国足正常是93到97一代主打,而随着伊万启用多名00后年轻球员,平均年龄有所下滑,客场和印尼的这场比赛,首发阵容平均年龄(自然年计算)为28.1岁,不算门将的话则是27.3岁。

理论上,下一次世预赛应以97到01年龄段球员为主,残酷的现实是,00和02年龄段国少连续两届无缘亚少赛决赛,01年龄段国青曾经无缘亚青赛决赛圈。再之后,04年龄段国少回归亚少赛决赛圈,03和05年龄段国青同样回归决赛圈并杀进八强。

此次世预赛期间,国足就实力而言仍旧处于下滑通

道,理论上,下届实力也难有实质性提升,这是必须面对的客观现实。

总结(二) 足球振兴工程才刚刚开始

很多球迷也许会说,4年前、8年前或者12年前,国足无缘世界杯的总结稿,媒体这次改改又可以用了。但其实每一次的背景都是不一样的。

这次世预赛,是在中国足球反腐反赌并全面重建的背景下进行的,18强赛期间,国家层面还召开了足球振兴会议并有史无前例的举措。

问题的关键在于,体育运动尤其是足球这样多达11人出战的集体项目,其特点便是周期非常长。以恒大足校为例,他们是2012年创办,2013年正式开启青训,真正培养的球员是从01年龄段开始的,12年后,恒大足校的球员开始在职业联赛崭露头角,可俱乐部已经从中国职业联赛版图中消失了,耕耘初见成效,耕者物是人非。至于此次国足,理论上95年龄段球员当打,可95年龄段的青训工作是20多年前开始的——20年前青训的是非成败,现在才在国足层面真正体现。(下转2版)

国足无缘 2026 年世界杯

这一次，我们如何面对未来？

(上接 1 版) 这次中国足球的反腐反赌及足球振兴,是 2022 年开始的,2024 年 12 月 16 日召开的国务院常务会议研究推进足球振兴发展相关工作,到现在满打满算三年多一点的时间,其间包括反腐、反赌、体系规划、方案设定、具体推进等各个层面,所以,中国足球的振兴行动也不过刚刚开始。在中国足球的振兴行动中,青少年足球被放在最核心的位置上,但 2022 年开始的中青赛,到今年也不过是第四届,2023 年全面恢复的职业俱乐部梯队联赛,今年也只是第三年。

在国家队层面,方向一是拒绝豪赌;二是加强管理,尽可能发挥国足的上限水平。目前来看,整个国字号的管理体系,从去年下半年开始全面梳理规划,各级国字号的建设也在有条不紊地推进,各级球队在精神层面的表现普遍让人满意,但这解决不了绝对实力问题。此外,各级国字号能否达到上限,主教练很重要,这事关战术、阵容和临场等,而这恰恰也是此次 18 强赛需要深度总结的地方。

总结(三)

不能折腾,要稳定更坚持

关于国字号管理、选帅、战术等层面的讨论是必要的,但整体战略或者决策层面,必须保持足够的理性和耐心。

其中的一个关键点是必须避免国足输球便寻求新政的急功近利现象。这是中国足球发展过程中最大的问题和弊端,几乎每次世预赛失利后都会折腾,比如国家队打联赛、U23 政策、外援政策、联赛为国家队让路等等,有些新政更是互相矛盾,比如足协部门增增减减,外援人数增增减减。

在不折腾的前提下,再进行全面的总结和梳理,以求下一次世预赛时不再重蹈覆辙,这才是更加理性和耐心的做法。比如对选帅工作的总结,包括选帅的方向、标准和程序,更包括选帅资金是否充足,好教练自然需要高薪水,这个钱其实不能省,这样的总结就是非常有必要的。

当然,更重要的还是继续坚持以青少年足球为核心的战略方向,继续为青少年的成长创造更加良好的环境,我们真正希望的是,这一次无缘世界杯,所有中国足球人依旧可以踏踏实实,为未来 4 年、8 年乃至 12 年后的世预赛打好基础。

同样要说明的是,始于 2022 年的改革至今虽然仅仅是第四年,但情况已经开始好转:国家队层面,精神面貌不再被球迷诟病;U22 国家队从去年到今年也有不错的表现;05 国青虽然无缘世青赛,但其实距晋级仅一步之遥,点球罚丢的背后其实是 20 年无缘世青赛累积的压力导致,这层窗户纸处于即将捅破的边缘;08 国少



虽然也无缘世少赛,但小组对手为最终的冠亚军且仅一球小负,这还是在队伍管理出现一些问题的情况下取得的;09 国少在呼和浩特四国赛连续击败了沙特和澳大利亚,尤其是打澳大利亚 5 比 2 大胜,虽然球队仍有不足,但提升非常明显。当然,青少年工作的提升和 2015 年中国足球的改革也有着密切的关系。

所以,国足这次兵败,天没有塌下来,更没有必要焦虑,没必要折腾,只需按照既定战略,以青少年为核心,加强国字号管理,恢复联赛健康,加强监管,同时精益求精并全面提升决策及运营效率,坚持走下去自然会有希望。

【未来篇】

两大专项行动或是重点

面向未来,比如 2030 世预赛,包括更为久远的未来,足协是需要未雨绸缪的,甚至可以说,这次兵败之际所做的工作,可能在 2034 世预赛和 2038 世预赛上才能看到效果。反过来,如果此时不进行全面规划和统筹,那个笑话可能成真:4 年后、8 年后、12 年后,再翻出今天的稿子一改就行了。

专项计划(一)

统一思想,培养重点位置

此次 18 强赛,国足阵容最大的难点在于后腰,尤其是伊万采用 442 菱形站位,更需要优秀的单后腰球员,王上源勉为其难。让人忧心的是,后腰问题绝非国足独有,梳理各级国字号的情况就可以看出,过去十多年的时间里,从 95 年龄段到如今的 08 年龄段,都缺优秀后腰。

准确来说,随着郑智、蒿俊闵和吴曦或退役或淡出,国足便患上了“腰无力”顽

疾,考虑到后续各级队伍同样没人,未来至少两届世预赛都要面对这种尴尬。而没有优秀的后腰,攻防转换便陷入困境,此次 18 强赛,国足多场比赛控球率都在 30% 以下便是典型症状。

除了后腰,国足此次还出现了边后卫缺失的情况,此次征调的三名边后卫,胡荷韬主打的是边翼卫,李磊和杨泽翔在联赛中出场机会有限,汪士钦其实更适合的位置是边中卫,助攻能力有限。除此之外,08 国少和 09 国少边后卫也有问题,08 国少左后卫为中卫出身的球员客串,09 国少在呼和浩特四国赛三场比赛右后卫位置用了三名球员。

相较而言,国足在中卫、边前卫/边锋位置上人才涌现较多,中锋位置近年来也有一些不错的年轻球员。

前日本足协技术委员会委员长、曾执教绿城青训的小野刚谈过一个案例,日本足球长期跟踪世界杯和欧洲杯,全面分析世界强队及日本队自身的表现,并提出改进方案。多年前,日本足协提出了培养高大中卫的理念并全面推广到青训体系,再之后,日本足球高大中卫不断涌现。

和中卫相比,后腰的培养难度会更大,事实上,郑智、蒿俊闵和吴曦都是从前腰或边前卫的位置逐渐踢到后腰的,王上源最早也是踢前锋的。目前,足协已经重启了教练员大会,针对后腰、边后卫等位置的专项培养计划也有必要实施,选材是一方面,培养是另一方面,球员的



多位置复合型培养模式是有效的解决方案,提升他们的多位置技术能力和比赛意识,这样,后腰和边后卫的困扰有机会解决。

这样的培养计划,是完全有必要在诸如教练员大会、各种青少年比赛期间的研讨会上进行全面讨论并达成共识的,因为只有青训教练有了深刻的认识并付诸行动,未来才可能取得一定的成效。

专项计划(二)

促进留洋,提升国际互访

除了加强重点位置球员培养的专项计划外,更重要的一个专项计划是加速留洋和国际交流,有多种方案可以实施:

其一,进一步支持青少年球员留洋。08 国少中锋、打进 08 年龄段中超首球的魏祥鑫此前进行了留洋试训,这是有益的探索,限于水平,这条路难度非常大,如果能在中超稳定打上比赛,当然没必要为了留洋而留洋。

其二,不断推动各级国字号海外拉练。这也是足协的既定策略,既然无法留洋站稳脚跟,那么,不断和日韩及欧洲高水平球队比赛也是有效的办法之一。此外,U23 国家队实际上承担着国家二队的重任,加强他们的国际交流也非常重要,当前的 U23 国家队为 03 年龄段,随后为 05 年龄段,但 07 年龄段不再设置 U23 亚洲杯,只有奥运年龄段才有 U23 亚洲杯,不过,足协仍需保持稳定的 U23 建制并给予全面的国际赛事保障,真正发挥“国家二队”的功能。

其三,全面推动在国内举办各项国际邀请赛。此前的盐城四国赛(U22 国家队)和呼和浩特四国赛(U16 国少)比赛质量就非常高,熊猫杯、“丝绸之路·华山杯”渭南国际足球邀请赛已经重启,“喀什杯”马上要进行第二届赛事,参赛球队包括中亚五国、俄罗斯、泰山、申花、国安、梅州及新疆当地共 12 支球队。建议足协和泰山、国安等俱乐部协商,恢复“潍坊杯”,强化“中赫国安杯”,当然还包括金山杯、起源杯等各项赛事。足协对这些国际青少年足球邀请赛进行全面规划,提供全面的资金支持和队伍支持,通过这种频繁的国际邀请赛,全面提升青少年比赛质量。

其四,推动更多的青少年队伍出国拉练,并将其作为职业俱乐部青训评定、业余青训机构星级评定的标准之一。

一切的一切,都以强化国际交流,提升青少年比赛质量,进而提升青少年球员水平为最终的目的,事实上,这些也是少有的可以在短期内提升中国青少年球员水平的办法。

换帅行动,需要全面升级

记者陈永报道 输给印尼,彻底无缘2026年世界杯后,伊万并未马上下课,他和球队一同前往重庆,备战10日和巴林的最后一场18强赛,而这,很可能是他执教国足的最后一场比赛了,虽然东亚杯一个月后开打,新帅大概率无法到位,但估计没人愿意再看到他了。

国足的当务之急便是换帅,哪怕无法参加东亚杯,也需确保在9月国际足联比赛日的时候带队。国足多项工作中,管理和换帅是两大关键,前者包括国足的管理体系、思想工作等多个层面,也是足协此前努力的重点;后者则涉及内部氛围、技战术体系、临场指挥等更多直接决定比赛胜负的层面。

我们自然期待优秀的本土主帅可以执教,比如邵佳一,但他从事主教练工作还不到一年,需要历练。所以,此次换帅应该是接轨主流,寻找在欧洲主流联赛执教,或者在其他国家队执教比较成功的教练。需要说明的是,球员的身价和能力挂钩,教练亦如此,这一次,足协有必要提升换帅的预算,综合来说,就是要全面升级。

【总结伊万】

战术打法与实际背道而驰

关于伊万为什么一定使用442菱形站位,或许很难从他嘴里找到真正的答案,但原因应该比较简单——他觉得这是他擅长的体系,包括在攻防层面,理论上是合理的,比如两个边前卫内收便可以是4312的阵型,进攻的话也会更立体,但在实操过程中,赢弱的单后腰其实存在严重问题;又或许他就是固执,尤其是总局和足协更多接管了球队的思想工作后,他在战术和阵型层面的坚持,更像是显示自己的存在,我思故我在,你思我做,我还算主教练吗?

至于把他划到罪人层面上倒是大可不必,只不过是庸碌而已——在技战术能力更强、执行力也更强的球队中,他的弊端不易显现,但他显然不具备体系建设能力,不具备足够的掌控力,更不具备力挽狂澜的能力。

其实,伊万在2010年执教泰山的经历就说明了一些东西。后国拔时代,球队问题多多,但继任者伊万仍在2010年率队夺冠,但2011年仅仅打了两个多月,他就下课了。当时,俱乐部可能觉得,伊万下课就可以“解决问题”,但实际上,问题越来越多,两年换了五个主帅,其中2011年先后有三位主帅或代理主帅。

伊万执教国足,外界诟病的東西确实很多,战术体系尤其是阵型设定是最典型



的,临场指挥层面,他也存在僵化、迟缓等明显的问题,包括人员的使用。当然,人员使用层面,更多和技战术设定相关,部分人员的取舍就是因为这个原因。此外,放弃部分人员有着其他背景,这涉及到为国出战的欲望、球队的内部氛围、年轻化考虑等多个层面。

伊万对联赛中球员的表现似乎一直没有精准判断,他唯一的亮点是敢用年轻人,即使犯了错也会给机会,比如胡荷韬和汪海健刚出场的时候都出现过失误,但他给予了充分信任,胡荷韬小有成绩;汪海健这次被弃用是因为在俱乐部打不上,出场实在太少。

一些新人在成长,算是这次兵败唯一的欣慰。

【换帅方向】

关键词:主流、研判、预算

国足这次所在的C组共6支球队,日本是绝对的霸主,成绩也好,自然没必要换帅,而排名第二到第四的球队都换了帅。

几乎锁定第二将直接晋级世界杯的澳大利亚(最后一场不输沙特5球及以上即可)在第2轮结束便换帅,选择了本土主帅波波维奇,他曾是亚足联年度最佳教练,实际上,澳大利亚的教练水平一直不错;沙特队在第4轮后换帅,由超高年薪的曼奇尼变为原主帅海纳赫,后者综合表现不错。

印尼的换帅最有意思,他们是在第6轮后换帅的,下课的是功勋主帅申台龙,上任的是克鲁伊维特,但他的执教水平其实并不被认可,但这次换帅很有针对性——以荷兰归化球员组成的“雇佣兵团”,技战术体系其实不是最重要的,重要

的是让他们全力以赴,作为偶像级的前荷兰巨星,带着一帮小迷弟踢比赛,斗志不算差。

至于此次国足换帅,客观来讲难度其实很大,建议方向为接轨主流、全面研判、提升预算。

首先是接轨主流,为什么?

世界范围内,欧洲尤其是西欧的教练自然是主流所在,他们拥有更丰富的成长和执教经历,如果是东欧的教练,则以拥有在西欧执教的履历为佳。

国足上一任主帅扬科维奇是一个严谨且勤奋的教练,在执教低级别国字号球队执教时,拥有不错的口碑,他上位后存在一个明显的问题,就是他的权威不足以支撑强硬的管理模式。相较而言,知名度更高、成功经验更多的教练,在权威性层面上便不存在任何问题,而这种权威性影响的不仅仅是球员及球队的内部氛围,也包括媒体和球迷。

目前来看足协有必要面向西欧主流教练,当然,部分长期执教国字号且战绩出色的其他地区教练亦可考虑。

其次是需要全面地研判。

理论上,名帅自然最好,但也可能水土不服,曼奇尼便是失败案例,他曾带国米三连冠,带曼城首夺英超冠军、带意大利获得欧洲杯冠军,算是顶流,但在沙特,他明显没有展示出真正水平。

所以,此次国足选帅,必须进行全面的研判,这种研判要基于中国足球的现实,以2030年世界杯的备战为例,国足会呈现出以下几个特点:

一是未来仍旧存在中场失控的情况,此次18强赛,国足多场比赛控球率都在30%以下,下一届世预赛阵容实力很难有实

质性提升,所以,善于反击的教练自然是主要方向,至于传控打法的教练,应该玩不转。

二是国足阵容更年轻,首发平均年龄很有可能降低到25岁左右,即05年龄段及以后的球员挑大梁,善于使用年轻球员的教练更有优势。

三是如果对中国足球不熟悉,或者对亚洲足球也不熟悉,那么,具有较强应变能力的教练是方向所在,否则,不熟悉加上不愿意变通,在战术层面容易形成误判。

四是要有沟通能力及调节氛围的能力,可以归纳为情商高,中国足球最成功的国字号外教一个是米卢,一个是克劳琛。米卢是球迷熟悉的,情商非常高。克劳琛也很有意思,一位85国青队的球员曾透露,克劳琛在出征世青赛前说要带球队休假,然后再好好打世青赛,足协很无奈,沟通后说好歹带上足球装装样子。那次世青赛,国青三连胜,1/8决赛仅2比3憾负德国。

具有良好的沟通能力,可以获得足协和队员更坚定地支持,营造更好的氛围。在目前的国字号教练中,西班牙人安东尼奥就是这样的类型,观察敏锐,应变强且擅长沟通,足协、中方同事和队员都非常认可他,但他资历不足,带完这一届U23国家队后,大概率会是下一届U23国家队(05国奥)主教练。

最后是要提升预算。

从低级别或者小俱乐部寻找年轻教练,当然有可能淘宝成功,但不确定性因素太多,教练也不容易被认可,这也是我们第一个标准为什么要接轨主流的原因所在。在主流的背景下,选帅的预算自然要有所提升,花小钱办大事,只能碰运气,一分钱一分货才是正常的规律。

备战 2030, 如何换血年轻化?

