



## 休刊通知

逢春节假期，本报2月16日、2月23日休刊两期，3月2日恢复正常出版。感谢广大读者朋友一年来的陪伴与厚爱。祝新春快乐，阖家幸福，万事如意！

《足球》编辑部

2026.02.09 星期一  
足第4003期

SOCCKER NEWS

本期16版 零售价5元  
总第6276期

本报内容，未经许可，不得转载、摘编

逢周一出版 国内统一连续出版物号 CN 44-0019 广州日报报业集团 广州日报社主管、主办 广州传媒控股有限公司出版

# 国家级战略推动 中国足球新外交

**首席记者陈永报道** 2026年的中国足球正在呈现出全新的变化，全方位加速融入世界足坛，包括职业足球、各年龄段国家队、青少年足球，更包括国家层面的海外整体布局。和过往中国足球外交重点围绕国际足联及亚足联不同，2025年至今，中国足球正通过全新的海外计划促进中国足球的整体进步。

尤其是过去的一周，中国足球正在以更高的规格和更大的力度，全面开启“中国足球新外交”，以此助力中国足球的整体提升，各职业俱乐部包括青少年球队的海外集训及中外交流对抗更是如火如荼。

## 高规格的交流

2月5日，巴塞罗那俱乐部发布公告：“巴塞罗那足球俱乐部主席拉波尔塔与西甲联盟主席特巴斯，共同欢迎由中国国务委员谌贻琴率领的中国代表团访问巴塞罗那拉玛西亚青训营。代表团成员还包括中国足协主席宋凯、中国U23国家队主教练安东尼奥·普切以及中国驻西班牙大使姚敬在内的30余人。”代表团此行旨在实地考察作为全球青训标杆的巴塞罗那足球俱乐部青训体系模式，双方随后还以研讨会形式交流了人才培养经验，并探讨了未来合作的可能。访问期间，山东泰山U18队和巴塞罗那U17队进行了一场友谊赛，崔鹏所率领的山东泰山U18队1比2憾负。

同日，皇家马德里俱乐部发布公告：“皇家马德里足球俱乐部热烈欢迎中国国家男子足球队主教练邵佳一先生到访。主席弗洛伦蒂诺·佩雷斯先生与邵佳一教练亲切会面并互赠球衣。邵佳一先生参观了皇马体育城，观摩了青年队训练，并与体能教练平图斯、医疗总监尼科·米希奇博士进行了专业交流。”

此次中国足球高层访问西班牙期间，西班牙足协和西甲联赛分别与中国足协签署谅解备忘录，两国足球管理机构承诺，将开展技术与职业层面的交流项目，重点关注青训领域，合作范围还将涵盖数据分析、国际大型赛事协作、转播权运营、公共关系以及科技应用等多个方面。特巴斯在采访中表示：“我很荣幸被任命为战略顾问，这不是一个荣誉头衔，我会坚持不懈地努力，中国足球需要在国家队和职业联赛层面都跻身世界前10。近年来，中国已经建成了16万个足球场，学校里教足球课程，约60%的中国人都是足球迷。有了这些，就有了基础。现在需要利用这些优势，打造一个优秀的职业联赛和一支强大的国家队。”

中国足协主席宋凯表示：“为提升足球水平，中国政府已推出多项政策措施，他们在青训、基础设施等方面



■国务委员谌贻琴与巴塞罗那俱乐部主席拉波尔塔、西甲联盟主席特巴斯合影。

取得进步。我们的中国教练正在拉玛西亚青训营参与合作，昨日在训练基地踢了一场比赛，我们认识到自身仍需大幅提升。”中足联理事长李克敏表示：“特巴斯给予了我们极大帮助，引入了一系列推动我们发展的规则。我们希望学习西班牙职业足球的经验。中国必须从青少年抓起，借鉴足球强国的经验，振兴足球事业，在校园推广足球，提升竞技水平。我们虽夺得U23亚洲杯亚军，但仍需学习更先进的治理模式。”

## 全方位的推进

过去的2025年，中国在传统的足球外交层面，即和国际足联及亚足联的联系层面取得了不错的成绩，成功获得2027年亚足联U20男足亚洲杯、2026-2028年亚足联U17女足亚洲杯承办权。

全新的足球外交，除了加强和国际足联及亚足联的联系之外，重点在于通过和足球先进国家的全面交流，促进包括职业足球、青少年足球、国家队建设在内的中国足球整体层面的突破。

这项工作2025年取得的进展包括且不限于：制定《中国足球人才海外培养行动计划》，分批选送球员、教练员赴足球发达国家中长期试训、研修，多渠道夯实青训人才基础；各级国字号全面回归国际赛事，2026年U19国家队将参加土伦杯，U16国少队将继续参加蒙古杯，同时积极促进国字号参加其他国际比赛；中国足协与法国、越南等多个国家签署合作备忘录；中足联组