记者陈永报道 本周二, 国足将进行 18 强赛最后一场比赛, 这是国足之于 2026 年世界杯的告别赛, 也大概率是很多 30 岁以上老队员之于国足的告别赛。从下一次集训开始, 国足的目标便是 2030 年世界杯预选赛, 当然也包括其间进行的 2027 年亚洲杯。

基于中国足球目前各年龄段球员的情况, 尤其是 1990 年代末期到 2000 年代初期出生的球员整体实力不足, 2030 年世界杯预选赛大概率无法按部就班地使用成熟的老队员, 否则国足的实力恐怕连这一届都不如。全面换血和全面年轻化势在必行, 只不过, 如何有效地推进, 中国足协需要有系统的规划, 甚至要有坚韧的意志。

最重要的是备战战略

因 2023 年亚洲杯延期到 2024 年举行, 所以这届亚洲杯的比赛实际上是在 2026 年世界杯亚洲区预选赛 36 强赛之间进行的, 在率队出战亚洲杯之前, 时任国足主帅扬科维奇带领国足客场 2 比 1 击败泰国队, 虽然回到主场不敌韩国队, 但实际上这个 36 强赛的开局是完全符合预期的, 尤其是客场击败泰国一战非常关键。

然而, 因亚洲杯战绩不佳, 扬科维奇陷入口诛笔伐中, 足协最终选择让扬科维奇下课, 并任用了伊万科维奇。没想到的是, 伊万科维奇首战便客场战平新加坡, 差点让国足万劫不复, 好在国足最终幸运地晋级 18 强赛。

另一个案例, 高洪波首次出任国足主帅时, 原本执教顺风水, 同样因为在 2011 年亚洲杯上战绩不佳而下课, 随后上任的卡马乔完全不顾及中国足球的实际情况, 带队一塌糊涂, 堪称最失败的国足主帅之一, 类似于杜伊科维奇。

2027 年亚洲杯不会再延期, 由此 2030 年世界杯预选赛会在 2027 年亚洲杯之后才开启, 在全面换血和全面年轻化的方向下, 中国足协需要确定的一个关键战略是: 国足的大换血和年轻化, 是从今年 9 月份就正式开启, 还是以适当的方式逐步推进呢?

有一点毋庸置疑, 因为 2027 年亚洲杯之后, 当年便会开启 2030 年世界杯预选赛, 所以 2027 年亚洲杯必然是年轻化的阵容以进行真正的锻炼, 但如果年轻化的阵容在亚洲杯上战绩不佳, 足协又能承受压力呢? 要知道, 一旦战绩不佳, 汹涌的舆论很可能把足协淹没, 即便今日中国足协信誓旦旦坚定推进年轻化, 可一旦舆论反响过大, 谁也不敢保证足协能够承受住压力, 高洪波和扬科维奇便是前车之鉴。



■如无意, 18 岁的王钰栋将成为国足冲击 2030 年世界杯的绝对主力。归化后, 塞尔吉尼奥总共出场 135 分钟, 30 岁的他应该还有机会继续为国足效力几年。

基于目前中国各年龄段的情况, 一种比较适宜的方式是: 第一, 老队员(届时 30 岁+)方面, 保留部分 95/96 和 97/98 年龄段的球员, 以不可或缺的球员为主, 比如中锋张玉宁, 当然也可以包括前腰塞尔吉尼奥、边锋林良铭等, 极个别年龄更大的球员亦可, 以此发挥以老带新的作用, 这部分球员可以占比 1/4, 约 6 到 7 人; 第二, 中生代球员即 99/00 和 01/02 年龄段球员(届时 26 到 30 岁), 占比也可以在 1/4 左右, 主要是目前的国家队球员朱辰杰、蒋圣龙、谢文能、徐皓阳、刘若钒等; 其三, 03/04、05/06 年龄段球员的占比可能要接近一半, 当然也可能包括部分 07/08 年龄段球员, 这其实才是年轻化的关键所在, 这批球员更多集中在中前场或防线的边路。

更准确的描述是: 国足需要在老队员带新, 中生代坐镇后防的基础上, 给年轻球员在中前场包括防线更充分的发挥空间。

不得不说的是归化战略, 如果有适合的目标且推进工作不难, 自然可以继续推进。问题的关键是, 近年来俱乐部更换外援频繁, 符合归化的目标人选不多, 众多目标中大部分到下届世界杯时年龄过大, 当然也并非毫无目标, 比如目前中超头号外援克雷桑(1996 年出生)在下一届世界杯开启时具备资格且刚刚 31 岁, 有归化的可能性, 他个人也表态有过考虑。此外 1997 年出生的莱昂纳多或许也是目标之一, 因为他在 2022 年租借去过 K 联赛, 要等到 2028 年初具备资格, 届时 2030 年世界杯预选赛也刚刚开启。这两名球员如果保持良好状态, 完全可以考虑归化。

30+ 基本都要告别了

这次 18 强赛期间, 队长王大雷一直在激励球员, 比赛中也有不错的发挥, 但 36 岁的他大概率无法出战下届预选赛了, 另外两名门将 35 岁的刘殿座和 34 岁的颜骏凌出战的可能性也不大。现役头号球

星武磊今年 34 岁, 饱受伤病困扰, 本届 18 强赛基本没有发挥作用, 未来入选国足的可能性其实也不大了, 当然也包括 33 岁的李磊, 目前他在国安出场大幅度下滑, 这恐怕也是他最后一届世预赛了。

2030 年世界杯预选赛正常是 2027 年下半年开启, 严格来讲, 整个 93 年龄段的球员也很难参加, 比如本届世预赛, 89 年龄段的球员就有些力不从心, 兢兢业业的张琳芃在 36 强赛时退出了国家队, 实际上整个 89/90 年龄段也只有两名门将。

不止于此, 95 年龄段的球员在 2030 年世界杯预选赛时基本是 33 岁左右。可能很多球迷注意到了, 部分老将在中超风生水起, 但这个前提是外援其实发挥了更关键的作用, 且部分球队是体系型打法, 更适合老将发挥。由于国足很难有体系性的战术, 未来大概率仍要以疯狂拼抢为主, 随着 95 年龄段球员身体素质的下滑, 也意味着他们会大面积退出国家队。

实际上, 在这次世界杯预选赛期间, 1991 年龄段的球员(不含门将)也只有武磊和李磊, 且武磊长期因伤缺阵。当然, 在未来一两年里, 部分 05 年龄段的球员如果有足够强烈的为国效力的愿望, 且愿意接受主教练的任何安排, 当然可以入选国家队, 保障国家队稳定过渡, 这个过渡期理论上应该是 2025 年 9 月到 2026 年年底。

但万事无绝对, 今年 38 岁的于汉超仍在上海申花发挥奇兵作用, 只不过因故无缘国足, 老将们如果保持良好的状态并愿意在替补席上随时待命, 自然可以入选国足, 发挥家有一老如有一宝的作用。

未来哪些新人可入选?

95 和 97 年龄段老队员的选择其实相对简单, 选择关键球员即可。99/00 和 01/02 年龄段的球员, 因为目前已经 25 岁左右, 可供选择的球员其实也相对清晰——这个时候还没成为绝对主力并有出色发挥

的话, 未来发展的空间非常有限, 尽管不能排除大器晚成的球员, 但那往往是个案。

在这两个年龄段, 国家队队员有 8 人, 分别是进入此次名单的朱辰杰和蒋圣龙这对中后卫, 可胜任中后卫、边中卫乃至客串边后卫的吴少聪, 以及中场徐皓阳, 还有此前入选国家队的汪海健、王振澳和陶强龙, 加上此次补充征调的刘祝润。目标球员还有司职后腰的廖锦涛。

03/04 年龄段球员总体还不错, 入选国家队或被国家队考察的有胡荷韬、拜合拉木、汪士钦、刘浩帆、徐彬、吾米提江和买乌郎, 此外向余望和门将李昊也获得了较多的关注, 向余望在联赛中表现非常出色, 李昊则是国内最年轻的中超主力门将且表现稳定, 在目前韩佳奇受伤的情况下, 李昊完全可以重点培养。

05 及以下年龄段球员入选国家队的是王钰栋和刘诚宇, 他们自然会进入未来的国家队, 目标球员基本上是 U20 亚洲杯的前场主力即蒯纪闻、毛伟杰等, 此外贺一然、杨希等后场球员也值得关注, 他们目前出场稳定或开始坐稳主力, 更小年龄段的 08 国少中锋魏祥鑫, 已打进 08 年龄段的中超首球, 更小年龄段的球员尚未在联赛展现自己, 但未来可以保持关注。

因为这些球员大的只有 20 岁, 小的不过 17 岁, 未来两年很可能会发生翻天覆地的变化, 所以对于他们主要是保持观察。这种观察主要是下一届 U23 国家队: 2026 年 U23 亚洲杯在明年 1 月份举行, 随后中国足协便可以组建以 05 年龄段为主的 U21 国家队(备战 2008 年 U23 亚洲杯), 国管部可以近距离观察, 并通过更多的国际比赛给他们更多的锻炼。

年轻球员缺少稳定性, 从今年 7 月份的东亚杯开始, 未来一年多的时间更多是观察和考察, 在 2026 年年底, 国足其实可以搭建一个相对稳定的年轻化阵容, 在 2027 年亚洲杯上全面锻炼。



迎战旧帅,国安只有一个目标



■苏亚雷斯是本场比赛的焦点人物。

特约撰稿/宋词 本周六,北京国安队将迎来中超联赛第14轮的比赛,主场迎战长春亚泰队,国安将面对昔日旧帅苏亚雷斯,这场比赛颇为引人关注。

法比奥与前任教头有过沟通

2023年6月15日,葡萄牙人苏亚雷斯出任北京国安队主教练,在苏亚雷斯带领的54场正式比赛中,北京国安队取得了30胜11平13负的战绩,这样的成绩并不差,毕竟当时的人员实力无法与现在相比。

只是苏亚雷斯从来没有完全征服过北京球迷,他接过国安队帅印后,很多场比赛都被诟病,虽然俱乐部曾经与他续约到2025年底,但最终他还是黯然下课,提前离开。

面对前任主教练,国安队不会有任何手下留情。外援法比奥当初是被苏亚雷斯带到中超的,本场比赛之前,法比奥表示:苏亚雷斯就是自己的足球教父,但是现在他是国安的对手,自己一定会全力以赴击败他的球队。法比奥透露,他已经和苏亚雷斯进行过沟通,告诉国安队在自己的主场只有一个目标,就是全取3分。

不过,法比奥也希望国安球迷能够在比赛的时候向苏亚雷斯送上掌声,毕竟苏亚雷斯曾经为国安做出过贡献,他对国安、对北京这座城市都有着深厚的感情。

热身赛战平天津津门虎

足协杯大胜石家庄功夫后,国安队放假11天,球员们得到了一个宝贵的休整期。6月2日,球队重新集结并正式搬入了新基地。虽然新基地依旧是租用,但双方第一次签约就是租用5年,加上各项完善的条件,算是让国安有了一个稳定的家。

6月7日,北京国安队在新基地与来访的津门虎进行了一场热身赛。非常有意思的是,在国安队搬到了新基地之后,津门虎把国安队此前训练的基地作为间歇期的临时训练地点,全队也住进了之前国安俱乐部临时租用的商务酒店。

国安与津门虎的比赛总共分成三节,每节45分钟。因为国安队缺少了多名国脚,所以每节比赛都是六七名一线队的球员配上三四名的U21球员和U19的球员出战。第一节比赛中,津门虎率先打入两球,国安队由冯博轩助攻法比奥扳回一球,第二节双方均无建树,第三节国安队依靠杨立瑜的助攻,由方昊扳平比分。比赛结束后,塞蒂恩并没有在现场进行总结复盘,球队再次得到了两天的假期。两天之后,球队集结,进入与亚泰队的最后备战阶段。

塞蒂恩关心国脚情况

从热身赛的表现来看,缺少多名国脚的国安受到了一些影响,因此主教练塞蒂恩也非常关心入选国家队球员的身体情况。在国家队打完与印尼的比赛返回国内后,国安队内部已经和几名国脚取得联系,了解他们的情况。

对于这么多国脚缺席这个间歇期的训练,而且一直在国家队集训没有得到休息,再加上国家队提前出局,国安队很担心国脚们会受到影响,塞蒂恩希望队员们无论如何还是要集中注意力,全力以赴打好6月10日在重庆的比赛,只有把最大的能力发挥出来,才能保持最好的状态,避免伤病。

国安与亚泰的比赛,看似没有什么悬念,毕竟亚泰排名垫底,而国安已经各项赛事19场不败,但国安俱乐部表示绝不会轻视任何一个对手,更何况对手主教练苏亚雷斯对于国安队的大多数球员都非常熟悉。在间歇期前的联赛中,国安队被青岛海牛逼平,也让国安队不敢大意。

在此之前,主教练塞蒂恩一直希望能够把自己的战术理念在最短时间内灌输给国安队,但现在他也在慢慢改变。这位西班牙教练知道不能拿对欧洲球员的要求来衡量中国球员,在整体的技术水平以及对技战术的理解层面上需要慢慢提高。的确,对于他来说,现在眼前最重要的还是成绩,国安队绝不能再犯类似大比分领先最后被武汉三镇逼平的错误。

苏亚雷斯上任满月——有信心带领亚泰走出低谷

特约撰稿/刘淮 6月6日,长春亚泰迎来了自己的29岁生日。这一天,三百余名球迷和十余家媒体的记者走进亚泰净月基地与球队共庆俱乐部生日。在净月基地,球迷将前往训练场的球员团团围住,合影、签名、鼓掌、加油、采访、分享生日蛋糕……训练前的半个小时,这支老牌中超俱乐部将庆生的仪式感拉满。

观看球队的训练,球迷感受到了主教练苏亚雷斯高强度、快节奏的要求。对阵国安一战,是苏亚雷斯接掌亚泰的“满月之战”,他希望能够带领亚泰队重回正轨,尽快完成保级任务。

将防守反击进行到底

2025赛季开始前,汪晋贤、祖伊、塞尔吉尼奥等一批合同到期的主力球员没有选择续约,离开了长春亚泰。填补空缺的则是一批相对年轻的自由身球员。一来一往,长春亚泰实力大打折扣,前13轮中超联赛已充分证明这一点,亚泰仅积5分,排名榜尾,追平了2013赛季创造的最差开局记录。

换掉谢晖已成必然,但在如此短的时间里,敢于接受挑战的只能是有过中超经验、且抗压能力强的教头。当俱乐部将橄榄枝抛给前北京国安主帅苏亚雷斯时,刚刚进入天命之年的苏亚雷斯非常爽快地答应下来。或许,执教北京国安期间的“争议”,让年富力强的他渴望回到中超证明自己,据说他甚至婉拒了阿联酋和巴西俱乐部的邀约。苏亚雷斯的这种执着和激情,正是长春亚泰在教练层面最需要的。

苏亚雷斯是一位崇尚防守反击的教头,其执教风格并不适合擅长传控打法的北京国安,即便在北京国安战绩不错,但这种“争议”引发的舆情压力最终导致了他的下课。此次重返中超,苏亚雷斯的

选择定位很准,因为无论鼎盛时期还是实力下降时,长春亚泰都是一支靠防守反击生存的球队,更有利苏亚雷斯在这里贯彻他的战术要求。

当然,亚泰也需要通过二次转会解决球队实力上的硬伤,为苏亚雷斯打好防守反击战术创造条件。二次转会窗口将于6月23日开启,因此,苏亚雷斯在14日客场倒戈北京国安时,还要依靠现有的阵容。

“赛季已到了中间阶段,对我们来说,这个间歇期非常重要,我们通过刻苦的训练逐渐找到了状态,无论是球员个人,还是球队整体,都练得非常好,我相信球队在后面的比赛中会有更好的表现。”苏亚雷斯说,“大家都知道我们球队的处境,面对的困难也比较大。间歇期,

我们最主要的工作是解决球员的体能不足和不自信的心理状态,希望能过努力将这些状态调整到最佳。”

间歇期恶补体能课

自5月8日出任亚泰主教练以来,苏亚雷斯观摩了一场长春亚泰主场与河南队的比赛,自己带队打了两场(联赛主场对天津津门虎、足协杯客场对大连鲲城)。虽然上任后的三场比赛均未取得胜利,但他从之前的比赛录像及自身体会,对球队的问题了解得很透彻,他首先重点解决的是球队体能不足的问题。苏亚雷斯认为赛季初段的长春亚泰只能打70分钟比赛,后20分钟因为体能不足,要么导致伤病增加,要么导致球队失球。

在这一次的间歇期,长春亚泰开始通过大运动量补冬训期间欠下的体能课。短短两周,球员感受到了苏亚雷斯的严厉。训练中,他对动作做不到位的球员丝毫不留情面。“我们处在非常困难的位置,但越是困难,就越应该咬牙坚持住,要对自己有信心。联赛是一个漫长的过程,我们还有机会,不要放弃!”谭龙说。

联赛前13轮,长春亚泰输了一些不应该输的比赛,形势很危险,接下来的17轮联赛,每一场都是长春亚泰的决战。长春亚泰在间歇期没有外出打热身赛的计划,而是在基地内与同城的中乙球队长春喜都和长春亚泰U21队打了两场教学比赛。通过比赛,苏亚雷斯演练不同的阵容,检验了最近两周训练成果,而他的引援计划也已形成,交给了俱乐部。

已上任整整一个月的苏亚雷斯非常喜欢在中国的工作和生活,渴望在中超重新证明自己,他对带领长春亚泰走出低谷非常有信心,“希望在接下来的比赛中,我们会有好的表现,我也希望在中国多待几个赛季,帮助中国足球变得越来越好!”

17天5赛,除了强度还有强队

记者鲁蜜报道 这个间歇期,对于河南队主帅来讲十分重要,接手球队的葡萄牙人拉莫斯在密集赛程中难以对队伍进行大刀阔斧的改革,这个完整的间歇期,既能给到河南队一个休养生息的调整机会,也给新教练组一段时间来改变技战术体系。在前12轮比赛中,河南队积11分,距离降级区仅3分之差,在6月下旬开始的密集赛程中,河南队将连战强手,对手包括成都蓉城、山东泰山以及补赛的上海海港。

战术转变,强调侵略性

5月21日结束了足协杯之后,河南队在5月28日收假,开启了在这个间歇期的训练,这是拉莫斯接手河南队以来的第一个间歇期。在此之前,加上足协杯比赛,拉莫斯一共带队打了4场比赛,取得了2胜1平1负的战绩。因为赛程的密集,球队一直处在战术的调试之中。

四后卫或者三中卫,拉莫斯根据对手的不同都使用过。葡萄牙人和此前的南基一比较,在技战术风格上有迥异之处。拉莫斯在阵型安排和用人方面,更强调的是主导控球和掌控攻防节奏,强调进攻强度的同时,也加强防守的侵略性。这是拉莫斯的战术基本要求,也是这个间歇期要求队员训练的重点。从间歇期前的几场比赛可以看出,河南队已处在打法逐渐变化的过程中,也体现出了一些成效。拉莫斯带队的首秀,虽然被天津津门虎逆转,但球队在射门次数上几乎高出对手一倍,绝佳机会也几乎高出对手两倍;在和长春亚泰和浙江队的比赛中,在球权控制和主动进攻的数据上,河南队都在逐步上涨。河南队的整体技战术风格,正逐渐从被动防反到主动施压的过渡。

拉莫斯重启了黄紫昌和钟义浩组合,与此同时,将中场纳萨里奥的位置后撤,



图/河南队官微

与王上源搭档双后腰,增加了中场的出球点。需要注意的是,中后场的防守依旧是河南队本赛季以来的大问题,让对手过于容易通过中场直面后防线,双外援中卫在对手的持续施压之下也难保球门不失。河南阵容架构的不平衡,需要利用这个转会窗口去解决。

两周多的间歇期,河南队安排了两场热身赛来进一步巩固训练成果。首先是2日在康桥基地与上海申花的热身赛,上下半场,河南队分别是主力和替补两套阵容,上半场全主力0比1,下半场被对手进两球扩大比分,最终0比3告负。6月7日,河南队在航体迎来武汉三镇,比赛总共分为三节,以教学和细节指

导为主要目的。

两场热身赛后,教练组仔细分析了比赛中的每一个片段,从球员的跑位、传球选择到整体的战术执行情况都进行了复盘。他们发现,尽管球队在主动进攻意识上有所提升,但在面对实力强劲的对手时,进攻的效率和防守的整体性仍存在不足。

赛程密集考验轮换技巧

间歇期结束后的赛程十分密集,河南队在17天之内容共要进行5场比赛,结束间歇期之后的第一场就要对阵成都蓉城,随后是客场挑战云南玉昆、主场迎战山东泰山以及与上海海港的补赛、杯赛对

阵浙江队。原本定在20日进行的足协杯,已经确定会推迟到22日,这能够让河南队在两场比赛之间多两天的调整时间,不至于间隔一天就打下一场比赛,但密集的赛程依旧考验着球队的体能与教练组的轮换技巧。

教练组有时间去了解对手,但更大的“对手”显然是自己。拉莫斯表示:“体能确实是要重点考虑的,但也不是唯一。首先,17天5场高强度比赛,我们还需要在技战术和心理层面做更多工作。肯定会根据人员情况进行轮换,我也跟球员讲过,每个人都要为自己的位置而战,每个人都是球队重要的一分子,随时都有可能上场,要做好最佳的准备。”

两场热身赛,拉莫斯给了年轻球员和替补球员出场机会,他也在平时的训练中要求队员必须拿出好的表现。“因为只有这样,你才可能在比赛中有相应的表现。我也要求大家把我要求的细节在训练中做到位,然后展现在比赛中,形成一个习惯,当每个人都做到,就会形成球队的一个很大改变。”

拉莫斯的教练组在这个间歇期通过有针对性的力量训练、耐力训练和速度训练,帮助球员们提升体能水平。球员们也积极配合,在训练中展现出了良好的精神面貌和训练态度,来迎接6月魔鬼赛程的挑战。

对于拉莫斯来说,他深知球队在战术变革过程中会面临诸多挑战,但他对球队的未来充满信心。他表示,只要球员们能够坚定地执行战术安排,不断提升自身的能力,河南队一定能够在接下来的比赛中取得更好的成绩。在拉莫斯的带领下,河南队正在一步一步主动转变战术风格,努力在中超赛场上重新找回属于自己的位置,让球迷们看到一支焕然一新、充满斗志的河南队。

成都蓉城 以魔鬼训练迎接魔鬼赛程

记者鲁蜜报道 成都蓉城在这个国际比赛日被国字号抽调了多名球员,木塔力甫去了U22国家队,胡荷韬、韦世豪、杨明洋则代表国家队征战18强赛。这个间歇期虽然人员不齐整,但是对于下半年比赛任务繁重的成都蓉城来讲,备战质量十分重要。徐正源采取了如冬训阶段储备体能时一样的高强度训练,来应对6月下旬开始的密集赛程。

以高强度训练备战三线赛事

本周末,中超联赛第14轮开打,本赛季状态火热的成都蓉城将作客航海体育场迎战河南队。5月21日在足协杯赛3比0拿下广西平果之后,成都蓉城进入休息期,5月29日重新集结,开始了新一阶段的训练。

这一阶段的训练,主帅徐正源特别重视,一周至少安排有两天的一天两练,训练时间和强度都拉满,不少球员感慨

又回到了冬训体能储备的时期,刚开始的时候还有些不适应,恢复训练一周之后才完全进入节奏。徐正源这样的强度安排也是有原因的,在6月中下旬的15天中,加上足协杯赛一共有4场比赛,其中有3个客场,这对球员的体能消耗是非常大的。8月份,成都蓉城就要征战亚冠附加赛了,三线作战就此拉开,这个间歇期必须提前适应节奏。

不少球队在这个间歇都安排了热身赛,但成都蓉城因为约战的时间较晚,附近的球队都有了安排,只能在7日中午安排了一场队内分组教学赛。虽然只是队内的比赛,但对抗强度非常大,攻防转换速度也很频繁,两组队员之间的胜负欲很强。

FIFA病毒来袭,胡荷韬缺战

除了提升体能储备以及对抗强度之外,徐正源还有一项重要的工作,就是考

虑轮换。在前13轮比赛中,徐正源除了开局阶段有一些人员轮换的“试水之作”外,绝大部分比赛的人员使用都是比较稳定的,包括临场换人也相对固定,随着三线战线的到来以及国家队的征召,这一用人方式将不可避免地改变。

本次国际比赛日,国家队征召了成都蓉城的韦世豪、杨明洋、胡荷韬三人。在和印尼的比赛中,胡荷韬首发打满全场,韦世豪在第62分钟出场,杨明洋则未获得出场时间。这场比赛中国男足国家队输给了印尼,也输掉了进军世界杯的机会。胡荷韬在比赛中受伤严重,比赛结束之后被抬上救护车拉走,初步诊断是左腿半月板和韧带受伤。韦世豪因在比赛中累计两黄,将无缘6月10日主场对阵巴林的比赛,杨明洋留在国家队将有出场的可能。

本赛季在联赛中表现出色的韦世豪,在国家队中没有得到伊万的重用。从

身体状态来看,国际比赛的强度虽高,但由于他在国家队出场时间有限,体能储备相对充足,能以饱满的精神和体能投入到首场与河南队的比赛中。

目前韦世豪和胡荷韬都已经离开国家队回到了成都,前者不影响在俱乐部队的后续战事,而胡荷韬的伤病则是大家最为关注的焦点,毕竟他是俱乐部的主力球员,本赛季在联赛中表现出色。目前胡荷韬正在等待进一步的检查来确定治疗方案,但不管是采取保守治疗还是做手术,短时间之内,他都将缺席成都蓉城的比赛了。

在这个间歇期的备战中,徐正源也在谨慎对待轮换问题,国字号球员回来之后的身体状态、竞技状态以及会给后续比赛带来许多未知。目前替代胡荷韬出任右边翼位的将会是唐淼和王东升,唐淼本赛季仅有两次替补出场机会,这或许是老将重回徐正源视野的一次契机。

浙江绿城 希望战强队有“零的突破”

撰稿/左瑞 本周六,中超重启第14轮赛事,浙江绿城主场对阵上海海港。主队本赛季此前对阵前六的球队全部告负,打强队的战绩不太理想,经过间歇期的休整和针对性训练,在黄龙体育场面对目前排名联赛第4的海港,浙江队当然希望能够迎来“翻江倒海”的胜利。

继续演练无中锋 532 战术

5月20日足协杯客场晋级第4轮后,浙江队有8天的放假休整时间,5月29日,在中泰基地重新集训。主教练卡内达继续巩固没有中锋的532整体战术,训练的重点是小范围配合和专项技术训练。与海港的交锋,将初步检验卡内达这段时间的训练成效。

卡内达接受记者采访时表示,经过间歇期的休假,球队消除了身体上和精神上的双重疲劳,“归队之后的训练是充满激情的,非常投入的,我很高兴看到这一点。”尤其让他满意的是,球员们这几天在场上“对训练的执行非常完美”。

值得注意的是,王钰栋、汪士钦、刘浩帆、霍深坪、鲍盛鑫等球员因为国字号球队的比赛任务而缺席了近期训练。另外,程进因膝伤落选国足,他在俱乐部医疗康复团队的全力协作下,在康复中心和健身房进行一对一的康复训练。

U22国家队做客白俄罗斯的友谊赛已于北京时间6月8日结束,国足的18强赛将于10日晚上在重庆打完告别战。浙江队的主力中卫刘浩帆、汪士钦,以及主力射手王钰栋都将在赛后赶回杭州,与



程进正在进行康复训练,他的缺阵对浙江队的中场组织造成了一定影响。

俱乐部队友一共备战本周六的中超主场赛事。

霍深坪、鲍盛鑫在俱乐部和国字号暂任替补。王钰栋在国足客战印尼一战首发出场,并成为那场0比1的败局中为数不多的亮点;再度入选国足的汪士钦也更进一步,被列入国足23人参赛名单;刘浩帆继续担任U22国家队主力,在1比1战平白俄罗斯U21的比赛中首发。

从之前几轮联赛浙江队的整体表现来看,全队已经适应了在没有球员做支点的情况下发起进攻,王钰栋和陶强龙在新的战术体系当中各展所长、各有斩获。不过,程进第11轮受伤给中场组织造成的不利影响,在随后客场负泰山、主场平河

南的比赛中却有点放大,他的复出至少还有一两个月时间。经过间歇期的磨练和挖潜,中场失控的问题能否得到缓解,对追求攻守平衡的卡内达来说至关重要,也将成为迎战海港时左右战局的关键因素。

浙江队此前先后对阵国安、申花、蓉城、泰山,无论主客场都一分未得。卡内达承认,他的球队今年与中超前列球队交战时成绩并不理想,所以在下一个主场比赛里,需要做到的是“尽可能减弱对方的优势,尽可能发挥自己的长处”。

夏窗补强正在进行时

本周六,将是莱昂纳多本赛季第一次重返黄龙体育场。在过去的一个半赛季中,

巴西人为浙江出场54次,攻入36个进球,在浙江队达到了中超生涯的高峰期,收获一次金靴、一次银靴。这一次,他还是身披45号球衣,却已经是客队的锋将。

这不仅为比赛增加了悬念,也让浙江球迷思绪万千。一方面,莱昂纳多无疑会受到欢迎,得到“回家”的待遇;另一方面,回来就好,杭州没有人想看到他在本轮进球。

莱昂纳多在新东家的效率比不上王钰栋,进球数以6比8落后。莱昂纳多租借到期,被上海海港买断,从战友变成对手;王钰栋续约浙江,在锋线独挑大梁,由小将升为主将。两人的较量颇具看点。

中超夏季转会窗口即将开启,只有4名外援在册的浙江绿城队也将得到补强。“我们正在为夏窗的打开做准备,俱乐部准备引进有实力的外援。”卡内达希望新援能够尽快到队参与合练,从而给球队带来切实的帮助。