织山东泰山U17队前往法国留洋，邀请西甲、德甲、法甲、英超及俱乐部开展了职业俱乐部健康发展高级研修班，邀请英超联盟及俱乐部开展了中英职业足球青训交流会。

进入2026年，海外交流更是加速进行，除了国家层面和中国足协及中足联的海外计划之外，职业俱乐部全面回归海外集训，青少年也开启了更加频繁的中外交流对抗。

职业俱乐部层面，中超16支球队，高达14支球队在这个冬天开启了海外冬训；北京国安、河南俱乐部、深圳新鹏城、武汉三镇、辽宁铁人和重庆铜梁龙等6支球队前往泰国进行了冬训；上海申花、浙江俱乐部、云南玉昆、青岛西海岸和大连英博等5支球队前往阿联酋迪拜进行冬训；成都蓉城前往阿联酋阿布扎比进行了冬训；卫冕冠军上海海港前往卡塔尔多哈进行了冬训；天津津门虎前往西班牙阿利坎特进行了冬训。海外冬训，一方面助力中超球队的技战术提升，尤其是节奏转换的提升，另一方面也反映了中国职业联赛正在全面恢复健康。

青少年足球层面，中国足协时隔11年再次组织青少年足球冬训。今年青少年足球冬训的另一大亮点是有了更多的中外交流对抗比赛：1月中旬在定南举行的中韩青少年足球精英对抗赛，中韩球队之间进行了高达35场对抗赛；目前在广东等地也有韩国、哈萨克斯坦、泰国、越南、印尼等国家的青少年队伍在和中国青少年队伍全面交锋；青岛西海岸U13和U11梯队日前也前往西班牙巴塞罗那进行冬训，接受巴萨青训教练的专业指导。

# 约翰·阿洛伊西首秀即硬仗 蓉城想抢“开门红”

记者鲁蜜报道 更换了主帅并且对阵容进行重组的蓉城,即将开始他们新赛季的征程。约翰·阿洛伊西的首秀是2月10日主场对阵武里南联,这是亚冠精英联赛的比赛,相当重要,将决定蓉城是否还有机会晋级。目前蓉城积6分,排在东亚区第10,是三支中超参赛球队里积分最多的。最后两轮小组赛,若蓉城能够拿到4分或以上,很有可能晋级淘汰赛阶段。

## 外援拼图完成

1月,蓉城赴阿布扎比开始冬训,这个阶段的冬训大约为期20天,先是体能训练,然后通过5场热身赛打磨战术,并根据比赛中出现的问题进行改善。热身赛战绩上看似一般,但由于主要是找问题以及锻炼队员,也达到了预期的目标,积累了宝贵经验,并让队员们都找到了比赛的状态。

目前球队已返国内,进行新一阶段的备战工作。由于亚冠精英联赛将近,近期的训练重点是战术的最后演练以及根据对手情况进行一些战术安排。在此期间,反复打磨四后卫新阵型,同时优化防线与反击衔接。

人员配置上,冬窗引援着重对部分队员离队后的空缺进行了填补。俄罗斯中卫索罗金加盟,蓉城已经完成外援拼图,索罗金与费利佩、罗慕洛、茹萨、席尔瓦组成攻防均衡的外援阵容。费利佩作为锋线支点,亚冠前6轮表现出色;席尔瓦的速度、盘带都有一定特点,他能丰富边路进攻;罗慕洛掌控中场节奏,连接前后场;茹萨强化拦截与后插上进攻能力;中卫索罗金的到来,则填补了提莫离队留下的空缺。

中国香港球员亚历斯祖的加盟,可以强化边路的防守。锋线引入了王子铭,作为阵容深度的补充。在国内球员方面,成都蓉城还存在人员流动的可能性。比如韩鹏飞从冬窗打开之时就一直有离队传闻,先是与深圳新鹏城接触,最近他与上海海港有联系。当然,蓉城也有心仪的球员,比如国脚拜合拉木,双方目前正在谈转会事宜。

由于此前已经代表其他球队打过本赛季亚冠精英联赛,因此最后两轮亚冠精英联赛小组赛,亚历斯祖、茹萨无法代表蓉城出战,此前代表国安参加亚冠2联赛的王子铭则可以代表蓉城在亚冠精英联赛出场。

## 改三中卫为四后卫体系

本赛季,成都蓉城迎来了重大人事调整,功勋主帅徐正源离任,澳大利亚籍教练约翰·阿洛伊西走马上任。新帅的到来彻底推翻了徐正源时代的战术体系,带来



了一场较为彻底的战术革命,至于战术的调整会带来什么样的改变,大家可以通过两场亚冠精英联赛来观察。

徐正源时代,成都蓉城主打343阵型,是三中卫战术体系,注重配合与边路进攻,这套战术曾为球队带来了一些进步,也在一定的时间内具备了稳定性,但随着对手的研究深入,其弊端也较为明显。首先是三中卫体系在攻防转换中容易出现漏洞,边翼卫需要承担过重的攻防任务,尤其是面对速度快、转移能力强的对手时,防守的问题尤为突出,上赛季关键场次中,蓉城多次因阵型弹性不足而失利。