据悉,俱乐部在联赛间歇期前就以中锋为首要目标四处“寻枪”,也掌握了部分外籍球员和归化球员的最新情况和加盟意愿。要摆脱目前4胜4平5负、积16分排名第9,进24球失20球的现状,引进强力球员、重建攻守平衡刻不容缓。

对阵海港一战,能用的队员还是那些,只能通过战术调整来提升战斗力,对于比赛难度,卡内达有着清醒的认识:“海港毫无疑问是一支强队。虽然在奥斯卡和巴尔加斯离开之后,他们今年的整体实力稍微有所下降,但是他们的整体表现仍然十分强劲。”

上海海港 联赛重启立刻“上大量”

撰稿/程善 间歇期对于海港而言是难得的喘息之机,中超即将重启,伤病员有所恢复的海港将可以用较好的阵容迎接比赛。

中超下一阶段海港更困难

间歇前的最后一轮联赛,海港艰难战平了山东泰山,对于穆斯卡特而言,那段日子过得着实有点郁闷。本赛季大换血之后,海港表现出来的状态的确与上赛季夺冠之时相距甚远。更麻烦的是,由于赛季前准备时间不足,球队接二连三出现了严重的伤病,甚至导致在多场关键战后卫线出现无人可用的窘境。

带着残阵,尽管在与弱队的比赛中能赢球,同中游球队交手磕磕绊绊也能较顺利拿到积分,但面对排名上游的对手,特别是争冠军团,海港竟无一胜绩。值得一提的是,在前阶段的重点比赛中,海港多数还是主场作战,拿分不顺处,有可能将影响海港队最终的赛季排名。下半程联赛对于海港来说更为困难,不仅将开启联赛和足协杯的双线作战,在多场与争冠劲敌的比赛中更是需要客场作战。

在间歇期,主教练穆斯卡特制定了详细的训练计划,技战术方面他仍然强调坚持以快攻为主的进攻型打法,但与以往不同的是,他在防守方面的演练有了一些新的改变。本赛季海港在前场失去奥斯卡+武磊的稳定搭配之后,无法牢牢占据场上优势,这一点经常让穆斯卡特苦恼。受限于人员不整,在前场无力掌控局面的情景下,海港防线的默契程度和反应速度饱受诟病。穆斯卡特和教练团队在间歇期针对中后场回防、防守细节问题加强了练习,增强队员之前的配合默契度。

由于担心球队再出现大面积伤病,在训练中,海港并未尝试大运动量以提升体能,而是循序渐进,按照每个队员的情况做安排。球队中设置的针对球员身体反应的高科技数据统计设备,也为穆斯卡特和其教练团队提供了更多参考。

武磊状态难达100%

间歇期海港队和青岛海牛队在上海浦东足球场打了一场热身赛。比赛共四节,每节时长35分钟。之所以如何安排时间,是因为两队都希望能够通过这场比赛

来调动每个球员状态,“希望能够让更多的人参与比赛,毕竟很快联赛就要重启,无论是主力队员还是替补队员都需要进入比赛状态了。”队内人士表示,主教练穆斯卡特希望大家都能在热身赛中多出点汗。最终在这场热身赛中,海港以7比4战胜对手。

好消息是,经过这段时间的休整,吾米提江身体已经逐渐康复,在热身赛中他还打进一球。此前伤愈复出正在寻找状态的古斯塔沃也贡献一球。此前受伤的颜骏凌身体已经痊愈,在接下来的联赛中可以正常登场。

在足协杯中武磊未随队出征,他的术后恢复并不是特别理想。在此前的比赛中,武磊已经复出打比赛,但一般只打半场,海港方面希望通过比赛保持武磊的身体状态,但经过几场比赛之后,武磊的手术位置出现了明显反复。对于无法根治的膝盖伤,武磊和球队唯一能做的就是“养”,可以肯定的是,在很长一段时间里,武磊的状态只能慢慢提升,“球队会为他做一个针对个人的训练、比赛计划,将按照常规医疗进程来进行训练与恢复。”球

队相关人士透露,在接下来的联赛中,球队考虑更多的还是在进攻点上寻找到更多合适的角色。

海港在本周六的联赛将与浙江队交手。没有战斗力100%的武磊,海港队可以期望新人蒯纪闻和李新翔。蒯纪闻和李新翔此前参加了全运会的比赛,在6月5日结束的全运会男足U20组预赛阶段的最后一场比赛中,海港的对手正是浙江U20队,第37分钟,蒯纪闻的突破造成对方在本方禁区前犯规,随后自己主罚任意球破门,上海U20队凭借这粒进球1比0战胜了浙江U20队。在预赛阶段中,蒯纪闻在4场比赛中均以队长的身份出战,贡献2传3射。同样在本赛季获得了一线队出场机会的李新翔在4场比赛打入5粒进球。

上赛季与浙江队的比赛,海港1胜1平,占据优势。打完浙江队的4天之后,海港队将迎来与河南队的补赛,同样也是客场。刚刚恢复联赛就遭遇密集比赛,夏季比赛期立刻“上大量”,对于海港而言并非易事,能否打好这两场比赛,对于海港联赛的整体走向将产生重要影响。

梅州客家 形势严峻,不敢懈怠!

记者王伟报道 联赛四连败,双线五连败。间歇期前陷于低谷的梅州客家在这个间歇期一点都不敢懈怠,5月20日在南宁踢完与广西恒宸的足协杯之后仅放了4天假,5月25日就重新开启训练。“这个间歇期我们很早就集中了,一直在积极备战。”梅州客家队队长廖均健说。

从5月2日开始,梅州客家先后不敌青岛西海岸、上海申花、成都蓉城和云南玉昆,遭遇四连败,如果算上足协杯在南宁不敌中乙球队广西恒宸,梅州客家最近在双线已经五连败。球队虽然手握12分,但离降级线只有4分的距离。

这个间歇期过后的中超联赛,梅州客家将面临非常紧迫的形势。从6月13日的中超第14轮开始到第19轮,梅州客家有3主3客,3主的对手是北京国安、天津津门虎和上海海港,梅州客家与这3个对手比,整体实力都有一定差距;3客的对手是大连英博、河南队和山东泰山,拿分点也不多。有意思的比赛是6月29日主场对阵天津津门虎,这场赛事是中超下半程的首场比赛。梅州客家的打法似乎并不怵津门虎,在双方的6次历史交锋中,梅州客家1胜3平2负,其中3次在主场1胜2平保持不败,在今年双方的首回合比赛中,梅州客家全场领先,90分钟之后被津门虎连进两球追成2比2平局。



联赛重燃战火的第一场,梅州客家将客场挑战大连英博。目前两队仅差2分,在前13轮比赛中,梅州客家进20球失28球,大连英博进13球失21球,从数据来看,两队算是旗鼓相当,不过,大连英博拥有主场之利,恐怖的主场气氛也是一种战斗力。

廖均健介绍:“这个间歇期球队练得比较辛苦,训练时间也比较长,我们主要是巩固了之前的技战术打法,然后针对下一场大连英博的特点进行了针对性训练。”据了解,在这个间歇期,梅州客家训练了一些新的战术配合,以应对后一阶段的比赛。“这段时间主要针对中场的防守

站位、由守转攻的转换速率和效率,也练了防守的整体移动,希望在接下来的比赛中改善防守。”

梅州客家今年的技战术打法和以往比较有了不小改变,压迫式打法给了对手很大威胁的同时,也给自己的中后场留下了不小漏洞,在前面的比赛中几次被对方超远距离吊门。“确实,球队今年的踢法和之前比较有很大改变,守门员此前也一直在磨合战术的阶段,现在上半程比赛差不多踢完了,后防线和门将都逐步适应了新的打法。”廖均健说。

接下来无论是客场对阵大连英博还是主场迎战国安、津门虎都是恶战。“大连

英博的转换很厉害,前锋的速度也很快,我们在防守选位上要有针对性安排,当然,我们也会针对大连英博的防守漏洞去发挥我们队的特点,发挥好我们的进攻战术特点,希望能有一个好的结果吧。”廖均健说。

其实,梅州客家的教练和队员都知道接下来比赛的重要性和面临的困难,所以在这个间歇期练得很刻苦,争取在接下来的比赛中展示球队的训练成果。

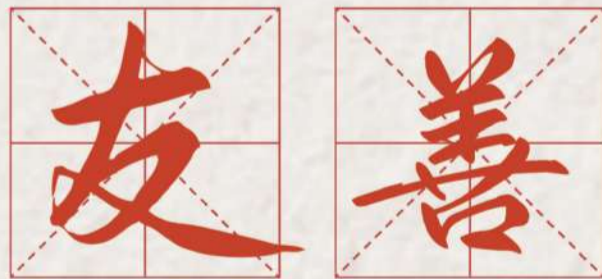
同时梅州客家队也希望有更多球迷到现场为球队加油助威,“球迷是球队非常重要的一部分,我们每天的训练和每一场比赛都是为了球迷能看到更多好看的比赛,我们会争取更多的胜利,也希望有更多的球迷支持梅州客家队,球迷的支持是我们前进的最大动力。”

接下来的三轮比赛对大连英博、北京国安和天津津门虎,梅州客家队没有一场比赛是不艰苦的,“一支好的球队不管是面对强队还是实力相近的球队,都要敢于展现自己,发挥自身的水平,并给对手制造更多的困难。”

转会夏窗即将开启,这也是梅州客家利用引援提升实力的机会。之前受伤的中卫外援莫里斯正在恢复当中,他的复出对梅州客家的防守非常关键。目前梅州客家正在转会市场上寻找有一定竞争力的球员,期望在夏窗后提升攻防实力。

社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善



友善,是公民德行的阳光,它为人际关系注入正能量,为社会和谐提供润滑剂。

中共广州市委宣传部
广州市精神文明建设委员会办公室

杨皓宇：从0到1的跨越

特约撰稿/甘慧 “当老天爷关了这扇门，一定会为你打开另一扇窗。”这句话用在本赛季的杨皓宇身上，再合适不过了。

年初，杨皓宇落选 U20 国足，无缘 U20 亚洲杯，这对于任何有追求的球员，都是不小的打击。好在 U20 亚洲杯这扇窗向杨皓宇关闭的同时，另一扇窗打开了。打开这扇窗的，是斯卢茨基，也是杨皓宇自己。

在困境中寻找希望，是每一个强者都需要具备的能力。也只有摆脱困境，并重新振作起来，才能开启另一片天。杨皓宇做到了。

其实，8 号位是申花队内竞争最为激烈的位置，高天意、徐皓阳、李可、汪海健等新老国脚都可以踢。不过职业联赛经验为零的杨皓宇，通过海口冬训脱颖而出，得到主教练斯卢茨基的赏识，直升为球队的主力。

上周，刚过完 19 岁生日不久的杨皓宇接受了《足球》的专访，分享自己在申花从 0 到 1，以及近半个赛季的足球感悟。

满意自己的表现

《足球》：到目前为止，你联赛出场 11 次，5 次首发，打入两球，并有 1 个助攻，如何评价自己的表现？

杨皓宇：我自己还算满意，毕竟我是踢 8 号位的，也是刚踢中超联赛。当然，这个过程中还有很多需要提升和改进的地方，我也会不断努力，同时向大哥们学习，进一步去提升、完善自己。

印象最深的是哪一场？

联赛第一场，就是开幕式后的揭幕战。

为什么会是打长春亚泰这一场？你一线队的首秀是超级杯啊。

超级杯，整个是懵懂的感觉。到了联赛，毕竟是第一次代表申花在主场比赛，而且还是开幕式，有那么多球迷营造出的主场氛围。虽然超级杯申花球迷也把昆山营造出了主场的感觉，但还是不太一样。

最近你连接收获进球，对这两个进球印象很深刻吧？

第一个进球是在客场打梅州客家，猴哥（于汉超）传给米内罗，当时我离得很远，但是我刚上场，体力比较充沛，所以我肯定跟进。然后米内罗传给我，打进就比较简单了。第二个（对阵青岛西海岸）我也没想到，运气比较好吧。

在中超进球感觉很不一样吧，尤其是在主场？

是的，在主场感觉确实不一样，氛围非常好，很享受。

打入中超处子进球后，对自己有什么特别奖励？

没有，就觉得这是一个好的开始，一步一步来。

有竞争才有进步

《足球》：今年你是第一次跟冬训，你当时是带着怎样的心情从上海出发去海口的？



■中超第 11、12 轮，杨皓宇都有进球。

杨皓宇：比较轻松，觉得过去就是跟大哥们学习的，然后把自己的特点展现出来就可以了。

斯卢茨基的冬训强度很大，你第一次参加一线队冬训，怎么跟下来的，有过困难的阶段吗？

冬训的前几天印象特别深刻，几乎都是一天两练，而且上下午的强度都很高，练完回去唯一想做的事情就是躺床上休息。而且队友训练都很投入，所以自己不敢有一点点的懈怠。

听说你经常加练，主要加练什么？

自己不足的地方，比如身体对抗，还有打门、脚下技术等，这些都会练。

球队中有老将吴曦和于汉超，吴曦也是踢 8 号位，从他们身上是不是也能吸取不少东西？

他们非常职业，每次训练前后都要花很多时间在健身房做准备和恢复，我们这些小队员慢慢也就跟着他们一起加练。而且他们在训练中非常认真，就是那种表率作用，那他们能做到，我们年轻队员就没有理由做不到。

平时会跟吴曦讨教踢 8 号位的经验和体会吗？

会的。曦哥有时候也会单独跟我说 8 号位该怎么踢，该怎么接，应该怎么插，等等。曦哥对我的帮助很大，非常、非常感谢他。

你希望成为哪种类型的中场队员？

我希望能成为中场的多面手，现在流行的中场球员都非常全能，进攻上得去、防守回得来。

申花的中场人才济济，是三条线竞争最为激烈的，你怎么看待这种竞争？

我觉得挺好的，有竞争才会有进步，而且我们队内的氛围很好，不管能不能打上比赛，老大哥们都会给年轻球员言传身教，我也通过更多的比赛去积累提高。在场下看比赛的时候，我会更多关注同位置队友，看他们如何阅读比赛，如何运用技术。就比如天意哥（高天意）的传中和定位球技术，是我学习提高的方向。

斯卢茨基对你最大的帮助是什么？

最大帮助一定是信心上的提升。他总

是给予年轻球员很大的信任，让我们在场上敢于发挥。如果没有很大的信任，我们在场上一定会紧张、畏手畏脚。

超级杯前看小说

《足球》：你在申花的首秀是年初的超级杯，什么时候知道自己会首发上场的？

杨皓宇：赛前踩场训练的时候。

觉得意外吗？

比较意外，但赛前几天的对抗，我是跟主力一起踢的，所以自己也会猜测是不是有可能。只是真到那一刻，还是挺意外的。

知道自己会首发之后，有没有跟家人、朋友分享？我知道你父亲也是足球教练。

没有告诉他们，我不想让他们跟我一起紧张，我还是喜欢自己承受。

超级杯前一晚有没有失眠？

我一般都睡得比较早，那天晚上确实想了很多第二天比赛的画面，不过后来睡得挺好的。

你是那种大心脏的球员吗？

不是，我小时候踢球是很容易紧张的。记得 10 岁左右踢（山东）省锦标赛，上去马上就跑不动了，紧张得球也拿不了。因为第一次踢这么大的比赛，就很紧张。超级杯没有那么紧张，但后来联赛第一场、第二场还是蛮紧张的，比超级杯紧张。

超级杯一场定冠军，还是打海港，为什么反倒不那么紧张？

可能因为我没有踢过，感觉兴奋比紧张多一点。

当时赛前踩场训练结束回到酒店，自己有做什么特别的准备吗？比如看对手录像、对位的海港队员的特点等。

这些教练组都会非常详细地提前准



■杨皓宇在今年超级杯上完成自己在申花一线队的首秀。

备好，给我们看和分析。我就一直在内心提醒自己放松下来，赛前神经不能一直紧绷着。

你是怎么放松的？打游戏、听听歌吗？

超级杯前主要是看看书，我喜欢看小说。平时，我还会看看五大联赛，看人家是怎么放松踢球的。

超级杯上场前，主教练或者教练组对你有什么特别的关照吗？

其实该提醒的，之前准备会上教练组都说了，包括整个冬训我们也是经常回看训练和热身赛视频，进行细致分析。比赛当天到了球场更衣室，主教练特意把我叫过去，让我不要紧张，放松一点，想想训练时候、热身赛怎么踢的，比赛中照常踢就可以了，相信我没有问题的。

站到球场上，是不是心态又会有很多起伏和波动？

是的。因为真正的比赛和在房间里想象的肯定不一样。在房间里想象的时候，就觉得没什么大不了的，看五大联赛，包括中超，觉得他们在场上都蛮放松的。但自己到了场上，还是会紧张。

希望为国征战

《足球》：你应该是在中国足球低谷的时候开始踢球的？具体怎么开始的？

杨皓宇：我爸特别喜欢足球，虽然没踢上职业，但他对足球的热爱一直没变，可以说我是从小受到了熏陶。他说我小时候还算有天赋，就带我往足球这条道路上发展了。

几岁开始踢的？

很小就碰球了，当时我爸带着我玩。正儿八经训练应该是一年级，进入小学的校队，几乎天天都训练。

什么时候确定走职业足球这条道路？

五年级，当时就是考虑是上学还是去踢球。后来因为确实觉得足球天赋不错，然后六年级来上海。

为什么会来上海？

全国各地看了不少地方，最后决定来上海。当时申花江镇 06 梯队刚组建，觉得组队之初加入可能机会更大一些。然后就江镇到康桥，一路还算是比较顺利。

没有遇到过什么特别的事情，让你产生过波动？

都是一些很小的波动，比如会有一些伤病，最严重一次伤是内侧副韧带受伤，养了差不多 8 个月。

你父亲总是陪着你，听说有时候去集训，他也会过去。他对你的帮助和影响是不是非常大？

那是肯定的，他应该算是我的足球启蒙教练了。小时候我爸一直跟着，后来我进了康桥基地，训练比赛他经常隔着围墙盯着我，然后每次回家还要指导我训练中的细节。

刘诚宇和王钰栋正随国足征战世预赛，这是不是对你也是一种激励？

对，我的目标肯定也是进国家队，为国家效力征战。

把最好的表现留在中国、留在北京

“不夺冠，我不走！”

特约撰稿/宋词 北京,南四环聚加足球训练基地,这里是北京国安的新基地。此前在京城一直没有稳定训练地点的国安终于有了一个“家”。

来到新家的第二天,外援法比奥依旧对这里的一切都感到很新鲜。在新闻官和翻译的陪同下,法比奥仔细观察着“家”里的每一处细节。

球队会议室进门右手边的墙上,挂着球队唯一联赛夺冠的合影。法比奥努力地寻找着领队隋东亮和助理教练陶伟的身影,他知道,当年冠军队员中只有他们还留在球队里。合影最中间一名黑人外援格外显眼,法比奥问:“他叫什么,是哪个国家的球员,打什么位置?”

得知这位来自喀麦隆的后卫威廉·保罗同时拥有葡萄牙国籍时,出生于葡萄牙的法比奥笑了:“他非常幸运。”接下来被告知在那一年的国安队中,威廉·保罗并不是主力时,法比奥连声说:“那他是幸运儿中的幸运儿。”

面对这张16年前的夺冠合影,谈及自己今年的目标,法比奥目光坚定地说:“夺冠!”随后,他立刻又补了一句:“不夺冠,我不走!”

今年的目标:20个球

《足球》:今年是你来到国安的第三年,现在对这支球队和这座城市的感觉怎么样?

法比奥:完全是家的感觉了。其实从我第一天到国安就有这种感觉,不管在球队内部还是对这座城市的感觉,都像回到家一样。这里的每个人都对我非常友善,我每天来到球队就像一个开心果。特别是当我们在这个假期后来新的基地,到了我们新的家,对我和队友来说,这简直是上天馈赠的一份大礼。现在的我们有了完美的训练条件,基地的每个房间就像我们自己的家一样。所以,有了这么好的基地,我们必须更加努力踢好每场比赛,我也希望帮助球队赢得更多比赛。

你本赛季的状态非常好,一直排在射手



法比奥荣膺北京国安四月最佳球员。

榜前列,12轮比赛有6场取得了进球。所有的进球当中,你最喜欢哪个?

所有的。我喜欢我的每一个进球,每一个都是最好的,但我还是更在乎球队的胜利。对于我个人来说,进球数据不能代表我个人能力有多么强,只是意味着北京国安这个团队非常出色,我的每一个进球都是在全队所有人共同努力下取得的,所以无论我打进几个进球,这份成果都不是我一个人的,这个荣誉背后是整个团队。就像墙上的这些球队历史图片,那里面不止有球员,还有很多工作人员,我相信每一个人都为这支球队付出了全部。与其说我更在意哪个进球,不如说我更在乎为这支球队效力的每一场比赛,在这里的每一天都让我有莫大的荣誉感。

虽然你已经是每一个对手重点照顾的对象,但你依然表现出色,本赛季你已经打进8个进球,其中6场更是为球队首开纪录。你状态这么好有什么诀窍吗?

没有什么秘诀。如果有,那就是更坚定的信念。从开始接触足球时,我就给自己树立了一些偶像级的目标,比如尤西比奥,他是我的偶像。我一直努力朝着他的方向追赶。我不断告诉自己,希望有一天能成为或者接近他所达到的成就。有了这样的目标,我就有更坚定的信念在比赛中捕捉一切机会。

你在国安的首个赛季进了10个联赛进球,第二个赛季进了14个联赛进球。目前已经进了8个球,这个赛季你给自己设定目标是多少个球?

肯定要超越去年的14个,如果一定要设定一个目标,那就定在20个进球吧,因为在此之前我的职业生涯单赛季进球纪录是18个,希望今年能打破这个纪录。

我的梦想:为国安拿下冠军

《足球》:你去年有12次助攻,6比0大胜青岛海牛,你打入1球还有4次助攻,是首位单场助攻达4球的北京国安球员。本赛季到目前为止有3次助攻,这个数字的减少是否因为现在给你输送炮弹的人多了?你只需完成进球任务就好了?

法比奥:去年我竟然有这么多助攻!现在我只有3个?可是我觉得我今年的比赛里,我给队友传了很多有威胁的传球,可惜他们都没有打进去,所以助攻少这不是我的问题,哈哈。

上赛季能有12次助攻,我觉得这是有点不可思议。我真的没有想刻意去刷这个数据,但就产生了12次助攻。今年如果想增加我的助攻数,或许有一个办法,可以让我们的队长(张稀哲)顶在最前面,我去给他传球。他是一个非常出色的球员,他是最好的10号位球员,他的作用与功能在球队



《足球》VS 法比奥

没有人能替代。如果我给他传球,他一定会打进很多个进球。

国安球迷已经把你当成了球队最有威胁的进攻点,包括国内很多球迷也认为你是今年中超的第一外援。这会成为你的压力吗?

谈到这个话题,我首先想说什么是压力,或者说,我们能否把所谓的压力转化成动力。我们现在这支球队的每个人,踢到今天都可以说实现了自己儿时的梦想。我们现在有条件、有机会去实现儿时偶像的那些成就,所以球场上的表现好与坏的压力并不能算真正的压力。

真正的压力可能是一个非常辛苦的父亲,每天出门要为自己的孩子去找一口饭吃,如果他晚上空着手回来,孩子就要挨饿,这才是真正的压力。我们现在有这么好的条件去展现自己的天赋,这不是什么压力。可能对对手会对我有针对性的防守,也许球迷会对我有期待,希望我进更多的球。但这些都可以通过转化成动力,而不是压力。我知道自己要为球迷更努力赢下比赛,这是我的动力。

那么你现在最大的动力或者说目标是什么?

我现在的梦想就是为北京国安、为北京这座城市拿一个冠军,如果实现不了这个目标,我就不会离开这里。是的,不夺冠,我不走。我知道国安队上一次夺冠等了16年,这一次距离上一次夺冠又到了16年的

时间。可能这就是巧合,16年的等待,希望我们所有人一起去实现这个目标,让梦想成为现实。

你的这个梦想也是所有国安球迷的愿望,你前面说了在这里有家的感觉,这份归属感是否更进一步激发了你的潜能?

是的,我现在对北京已经很熟悉了,我和家人在这里都找到家乡的感觉。我的妻子和孩子们都已经完全适应了北京的生活。我之所以不想离开北京,主要是这个原因。

作为一个球员,我会把最好的状态贡献给这个球队,送给我们俱乐部每一个人,甚至包括我们的场地工作人员,因为有了他们的努力,场地才能这么好。这里的每一个人都对我们非常重要,从教练组到厨师班,他们每天把我们的生活、训练安排得非常好,让我们可以全情投入。所以我必须对得起这个团队,只要我一踏实国安基地的大门,我就是一个面带微笑的法比奥。也许有一天我会离开这座城市,但只要大家以后一提法比奥,大家都会想到那个喜欢笑、能够给大家带来正能量的法比奥。

跟每个竞争对手都是五五开

《足球》:国安队本赛季至今保持不败,而且面对几个夺冠竞争对手都打得非常好,特别是你在面对排名前五名的对手比赛中都有进球(与申花迫使对手进了一个乌龙球),如何评价这几支夺冠路上的竞争对手,

你觉得对哪个队进球更难?

法比奥:今年中超的夺冠竞争非常激烈,可能去年海港队比其他球队高一档次,今年则不是这样。今年虽然我们赢了泰山和海港,战平申花和蓉城,但每一场都很不好踢,大家的实力都是差不多,只是我们不怕任何对手,面对每个对手,不管强还是弱,我们都坚定要打出自己的东西。对手越强,我们越有坚定的信念,一定要打好这些硬仗。所以,进哪个球队的球都不容易,关键看我们自己是否有足够的勇气。

虽然前12轮国安队保持不败,但还是有一些比赛没有打好,你觉得是什么原因?

比赛发挥不好或者说出现失误,都是足球比赛的一部分。举一个可能不是太恰当的例子,我们的球队有时候就像一辆车,可能当这辆车出现一些问题的时候,所有人都在绞尽脑汁寻找问题在哪里的时候,其实只需要重新启动一下,一切毛病就都没有了。与三镇与海牛的比赛,我们掌控了比赛,可能再打10次我们都能拿下来,但足球比赛永远有会不尽如人意的地方,这些都是足球比赛的一部分。

前12轮哪些比赛感到非常遗憾,是不是与武汉三镇的比赛呢?

是的,如果说前12轮最遗憾的比赛,那还是和三镇的比赛。那么大的优势,最后拿了一个非常糟糕的结果,真是太遗憾了。当然,与海牛的比赛也很精彩,但是比赛结果却非常遗憾。我们经常在复盘的时候说,在防守的时候一定不要犹豫,甚至把足球踢到场外都是一个非常好的决策,但我们偏偏没有进行这样的选择,稍一犹豫就做出了一个不好的选择。

我们要无条件信任主教练

《足球》:今年国安队更换了主教练,你觉得球队在换帅后发生了什么变化,现在你们是否已经完全适应了塞蒂恩的战术。

法比奥:联赛初期,大家还在与主教练

磨合,所以有的比赛打得不是很流畅。可以说那个时候是最不舒服的,大家在适应新的教练和新的战术。主教练来到新的环境也需要适应,他更要熟悉每一个陌生的球员和陌生的对手。但是,随着球队成绩的提高,主教练给球队带来的变化就慢慢显露出来,成绩就是最大的变化。

最困难的时候是如何度过的呢?

一切合作都建立在相互信任的前提下。作为球员我们要无条件信任主教练,他是一个非常有责任心、有经验和有能力的主教练,他知道来到这里应该做什么。作为球员,我们只需要把自己交给他,让他大胆使用我们。同时我也希望球迷,还有俱乐部管理层,一定要坚定支持主教练,毫无保留地支持他,相信他一定会带领我们取得好成绩。

提到了教练,就不得不提到下一个比赛对手长春亚泰,因为那里有国安队曾经的主教练苏亚雷斯,你们最近有过联系吗?

对我来说,这场比赛有特殊的意义。因为苏亚雷斯就是我的足球教父。他回到中国、决定担任长春亚泰队主教练前,我们就有过交流,我知道他要回来。下场比赛希望北京球迷能够给苏亚雷斯送上掌声,欢迎他再次回到工体,北京也是他曾经非常热爱的城市,国安也是他非常热爱的球队。

你是否和苏亚雷斯交流过这场比赛的目标呢?

我已经对他表明了态度,接下来我们是对手了。我对他说:师父教会了学生,学生打败老师的一幕将要上演。足球场就是战场,我必须帮助国安队取得胜利,我们绝不允许在主场发生意外。

林良铭有能力去欧洲

《足球》:北京国安现有7名国脚,这不是球队争夺联赛冠军的底气?

法比奥:7个国脚说明我们球员的能力非常强,一支球队能拥有7个国脚,绝对不容易。当然不只是他们7个,杨立瑜也具备国脚实力,希望柏杨也有机会去国家队证明自己。恩加德乌和斯帕伊奇也是国家队球员。其实我也是,只不过我现在与安哥



球迷在法比奥心里分量很重,他要为球迷展示最好的自己。

拉国家队已经不联系了。这么多高水平球员在一起,对我们取得好成绩肯定是有帮助的,但我们彼此要更加默契、更加信任,拿下每一场比赛。

在队中和哪些球员交流比较多,国安队里的球员还有人能去欧洲吗?

我和每个球员的关系都非常好,我是球队的大开心果,不管是去更衣室、食堂还是健身房,他们隔着好远就知道法比奥要来了。可能有人喜欢沟通,有的人就需要我去逼着他说话。比如林良铭,我一直跟他说要多说话。我觉得他具备实力去欧洲闯荡,他是那种人狠话不多的角色。

今年你们球队拥有了塞尔吉尼奥这样的归化球员,你们私下交流多吗?你平时会观看中国队的比赛吗,如何看待中国队在冲击世界杯时的艰难。

我和塞尔吉尼奥会有一些交流,但我们的观点只是个人之间的交流。虽然我对中国队并不了解,但中国队的比赛场场都看,因为我喜欢这个国家。中国队有很多有实力的球员,中国队距离进入世界杯就欠缺一个打开这个大门的按钮,可能中国队目前还没有找到这个按钮,但我相信,中国队迟早会找到,我也相信只要中国队能够再打入一次世界杯,以后就会成为世界杯的常客。

业余时间我更喜欢篮球

《足球》:你经常现场观看CBA的比赛,篮球是你的业余爱好吗,打得好吗?

法比奥:足球以外,篮球是我最喜欢的运动。我在北京住的小区里就有一个篮球场,我会经常在那里打篮球。球队休息的时候,我会在篮球场练上20分钟投篮。放假的时候,如果这里有两台电视,我就同时放足球比赛和篮球比赛,有时候我还会把足球比赛关掉。

中文现在学得怎么样?

我中文说得不好(用中文说),不过以后会很好。现在我的两个孩子已经开始说中文了。小女儿经常用中文跟我说:你在干嘛?你在干嘛?我听不懂是什么意思,后来才知道这是她和家里的中国阿姨学的。

你是怎么走上足球这条路的?

我在葡萄牙出生,6岁到了英格兰,那个时候和小朋友踢足球。因为我的英文不是很好,他们让我去守门。但是后来看到我经常从守门员的位置就开始带球,一直把球带到前场再打进去,于是他们说,你别守门了,你去踢前锋吧,就这样,我慢慢走上了足球的道路。足球带给我太多的东西,没有足球,我就不会来到中国,更不会认识这么多友好的中国朋友。所以,我要把最好的表现留在中国、留在北京。

公益同心桨 体彩助飞扬!

体彩助力2025年广州国际龙舟邀请赛

李琪

6月1日,2025年广州国际龙舟邀请赛在中大北门广场至广州大桥之间的珠江河段激情上演。今年是这项历史悠久的传统赛事举办40周年,116支龙舟队伍,4000余名龙舟健儿赛龙夺锦,现场锣鼓震天、浪花飞溅,吸引数十万市民沿江观赛。中国体育彩票连续第12年倾力支持赛事,更组织专管员团队成立志愿服务队,深入赛事保障一线,为广大观众提供贴心服务,以实际行动诠释“公益体彩 乐善人生”的理念。

江面上,印有“青春同行 公益筑梦”“喜迎全运 体彩添彩”标语的主题龙舟来回穿梭,成为一道亮丽风景线。两岸数十个体彩

帐篷为观众提供遮阳休憩的去处,充分彰显体彩服务民生的温度。广州体彩负责人表示,龙舟赛是传承千年的民俗活动,而广州国际龙舟邀请赛更显出广州的国际风范与主场底气,也显出全城蓬勃的朝气与活力。体育彩票通过支持历届广州国际龙舟邀请赛,积极助力弘扬传统文化,推动全民健身,持续为市民的幸福“加码”。

由16名体彩专管员组成的志愿服务队统一着装,在观众入口处协助引导人流、维持秩序、解答咨询。专管员小沈分享道:“我们提前接受培训和外语口语服务演练,既要当好‘活地图’,也要成为安全守护者。”烈日下,他们提示观众“文明观赛”,派发饮用水和扇子降温的场景,在赛场外串起一幅幅温



暖画面。

自1994年全国统一发行以来,中国体育彩票始终秉持“来之于民 用之于民”宗旨,截至目前,已累计筹集公益金逾9200亿元,服务购彩人群超3亿人,为国家公益事业及体育强国、健康中国建设提供有力支撑。

近年来,在体育彩票的大力支持下,广州市各类全民健身赛事活动蓬勃开展,多项高水平体育大赛异彩纷呈。接下来,广州体彩将继续与体育盛事深度融合,创新宣传模式,以负责任方式销售彩票并筹集公益金,为广州体育高质量发展增光添彩。

记者鲁蜜报道 4月末，河南俱乐部官宣，南基一离任，葡萄牙人拉莫斯成为球队新任主帅。拉莫斯带着“美丽足球”的理想，来到了郑州，抵达的当天，他目睹球队从领先到被逆转，最终1比2不敌武汉三镇。

上任之后，拉莫斯面对的是球员体能不足与球队阵容失衡的双重难题，他以“全情投入、高强度训练”为支点，试图“撬动”球队前进，在人员使用上，将钟义浩、黄紫昌重新纳入主力阵容，改造纳萨里奥的位置，用“信任换斗志”，希望提升球队战斗力。

本赛季的二次转会期将至，河南队方面也在推进引援的工作，希望在个别位置进行补强。河南队球迷希望看到下半程联赛开始后，拉莫斯带领的河南队迅速走出困境。

【球队分析】

有的位置有三名球员，不合理

《足球》：5月初刚到河南，你观看球队的第一场比赛，河南队被对手逆转，你看到了球队有什么问题？

拉莫斯：通过那场比赛，我看到球队在整体上缺乏稳定性，90分钟比赛的过程中，整体状态起伏较大，没有自己的节奏把控。也许也是因为本赛季有过不止一次被逆转的经历，在场上处于领先状态，或者形势胶着的时候，我们的球员显得不够自信。最后时刻总丢球，这是比赛中的专注度不能贯穿始终造成的。

你接手球队的第一场比赛是对阵天津津门虎，纳萨里奥先入球，球队这场比赛进了三个球，但最终还是3比4落败，当时是否感觉要改变球队有点困难？

是的。当时我感觉我们是缺乏心理建设和战术规划的。球队再次暴露出经验不足的短板，终场阶段连失两球便是证明。那场比赛之前，我仅有两堂训练课的时间来做一些微调，我意识到，在之后的训练中，除了要更彻底地贯彻我的战术之外，还亟需加强队员的心理建设。

频繁被逆转，体育总监贝拉指出体能储备不足和阵容结构失衡是主要原因，对此你有什么看法？

我认同贝拉的判断。我接手时，球队体能状态低于常规水平，人员结构也确实存在优化空间。比如，我们有的位置有三名球员，有的位置球员不足，很不合理。我并未将这些作为球队被逆转的借口，而是从到任起就传递积极信号。我的执教理念基于三大支柱：第一，俱乐部每个人都很重要；第二，胜败需保持平衡心态；第三，日常必须全情投入、保持高强度。

加上足协杯，你已经带队打了4场比赛，对队伍已经完全了解了吧？

我们目前已经进行了接近20堂训练课和4场正式比赛了，我对于球员的了解比刚到来的时候要深入了很多。我通过每天和球员、教练组及工作人员的日常互动，掌握了他们的重要信息，这些信息有助于让我更好地激发每名成员的最佳状态。

现在球队只领先倒数第二名3分，球员们的信心有无受到影响？你有没有跟他们进行沟通？



《足球》VS 拉莫斯

“塑造更具攻击性的美丽足球”

近三场比赛我们保持不败，且表现有所进步，说明队员也认可我的战术理念，战术得到了完美执行。我现在是每天和队员们保持日常化且高质量的沟通，他们只要想来我办公室，办公室大门随时是开着的。我们讨论的话题不局限于身体、技术、心理和战术。比如说王上源我就和他进行了多次的深度沟通，我的要求，他的需求，我们有非常好的讨论。

中途换帅，对于教练、球队其实都是一件冒险的事情，你为什么愿意到一个未知的联赛来冒险？

说实话，当时我和贝拉面试的时候，贝拉把这个俱乐部的真实情况都向我如实交代了，我更多看到的是俱乐部的潜力。促成我来的原因有两个，第一，俱乐部信任我的执教理念，相信我可以帮助俱乐部；第二，我与教练团队坚信能通过专业工作为球队带来积极变革。正是因为彼此的互相信任，我接受了冒险。

【执教理念】

更有效率地控球，这是最关键的

《足球》：间歇期前的最后一场联赛是对阵浙江队，在这场比赛中，河南队在各项数据上都占据优势，但最终只收获平局。问题出在哪，你认为球队需要在哪些方面进行改进？

拉莫斯：说实话，和浙江的比赛我是比较满意的，从数据上来讲，我们70%的时间占据主动，但我们的要求是，加强非主导时间段的控制力。需要做的是保持三线之间的紧凑，提升压迫的组织性，还有位置的纪律性，明确我们进攻的出球点，优化进攻节奏和终结的效率。比如，我们在领先的时候，不能太保守，保持战术的纪律，锋线适时顶上去，给后卫更多反应时间，这就是我们未来会更多要求的——领先之后也不能退却。

对阵长春亚泰，你收获了执教河南队后的首胜，近两场比赛，球队比赛内容逐渐清晰，球员很配合执行相关的战术要求。

我的理念强调提高控球率，可能与之前相对保守的打法比较的话，球员会更欢迎这样的足球。我的要求是塑造更具攻击性的美丽足球，这符合俱乐部、球迷的期待，给比赛带来更好的观赏性。

之前有一些外教也提出过“美丽足球”

的概念，但问题是时候队员能力不一定能支撑这样的要求，在成绩和战术追求上，你会怎么取舍？

我们要保持比赛的风格和展示我们的态度，但也不是说每场比赛我们都必须去统一进攻风格。肯定是要针对不同的比赛和不同的对手，根据临场情况做出实时反应。如果对手十分强大，我们发挥不出习惯的风格，那就必须拿出第二套计划。我要求的美丽足球是进攻足球，同时也要求攻守谨慎，在有球的时候更加有效率地控球，这是最关键的。

在用人上，你带来的明显改变是将钟义浩和黄紫昌列入主力阵容，让纳萨里奥回撤打后腰，这样的安排，是基于什么考虑？

我希望通过在位置上的一些调整，激发每个球员的斗志，让大家扬长避短。纳萨里奥回撤是为了赋予他更多球权，增强出球安全性，他目前在新的角色里表现非常出色。将来如果有需要，我也可以把他前置，让他更多地去威胁对方球门。说到钟义浩和黄紫昌，我感觉到他们有非常强的比赛欲望和帮助球队的心愿，这符合我的用人标准，而且他们融入新的战术体系也非常好。

你拥有超过700场比赛的执教经验，曾在葡萄牙及沙特执教多支球队，丰富的执教经历对你的执教风格产生了怎样的影响？

我从葡萄牙第三级别起步，始终追求攻守平衡的进攻足球。一直以来，我比较在意的几点，是重视团队凝聚力、科学规划与日常细节，善于授权给我的助教执行训练工作，如果有问题我们会及时做出改变。现在来到中超，我认为是我执教生涯很重要的节点，能够帮助一支球队成长是一件很美妙的事情。现在已经带队完成4场比赛，我们控球率均未落下风。关键是通过训练重塑球员认知，让理念转化为比赛习惯——这需要时间与全员的信念。

【夏窗计划】

希望引进两三名国内球员

《足球》：球队5月28日收假，备战新一阶段的中超联赛，球队目前的情况如何？

拉莫斯：重新集中到比赛开始，有大约两周半的时间，我们会利用这段时间强

化战术磨合，提升球队的体能、心理素质还有技术精度，希望在下一场比赛之前，我们达到一个理想的技战术状态。

即将要面对的两个对手是成都蓉城和上海海港，实力很强，你目前对于中超其他对手的了解有多少？

在我看来，他们是中超非常强大的队伍，我会通过球队分析师，结合录像和数据来了解对手，做出相应的应对策略。中超整体竞争力不错，有些球队拥有非常优秀的球员，结构也很合理。总的来讲，我感觉中超联赛非常的职业化，也很有吸引力。

夏季转会窗即将开启，俱乐部在引援方面有什么计划？你希望引进哪些类型的球员来增强球队实力？

目前我们的技术部门正积极运作，在我们想要补强的位置进行针对性引援。我知道，在夏季窗口操作的操作难度较大，空间也很小，但会通过和俱乐部的沟通尽量进行有效的操作，提升一线队竞争力，目前是计划引进两三个国内球员。

河南队有很多球员外租，而且都比较年轻，你会不会关注一下他们在低级别联赛的情况？

我认为他们所处的联赛级别并非首要考核标准，我比较看重三点：拼搏意愿、进取精神，以及能否为球队注入所需的特质。我是一个非常愿意给年轻人机会的教练，因为给了机会他们就可以成长。就像我说的，我喜欢看到球队成长，球员的成长是其中一部分。

你与俱乐部体育总监贝拉在球队的发展和建设方面是如何沟通与协作的？

贝拉是我与河南结缘的引路人，他的信任与俱乐部高层的魄力让我充满感激。我们始终保持着理念同频的战略对话——既要立足当下精细化备战，更以长远视角勾勒发展蓝图。此刻我们正携手浇筑通向未来的基石。

你希望将河南队打造成一支怎样的球队？俱乐部在实现这一目标的过程中，需要做出什么样的努力？

我想将河南打造成中超不容小觑的劲旅。这需要管理层以战略眼光精准引援，全队在技战术迭代与青训造血上形成合力，最终构建一支稳居中游集团又具备冲击更高层次的体系化战队。

记者王伟报道 6月8日下午,第十五届全国运动会U16女足9至10名排位赛在广东省人民体育场进行,经过80分钟激战,宁夏队凭借下半场的唯一进球,以1比0击败辽宁队,获得本届赛事第九名,辽宁队位列第十。孙峰浩执教的宁夏U16女足创造了宁夏女足在全运会历史上的最佳战绩。2001年孙峰浩曾以运动员的身份代表辽宁队在广州天河体育场获得九运会男足金牌,时隔24年后,孙峰浩以宁夏U16女足主教练的身份在广州创造了宁夏足球的新高。

“广州是我的福地”

5月30日,第十五届全国运动会足球项目女子16岁以下组比赛在广州开赛。这是十五运会首个开赛的竞体项目,U16女足赛也是全国运动会历史上首次设立的竞体项目。

在广东队与宁夏队的揭幕战上,宁夏队教练席上一位戴紫色帽子的教练引起了外界的关注,他就是曾征战职业联赛并且入选过国奥队的孙峰浩。虽然以0比2不敌东道主,但孙峰浩赛后第一时间鼓励了队员们。

宁夏队在小组赛只取得了一场平局,进入9到12名的排位赛。在排位赛中,宁夏队以3比1战胜湖北队,以1比0击败辽宁队,最终排名第九位。在比赛中,孙峰浩的紫色小帽很显眼,在接受记者采访时他笑着说:“其实没什么特别的,戴顶帽子可能精神一些,再就是遮阳。当然,我喜欢在关键比赛中戴顶颜色鲜艳一些的帽子,希望‘戴’来好运。”

这是孙峰浩第二次到广州参加全运会比赛,上一次他以辽宁队队员的身份夺得了第九届全运会的男足金牌。“广州是我的福地。2001年的时候我还是大连队的二队队员,当时参加九运会比赛的辽宁队有很多知名球员,像李金羽、张玉宁、孙继海、肇俊哲都在队中,实力非常强。”聊起九运会,孙峰浩仿佛沉浸在幸福时光中,“到了广州之后,辽宁队分成两个队,我当时在二队,也就是备选球队,如果一队中有人受伤可以马上从二队抽人递补。比赛打到小组赛最后一场时王新欣受伤,于是我被抽调到一队,那场比赛我上场踢了二三十分钟,制造了一个助攻,辽宁队赢下了比赛。”

这次意外递补进一队,让孙峰浩成为辽宁队八进四的关键先生。“八进四的比赛是我上场的第二场比赛,我记得特别清楚,当时是2001年11月19日,辽宁队对阵北京队,主教练科萨安排我首发出场。那场球张玉宁给我制造了一个助攻,我取得进球,最后我们以2比1战胜北京队进入四强。随后的半决赛我们战胜广东队进入决赛,在决赛中又以2比0战胜上海队,夺得九运会足球金牌。”

九运会的夺金经历对孙峰浩相当励志,“当时作为辽宁二队队员,我们和一队住在两间不同的酒店。当时的一队实力非常强,我们只是等待递补的队员,那时不少二队的队友都感觉我们不一定有机会上一队打比赛,但我一直憋着一股劲,只要有机会将我调上一队,我就要充分展示自己的特点和水平,结果我真的被调上一

队,而且还打进一球助攻一次。那个进球对我来说特别有意义,2001年11月19日对北京队时恰好是我生日,我一个全运会足球比赛进球给自己送上了一份特别的生日礼物。”孙峰浩说,“我能进入辽宁队的主力阵容是很幸运的,也是我努力训练后的收获,对我之后的足球成长其实起到了关键作用。现在我执教宁夏女足队时也经常对她们说,全运会比赛对大家来说是一个非常重要的平台,也是成长路上的一个重要起点,要好好训练,好好把握机会。”

孙峰浩： “宁夏足球有好苗子， 也能吃苦耐劳”

“难忘董明珠的鼓励”

在九运会上“一球成名”后,孙峰浩被选进了沈祥福率领的国奥队,“所以2001年在广州举行的全运会对我的足球生涯起到了很关键的作用。这次重回广州打全运会比赛对我来讲又有不一样的意义,因为我这次是带领球队参加比赛,在广州开启了我全新的一段职业生涯,我相信这是好的开始。”

再次回到“福地”比赛的孙峰浩感触良多,以队员、主教练的不同角色参加全运会,一晃眼已24年过去了,“再回广州比赛感受这里的变化非常大,不管是球场质量还是城市建设,都是天翻地覆的变化。”

除了广州,退役之后的孙峰浩近年来去过几次珠海,美丽的海岸线,浪漫情侣路,也勾起了他的回忆,因为他曾在珠海踢过球,当年还曾得到格力董事长董明珠的关爱与鼓励。

2003年,大连赛德隆队迁移到珠海,更名为珠海安平,后来获得格力空调的冠名赞助。“2003年甲B赛季开打后,我也从国奥队回到珠海格力队,在与哈尔滨兰格的比赛中,上半场的一次争抢中我被撞了一下,被送到医院后才知道肋骨被撞断了。到现在我还记得,格力空调的董明珠亲自到医院看望我,鼓励我,赞扬我在场上的拼搏精神,希望我早日康复,还送给我一本她的自传。在珠海踢球的时间不知不觉已过去20多年了,但这段经历我还记忆犹新。20多年过去了,格力空调现在是国际知名的大企业了,董明珠女士也仍在‘执教’这家企业,我祝愿董女士和格力空调都有更好的发展。”孙峰浩说。

那场比赛孙峰浩踢到30多分钟的时候,在一次进攻中被对方门将顶到肋部,但他坚持打完上半场,中场休息时队医检查后才发现肋骨骨折了。“拼命三郎”的精神固然让人敬佩,但也成为孙峰浩职业生



涯的一个转折点。“因为肋骨骨折,我错过了国奥队的很多训练,也错过奥预赛,这是我人生的一大遗憾。”

如果能参加奥运会预选赛,可能他的足球轨迹又有不同。说到职业生涯中的遗憾之处,孙峰浩感叹道:“作为一名大连籍球员,当年我的一个奋斗目标就是希望代表大连队征战中超联赛,但不管是在大连赛德隆还是大连长波,我始终与大连的顶级球队擦肩而过,这也是我非常遗憾的地方。我希望未来有机会以教练的身份为大连足球出力。”

1981年出生的孙峰浩今年44岁,已经是亚足联A级教练员,“我觉得对于我们这些从职业球员转型过来的教练来讲,要不断学习,不断更新认知,掌握国际足球的最新发展动向,然后在实践中融会贯通。我的最大梦想是执教职业球队,希望在不久的将来能够实现自己的梦想。”孙峰浩说。

“很好地完成了全运会任务”

为备战十五运会,宁夏U16女足是宁夏回族自治区在时隔36年后再次组建的足球专业队,从去年11月开始在各地展开集训备战,聘请了孙峰浩执教后吸引了多名高水平运动员加盟。在十五运会U16女足资格赛上,宁夏女足以2胜1负战绩脱颖而出,打进决赛阶段,实现了宁夏足球的历史性突破。

与宁夏足球结缘、出任宁夏U16女足主教练对孙峰浩来讲来自一个特别的机会。孙峰浩有一个好朋友叫薛志强,是全国五超联赛宁夏平罗恒利队的主教练,前两年薛志强聘请孙峰浩担任俱乐部青训总监,并执教男足队参加中冠联赛。去年,俱乐部接到组建宁夏女足的任务,于是作为亚足联A级教练的孙峰浩接下了宁夏U16女足的教鞭。“在全运会预赛当中,我们虽然第一场不敌上海队,但随后连续战

胜河北队和安徽队,宁夏女足第一次闯进了全运会决赛阶段的比赛。”

孙峰浩有三次全运会的经历,第一次是随辽宁队征战九运会并拿到金牌,在陕西举行的第十四届全运会上,他担任上海队U20男足主教练唐田的助手,这次他是宁夏U16女足主教练的身份再次参赛。虽然宁夏U16女足只是争夺十五运会的第九名,但对宁夏足球来讲已是创造了历史。

对于U16女足的比赛,孙峰浩对全体队员的付出和努力表示了肯定,“我们的队员训练非常刻苦,决赛阶段的三场小组赛,我们队员在每一场比赛中都展现了自己的特点,比如第一场我们面对东道主广东队,虽然0比2输球,但我们队一直没有放弃比赛。第二场和陕西队的比赛,双方都踢得比较保守,但我们打出了宁夏女足的韧劲。小组赛最后一轮我们还有晋级的机会,但在门前把握能力上不及江西队,对方全场射了四脚门就获得了100%的成功率,而我们有一个点球击中横梁,但我们一直没有放弃,打进了宁夏女足在全运会比赛上的第一个进球。从预选赛、小组赛到排位赛来看,我们很好发完成了全运会的任务,除了要展现宁夏足球的竞技水平外,最重要的是展现了宁夏足球的精神面貌,为宁夏足球的发展打下了好的基础。”

宁夏足球在中国足球的版图中属于欠发达地区,但在宁夏工作后,孙峰浩对这里的足球有了更深的了解,在他眼里宁夏足球不缺乏好苗子,目前最急需的是培养或者引进优秀青训教练对这些好苗子进行精心栽培。“宁夏回族自治区各级领导和宁夏体育局领导对足球工作都非常关心和支持。虽然宁夏足球的起步比较晚,但宁夏的孩子们能吃苦耐劳,如果有优秀的教练来培养这些孩子,我坚信他们当中能走出好球员的。”孙峰浩说,“我觉得目前中国足球最缺的就是吃苦耐劳这种精神,但宁夏的孩子们最不缺这种精神。”

“世界级”挪威



世预赛3比0大胜意大利,挪威一脚迈进了美加墨世界杯。巧合的是,挪威在世界杯正赛的最近一场比赛,是1998年法国世界杯的1/8决赛,他们0比1被意大利淘汰,从此连续无缘世界杯。28年后历史仿佛走完了漫长的循环,挪威的世界杯梦想又着落在意大利身上了。

28年后,世界杯终于等到挪威?



撰稿/寒冰 1998年法国世界杯小组赛最后一轮,人高马大的挪威最后7分钟连入两球逆转巴西,一时足坛震惊。但那届之后,挪威至今再未进入世界杯决赛圈,2000年后甚至连欧洲杯决赛圈都再未进入。

最近几年,即便拥有哈兰德和厄德高两大亿级身价的巨星,挪威依旧无缘2022年世界杯和2024年欧洲杯,成为“巨星弱旅”的代表之一。

但6月6日奥斯陆的乌莱瓦体育场,挪威3比0大胜意大利,在2026年世界杯欧洲区预选赛豪取三连胜。上次挪威正式比赛击败世界冠军,正是1998年世界杯小组赛2比1战胜巴西。巧合的是,4天后的1/8决赛,挪威0比1被意大利淘汰,从此无缘世界杯。历史仿佛走完了漫长的循环,如今挪威的世界杯梦想又着落在意大利身上了……

“超级”挪威初显威力

鲜为人知的是:2000年后长达25年无缘大赛决赛圈的挪威队,世界排名曾经高居第2位(分别是1993年10月,1995年7月和8月)。不过挪威始终无法在大赛证明自己,在大赛的存在感远逊于邻国瑞典和丹麦。挪威的世界排名也在2017年7月降到历史最低的88位。不过最近几年的挪威逐渐开始有了起色,从2024年7月的国际排名第50位开始,目前已上升到第36位。

2024年9月欧国联小组赛开始,挪威队终于开启强队模式:8场正式比赛7胜1负。他们先在欧国联B级小组赛4胜1平1负拿到小组第1,升上欧国联A级;今年3月开始的2026年世界杯欧洲

区预选赛,他们豪取三连胜,得失球高达10比2,在小组赛积分榜遥遥领先。

这是2000年欧洲杯预选赛取得8战7胜1平的成绩以来,挪威队正式比赛最好的表现。再之前的1994年世预赛,挪威队也曾打出过8战7胜1平佳绩,先后击败过荷兰和英格兰队,直接导致英格兰无缘出线。这次的表现,比32年前也是旗鼓相当,只不过可能无缘出线的换成了另一个世界冠军得主意大利队。

尽管因刚结束的赛季表现不尽如人意,挪威队两大巨星哈兰德和厄德高的身价都有所下降,击败意大利队的挪威队总身价仍突破5亿欧元,创历史新高。在世界国家队身价排行榜上高居第12位,与瑞典、比利时相当。3比0大胜身价高出自己2.24亿欧元的意大利,更证明了挪威队的实力。

在世预赛小组赛中,挪威队已连胜摩尔多瓦、以色列和出线唯一的竞争对手意大利,11月16日客战意大利之前,挪威还有4场比赛,他们的目标自然是争取连胜。即便届时客场输给意大利,也很可能以净胜球优势获得小组头名,并在28年后重返世界杯。

值得一提的是,1994年世界杯的小组赛中,挪威就是0比1负于意大利,最终小组内4队积分和净胜球都相同,挪威队因进球数少垫底无缘晋级淘汰赛。时过境迁,挪威在与意大利的直接竞争中,进球方面占有了绝对优势。

挪威崛起,震惊整个欧洲

3比0大胜意大利队,对挪威足球而言是一个里程碑事件,它证明了哈兰德

和厄德高领军的挪威队,终于有重回大赛舞台的资格。挪威队上次战胜意大利,还是25年前的热身赛。2000年6月同样在奥斯陆的乌莱瓦体育场,依靠冈比亚裔高中锋卡鲁的进球,挪威队1比0击败了巨星云集的意大利队。当年的意大利队拥有布冯、卡纳瓦罗、内斯塔、马尔蒂尼、孔蒂、阿尔贝蒂尼、赞布罗塔、大因扎吉和托蒂,皮耶罗、蒙特拉、托尔多都只能替补出场,挪威队只有弗洛、索尔斯基亚和卡鲁稍有名气。

25年后两队几乎球星易位,挪威队有多达11人身价超过1000万欧元。哈兰德(1.8亿)、厄德高(8500万)是世界级球星,还有拉尔森(狼队,英超)、努萨(RB莱比锡,德甲)、瑟洛特(马竞,西甲)、拜里格(富勒姆,英超)、鲍勃(曼城,英超)和莱尔松(多特蒙德,德甲)6人身价超过2000万欧元。意大利队虽然总身价比挪威队多2.24亿欧元,但身价最高的巴雷拉仅7500万,在挪威队只能排第三。首发中场罗维拉(1800万)、前锋雷特吉(1600万)、中卫迪洛伦佐(1500万)、左后卫科波拉(750万)、右中场扎帕科斯塔(600万)5人身价不到2000万,居然与挪威的中场处于一个档次。是挪威的球员变强变“贵”了,还是意大利的球员变差变“便宜”了?

至少从这次世预赛欧洲区开局阶段来看,挪威的攻击力是傲视欧洲的。对两个最强竞争对手意大利和以色列,挪威两战攻入7球,场均3.5球。已经开赛的6个欧洲区预选赛小组,挪威队进球最多(12个),比同样3连胜的H组榜首波黑(4球)和J组榜首威尔士(7球)进球总和还要多。

撰稿/寒冰 6月6日挪威与意大利的世预赛比赛,挪威国王哈拉尔五世亲临现场观赛。哈兰德和厄德高两大巨星也没让他失望,两人合作完成了第三个进球。半场不到挪威就3比0领先意大利,主队的表现震惊了世界。意大利媒体对惨败一片哗然,主帅帕莱蒂6月10日就要与意大利足协主席格拉维纳进行危机会谈,已有帅位不保之虞。其他欧洲媒体盛赞挪威队表现,并称自2019年U20世青赛哈兰德大放异彩后,经过6年漫长等待,挪威队终于打出匹配拥有哈兰德和厄德高两大巨星身价的表现。

英国媒体认为虽然意大利队部分主力因伤缺席,挪威队在控球率(38%)远不如对手情况下,进攻效率更高。8次射门仅1次脱靶,获得3个进球。西班牙媒体认为哈兰德在挪威国家队近期的表现,证明他可以像瑞典队的伊布拉一样,让挪威队成为真正的欧洲劲旅。德国媒体强调哈兰德的令人震惊的进球效率,足以

世界关注
刮目相看

让他追赶C罗甚至打破葡萄牙巨星国家队进球纪录。

X社媒平台著名足球数据账号“数据足球(Data meets football)”,对挪威队的世界杯出线概率进行了模拟推算。认为挪威直接出线概率高达77%,而保住小组前两名的概率高达99.7%。另一个统计账号“We Global Football”也认为,挪威队世界杯出线概率高达84.1%。

此前带领挪威队进入过世界杯的前主帅哈雷德和奥尔森,均非常笃定这次挪威队100%会出线。挪威电视二台和主流媒体《VG(Verdens Gang,世界漫步)》同样相信,挪威人等待了28年的世界杯梦想即将成真。

战胜世界冠军得主对挪威自信心的提升非常重要,毕竟挪威队只参加了3次世界杯,意大利队已拿了4次世界杯冠军。2000年欧洲杯以来,挪威队与当时世界排名前10的国家队踢了17场预选赛,仅1胜2平14负,唯一胜绩是2010年欧洲杯预选赛主场1比0小胜葡萄牙(世界排名第8)。所以,他们在第18场预选赛3比0大胜意大利,意义重大。

2016年欧洲杯预选赛挪威队曾两战意大利,当时意大利世界排名分别是第14和第17,意大利双杀挪威。索尔巴肯执教以来,挪威此前4场对阵世界排名前15位的球队,对荷兰和西班牙各2场,战绩1平3负,得失球1比7。这一场对世界排名第9的意大利队3球大胜,彻底提升了挪威队的自信心。

这场对挪威足球而言划时代的3比0,意味着一支新的欧洲劲旅正在诞生。此后渐入佳境的挪威队,或许会带给世界足坛更多的震惊。

“世界级”挪威



25年间,挪威足球经历了被时代缓慢淘汰,又靠自身奋起振兴青训体系和球员培养,终于“起死回生”。挪威足球的起伏,证明了足球界通用的“捷径”只有一条:青训和留洋。

青训 + 留洋,崛起无捷径



撰稿/寒冰 上次挪威队进入大赛决赛圈(2000年欧洲杯)时,“小甜甜”布兰妮的单曲还在“公告牌”排行榜首;索尼才刚发布PS2,可以想象距离现在多么遥远?这25年间,挪威足球经历了被全球化时代缓慢淘汰,又通过举国模式青训、大幅提升联赛年轻球员出场机会、鼓励年轻球员留洋的“三管齐下”战略,持之以恒,终于“起死回生”迎来了全面爆发。

对于现在的挪威足球,多数人只看到了过于耀眼的哈兰德和厄德高。却容易忽视受惠于挪威足协2015年制定的“足球2020”计划涌现的其他新人,努萨、什耶德鲁普、鲍勃、沃尔菲、彼得森、拉尔森、厄斯蒂高都是这个“青训战略”的硕果。而且与上世纪1990年代挪威球员大多谋求到英格兰联赛发展不同,这支挪威队主力遍布五大联赛,得到的技战术历练更加多元化,因此挪威足球也变得更加技术化和多样化。

与其他近年成绩突飞猛进的足球小国一样,完善青训体系+鼓励留洋,是挪威足球触底反弹的根本原因。挪威足球的崛起,没有捷径。

全面青训,十年乃成

2005年开始,挪威联赛的霸主罗森堡衰落,大幅缩减了青训人才的储备。因此,挪威此前基本依靠俱乐部培养人才的青训体系,遭遇重大打击。2017年,挪威队在世界杯预选赛输给了实力孱弱的北爱尔兰和阿塞拜疆,世界排名也跌到前所未有的最低点(第88位)。虽然2015年挪威足协已开始增加对青训的投入,但这次惨败让挪威足协决定投入更多资金,大幅度推动名为“足球2020”的青训战略。

挪威足协成立了国家级的足球学院,首个足球学院分级制度于2017年实施,陆续在奥斯陆、卑尔根等主要城市建立了12座国家青训中心。下探到社区的青少年足球中心数量超过200个,覆盖到67%的三级

行政区域。最新版的2025-2030发展战略,这个覆盖比例要达到85%。同时,各地青训中心与俱乐部自有青训建立从U9-U19的全年龄段梯队,旨在尽可能扩大青少年足球人口。2025-2030年战略提出,届时足球会人员数要达到47万,占挪威全部人口的8%。6-12岁儿童开始踢足球的人数增加10%,同时将12岁以下儿童退出足球学校的比率降低一半,鼓励更多儿童继续踢球。

而且,从技术方向上,挪威也有新的标准,他们希望6-12岁青少年球员每周训练20小时,重点是培养传控和战术意识,一改传统挪威足球的简单粗暴。同时俱乐部的职业化和青训梯队正规化也在推进,挪威足协制定的标准,青训是职业俱乐部的重要参照。目前达标的俱乐部超过200个,2025-2030年战略目标是达到400个,俱乐部注册球员之中U19以下的青少年球员要达到60%。

挪威足协在过去10年已两度升级国家训练中心,未来还将投入1.2亿欧元新建规模更大更现代化的国家训练中心。全国范围内建设1800个足球场,当然其中绝大部分是可以全天候踢球的人造草坪球场。同时,挪威足协计划与曼联、曼城等欧洲豪门合作,每年向五大联赛俱乐部输送4名U19球员,提前进入五大联赛接受高水平培养。挪威足协还在奥斯陆建立了欧洲最大的足球数据分析中心,向德国足协学习配备12名运动科学专家。挪威足协还主导建立了足球医疗实验室,以及覆盖全国的业余足球和青少年足球客户端,用于收集、统计每周数千场业余、青少年足球比赛的相关数据,进而更早地发现足球人才。

挪威足协还组织了全年龄段覆盖的全国青少年联赛,同时修改了职业联赛的转会租借规则,以最大限度增加年轻球员出场时间。如今,挪威顶级联赛出场球员平均年龄为25.1岁,在欧洲54个顶级联赛的年轻化排名中位于前列(第18位)。而且,挪威联赛尽可能为国内球员提供出场机会,

顶级联赛仅有28.9%的出场球员是外援,在欧洲54个顶级联赛排名倒数第12位。

鼓励留洋,借五大联赛“造星”

挪威足协深知本土联赛实力有限,无法为青少年人才提供更好的发展空间。因此,鼓励青少年球员更早离开挪威,到五大联赛和其他欧洲顶级联赛寻求更好的发展。同时,挪威足协也修改了规章,青少年培养和职业联赛梯队向人口越来越多的移民后裔开放。通过不断吸纳移民后裔,提升各年龄组国家队的实力。

经过将近十年的全方位深耕青训,挪威低龄组国家队成绩首先得到了提高。2018年挪威U19国青队时隔13年再次进入U19欧青赛决赛圈,又在U20世青赛附加赛击败英格兰,时隔16年进入U20世青赛决赛圈。这支哈兰德领衔的U19国青队,已有4人在海外效力。

最近5届U19欧青赛,挪威4次晋级,2023年杀入U19欧青赛四强创队史最佳成绩,2024年U19欧青赛,挪威也是在附加赛点球击败土耳其,第二次进入U20世青赛。而同期,U21欧青赛挪威队也是时隔10年再次入围,而这支挪威U21国青队23人就有多达16人在海外效力,包括现已成为挪威成年队国脚的后卫罗斯勒、卡曼兹、萨赫拉乌、埃夫延、鲍勃、努萨和博瑟姆。目前在欧洲排名前30位的联赛,挪威留洋球员超过100人。

鼓励青少年球员留洋,除了尽快提升实力,也有同步提升球员自信心的考量。挪威足协甚至已经在全国的国家级青训中心推广虚拟技术,从青少年开始模拟大型比赛的现场环境,提升他们的心理抗压能力。通过厄德高、哈兰德、努萨、鲍勃等球星不断涌现,挪威足协相信这样长期持久且全面的青训体系,以及同样形成规模效应的留洋战略,足以让挪威足球在2030年之前重返世界杯决赛圈。

撰稿/寒冰 2020年底无缘欧洲杯决赛圈后,瑞典教练拉格贝克辞职,也带走了挪威足球由奥尔森开始,30年不变的442阵型。无论何时都穿着橡胶雨靴的奥尔森,在1998年世界杯靠442击败巴西队时,索尔巴肯就是亲历者。但这位新帅如今非常清楚:挪威队已到必须全面改革,追上世界足球战术潮流的时候。

2021年接手球队后,索尔巴肯从9月开始将442变阵433,还尝试了4231和451阵型。他将哥本哈根时代的成功战术,移植到挪威国家队。强调控球和快速精准的传球,通过巧妙跑位和位置感掌控比赛节奏并创造得分机会。高位逼抢和快速夺回球权是关键,同时注重防守稳固和反击的高效。这与奥尔森时代挪威足球高举高打,进攻依靠双中锋禁区内等待机会完全不同。

人员变了 战术更要变

同时,索尔巴肯非常注重提拔新人。挪威足协从2017年开始的青训“举国战略”,为他提供了更多新秀选择。但挪威队的战术转变和团队实力全面提升,为每个战术位置找到高水平人选都需要时间,并非朝夕之功。索尔巴肯每年只有5个国际比赛日周期,每次10天向球员们灌输战术理念以及磨合默契。更何况还要面对哈兰德和厄德高的伤病,以及其他位置的人员调整。

索尔巴肯对挪威队的改革,首先从厄德高开始。2021年3月上任后的首秀,他就将队长袖标授予厄德高,让他正视自己的责任与使命。9月对拉脱维亚变阵433,厄德高还是在右边路。4年多来厄德高的中场搭档变动最大,仅今年3场世界杯预选赛每战都不同。

与对意大利时的首发阵容相比,挪威2021年9月的首发11人只有4人得到保留,可见索尔巴肯的变革决心之大。外界对索尔巴肯的评价不一,但不能忽视的是,挪威人员变动频繁的背后,根源还是在于留洋球员多,他们需要在欧洲五大联赛逐渐站稳脚跟,能力得到提升后,才会产生更多的化学效应。

原本去年欧国联之前,心力交瘁的索尔巴肯已表示2026年世界杯合同到期后就将离任。只是没想到,他对挪威队的改造恰好在此时迎来量变到质变的节点。

现在,被称为挪威足球“黄金一代”的这支国家队,目标除了世界杯出线,就是像32年前击败巴西一样,在世界杯上创造奇迹。

“世界级”挪威



哈兰德和厄德高,在过去几年被质疑是“俱乐部巨星、国家队凡人”。不是他们“水”,而实在是球队整体太差,“带不动”。在队友实力提高、队伍磨合成型后,他们携手爆发将挪威队的实力提升了一档。

双子星,还得队友帮衬



撰稿/寒冰 挪威队近期持续爆发,与两大巨星哈兰德和厄德高稳定发挥密不可分。两人都成名已久且被寄予厚望:10年前厄德高就以400万欧元的U17球员转会费纪录加盟皇马,2019年U20世青赛哈兰德单场9球震惊足坛。但从2020年开始,挪威队依然连续3次大赛无法出线。

终于,本赛季哈兰德和厄德高的努力在国家队得到了回应,挪威从去年欧国联小组赛开始爆发,今年三场世界杯欧洲区预选赛更加火热。两位巨星不再被质疑是“俱乐部巨星、国家队凡人”,他们携手将挪威队的实力提升了一档。

挪威队终于有了“魔人”

1998年世界杯击败卫冕冠军巴西队的主角托尔·弗洛,在看台上见证了后辈哈兰德27年后再次击败世界冠军的奇迹。当年弗洛以1.93米的巨人身高,晃过巴西后卫进球创造奇迹;如今比他更高大、更强壮、更有技术的哈兰德,干脆过掉门将,将球打入空门。

没有人质疑哈兰德的能力,但他在挪威国家队的表现,一样是从青涩到成熟,从飘忽到稳定。

2020/21赛季,哈兰德在多特蒙德打出41场41球12助攻巅峰数据,但在挪威队他只是“菜鸟”。2021年欧洲杯预选赛小组赛6场比赛,哈兰德因伤缺席4场,出场的2场颗粒无收。2020年10月附加赛半决赛,哈兰德打满120分钟颗粒无收,球队无缘欧洲杯决赛圈。2020/21赛季国家队周期,12场比赛10次出场6次颗粒无收,7球1助攻半数是在北爱尔兰和卢森堡这样的鱼腩身上刷出的数据。

之后哈兰德在挪威队进入状态,时而进球不断,时而又受伤病困扰。

2022年世界杯预选赛哈兰德伤缺4场,期间挪威队4战仅1胜无缘世界杯。2023年欧洲杯预选赛,他又伤缺客

战西班牙和格鲁吉亚两场关键比赛,挪威队连附加赛都没资格参加,无缘2024年欧洲杯。到2024年3月与捷克和斯洛伐克热身赛战罢,哈兰德在挪威队进球荒已达4场,质疑声也达到了巅峰。

直到2024年6月,哈兰德才在挪威队真正进入“超级”模式,当月对科索沃,上演帽子戏法,哈兰德打破尤维1934年创造的挪威队进球纪录(33球),成为新的挪威队史金靴。至今短短1年间,挪威队11场比赛哈兰德全勤,交出14球1助攻,场均参与1.36球逆天数据。今年3月攻破以色列大门后,哈兰德为挪威效力41场攻入40球,是1971年德国巨星盖德·穆勒(33场)后最快攻入40球的欧洲球员。

击败意大利后,哈兰德在挪威队场均入球0.98个(42场41球),射入20球以上的国家队射手只有尼尔森(丹麦,38场52球)和普斯卡什(匈牙利,85场84球)效率比他高。哈兰德达到国家队40球只耗时4年零7个月,还是在挪威队连续无缘3届大赛,至少缺失9场比赛的基础上。而21世纪超级射手国家队攻入40球,C罗用了9年,梅西和莱万都用了8年,姆巴佩用了5年零10个月。

只要没有重大伤病,挪威队稳定地参加大赛,拥有年龄优势的哈兰德,冲击C罗的国家队进球纪录并非不可能。同样只要哈兰德保持“超级模式”的高效率,挪威队也会迎来比20世纪1990年代更辉煌的黄金时代。

厄德高的天才等了十年

哈兰德之前,挪威人的希望是被称为“五十年一出”的天才厄德高。

2014年仅15岁的厄德高连续创造了挪超和挪威队史最年轻出场纪录,2015年1月创造U16球员转会费纪录(400万欧元),成为首位加盟皇马的挪威球员,也是皇马史上最昂贵的U16球员。遗憾的是,厄德高在俱乐部和国家队

的生涯都坎坷蹉跎:为皇马一线队出场时,距离他加盟皇马已长达679天,他也从未在皇马证明过自己。在挪威队,厄德高的处子助攻距离首秀也长达3年零7个月,助攻达10次时历经了几乎9年。

2021年3月,年仅22岁的厄德高就戴上了挪威队长袖标。此前他参加了4次大赛预选赛,状态挣扎无比,而当上队长后,厄德高仍然未能“扛着球队前行”。2022年世预选赛,他10场比赛进球助攻双零数据,随后的欧国联B级6场小组赛同样如此。2024年欧洲杯预选赛7场1球1助攻触底反弹,去年欧国联小组赛又遭遇伤病困扰。直到今年世界杯预选赛,挪威球迷才等到厄德高在国家队展示才华的时刻。3场比赛5次助攻,对以色列的帽子戏法分别助攻3名队友,再加上对意大利实现连场助攻哈兰德,两大巨星终于开始联手发威。

厄德高已在挪威队交出3球16助攻数据,其中6次助攻哈兰德。厄德高历经十年,才在挪威队爆发,根本原因还在于挪威队中前场阵型的变化和队友状态与实力的普遍提升。教练索尔巴肯将他放在中场三角的右路,身后有英超富勒姆后腰拜里格,身边有托斯比(热那亚,意甲)、阿斯高(卢顿,英冠)和博格(博德闪耀,挪超)这样有丰富高水平联赛经验的进攻中场分担压力,再加上什耶德鲁普(本菲卡,葡超)、努萨(RB莱比锡,德甲)、鲍勃(曼城,英超)这样的边锋新人打开进攻空间,以及瑟洛特进入巅峰期,哈兰德在锋线不再孤木难支,这一切才让厄德高在中场组织进攻方面游刃有余。

正如挪威媒体《VG》所言:挪威队在世界杯欧洲区预选赛的爆发,哈兰德与厄德高是当仁不让的双主角:哈兰德连续3场进球,厄德高助攻5次,两人合计参与全队12个进球的一半。挪威队继续保持依靠这两位巨星的“大腿”前行,前景自然值得期待。

撰稿/寒冰 虽然哈兰德和厄德高是挪威队的双主角,但挪威队的爆发离不开“配角们”同样重要的发挥。

对意大利一役,《米兰体育报》就惊叹年仅20岁的左边锋努萨,将蓝衣军团防线撕得支离破碎。虽然去年欧国联小组赛对斯洛文尼亚和哈萨克斯坦,他就已连续两场参与进球,但对意大利上演传射,才真正让欧洲足坛记住这个名字。

努萨是挪威队中移民后裔才俊的代表之一,出生在挪威的努萨是尼日利亚与挪威混血,在斯塔巴克青训培养成才。2021年16岁的努萨完成了挪超处子秀和处子球,对维京梅开二度后就被比利时豪门布鲁日即时签下。去年夏19岁的努萨以布鲁日队史U20球员最高身价(2100万欧元),加盟德甲新贵RB莱比锡,经历短暂适应很快就成为主力左边锋。若非2月膝盖受伤休养两个月,他的进攻数据还会更出色。

与哈兰德同样1.95米高的中锋瑟洛特,经历10个赛季辗转7个联赛8支球队的磨砺,终于成

上限看球星 下限看团队

为哈兰德的可靠搭档。29岁的瑟洛特大器晚成,最近两赛季在比利亚雷亚尔和马竞进球都超过20个,本赛季在马竞24球有14个是作为替补球员攻入。加盟马竞首赛季,瑟洛特就以替补身份成为队内金靴。他成为挪威队近一年仅次于哈兰德的得分手,欧国联小组赛和世界杯预选赛,瑟洛特合计8场6球3助攻,场均参与进球1.25个,参与同期挪威队全部进球1/3。

刚满21岁的左边锋什耶德鲁普出身博德闪耀青训,15岁时就因才华出众先后受邀到巴萨、阿贾克斯和利物浦等豪门梯队试训。他是丹麦超史上最年轻的首发球员,以及最年轻的梅开二度球员。2023年初18岁就加盟葡超豪门本菲卡,转会费总价1400万欧元。经过两个赛季磨炼,本赛季他在俱乐部逐渐站稳脚跟。3月被索尔巴肯招入挪威成年国家队,立刻证明了自己的潜力。

右边路同样21岁的冈比亚裔小将鲍勃,本赛季被瓜迪奥拉开始着力培养,未来在挪威队右路也是潜力可期。

此外,人们更应该记住的是挪威队日渐成熟的中后场主力。他们提升了球队的防守质量,才真正改变了挪威队的成绩。这不是一蹴而就的结果,而是多位效力五大联赛球队的主力,不断通过高质量比赛积累经验才达成的。厄德高在中场的搭档托斯比已在意甲和德甲踢了6个赛季主力,后腰拜里格在英冠和英超各踢了两个赛季主力。

防线5人组,只有左后卫沃尔菲虽未在五大联赛,但也在荷甲劲旅阿尔克马尔踢了两年主力。门将迈兰(塞维利亚,西甲)、中卫阿耶尔(布伦特福德,英超)、厄斯蒂高(霍芬海姆,德甲)和右后卫莱尔松(多特蒙德,德甲)组成的五大联赛防线,终于等到了质变的时刻。或许他们并不星光熠熠,但挪威队的下限,就得看他们的了。