约翰·阿洛伊西上任后,果断放弃了三中卫体系,改打四后卫阵型,其核心战术思路转变为中场高强度反抢和快速攻防转换,与徐正源时代的风格形成鲜明对比。约翰·阿洛伊西根据现有人员情况,设置了双后腰,有效压缩对手进攻空间,茹萨和罗慕洛、杨明洋在中场搭档,攻守相对平衡,强化中场拦截的同时又保障了进攻衔接。

上赛季不少场次,蓉城队存在射门次数多,但命中率极低的问题,多次出现错失关键机会的情况。约翰·阿洛伊西战术更加注重门前的纵向传递,利用费利佩的支点作用,为韦世豪、席尔瓦等前场球员创造突入机会,同时鼓励中场球员后插上进攻,丰富进攻手段。

当然,变化最大的,就是防守体系的重塑,从三中卫变四后卫,防守时整体平移协作,减少了三中卫体系中的位置真空,同时前场球员会迅速形成第一道防线,延缓对方的进攻组织,为队友回防赢得时间。

从冬训热身赛的实战表现来看,球员逐渐在了解、适应新战术。球队从一开始失球多、进球少的状态,逐渐改善,入球慢慢变多,回国前的最后一场热身赛,蓉城零封赢下了阿尔马雷克。

因为国字号球员归队的时间稍晚,他们与球队磨合进度与其他球员不一样,需要通过训练及比赛去完成磨合。尤其是后防线,改变阵型之后,在中卫组合层面提出了很高要求,而新援索罗金加盟时间晚,与球队的合练并没有多少时间,这是球队的隐忧。

此外,新战术对球员的体能要求极高,前场压迫强度大,边路需要往返跑动,对球员的体能是极大考验,在密集赛程中如何合理分配体力,是新帅约翰·阿洛伊西需要关注的问题。

## 对两个对手有一定了解

由于中超多队被罚分,没有被罚分的蓉城成为夺冠热门,他们受关注度越来越高,在亚冠精英联赛,他们也是目前三支中超参赛队伍里积分最高一队,也让球迷们更盼望他们能够打进淘汰赛。在这样的压力下,约翰·阿洛伊西迎来了自己带队后的正式比赛“首演”。在压力之下,他与他的球队能打出什么水平令人关注。

成都蓉城亚冠精英联赛小组赛剩余两场分别是主场对阵武里南联,以及客场打町田泽维亚,目前蓉城方面已经搜罗了一些基本情况以及部分视频,帮助球员进一步了解这两个对手。

蓉城方面对于武里南联队的评价是,球队风格硬朗,体能充沛,注重边路进攻与定位球战术,其主场作战能力突出,但客场表现相对疲软,所以蓉城一定要把握好主场机会抢分。针对对方边路传中质量较高的特点,蓉城或许会在防守上进行细化,重点限制对手的边路突破与传中。

对于町田泽维亚,蓉城已经对其进行了分析,认为其整体实力超过武里南联。町田泽维亚风格细腻,注重传控配合,球员技术娴熟,攻防转换节奏快,中场控制力强劲,这一场比赛是客场,蓉城需要先做好防守,等待反击机会并把握好。

## 武里南联 首发依旧是8外援

撰稿/寒冰 亚冠精英联赛的联赛阶段还剩最后两场,志在出线的武里南联冬窗进行了人员调整,引入4名外援,同时放走了5名外援和1名归化球员。

冬窗离开武里南联的5名外援和1名归化球员,后卫伊比萨、鲍尔、帕蒂纳马以及前锋穆里奇、德斯波托维奇,均在本赛季之前的亚冠精英联赛出过场,至于归化球员、后卫多拉则没有在亚冠精英联赛出场的记录。

武里南联2比0上海海港的比赛,伊比萨、鲍尔、穆里奇均在替补席,德斯波托维奇替补踢了17分钟,帕蒂纳马未进名单。这5名外援均非武里南联主力,他们的离开对球队战斗力影响不大。

武里南联的4名新外援值得关注。30岁的巴西中卫曼查上赛季在日乙的甲府风林是防线主力,联赛出场27次,交出4球4助攻的数据,有较强助攻能力;25岁的加纳边锋托库,上赛季被效力的比甲球队鲁汶租借到塞浦路斯的利马索尔竞技队效力,赛季后期沦为替补,去年夏回归鲁汶后被解约。去年12月武里南联签下托库,加盟后已在3项杯赛出场4次;武里南联的锋线新援履历都算不错。西班牙前锋鲁本·桑切斯来自乌兹别克斯坦的阿尔马雷克,赛季出场27次,9球5助攻。他曾在4个赛季的西乙经历,2023/24赛季还曾在亚冠出过场;丹麦中锋容克曾先后效力浦和红钻和名古屋鲸鱼,合计长达5年,去年因伤失去主力位置,随后被名古屋鲸鱼解约。容克2022年曾随浦和红钻踢了6场亚冠攻入3球。

泰超联赛、杯赛和东南亚俱乐部杯是跨年度赛制,武里南联一直保持持续的竞赛状态。去年10月中旬新帅马克·杰克逊上任后,虽然亚冠精英联赛首战客场1比2输给墨尔本城,但之后5项赛事合计23场仅输过两次。武里南联在国内3项赛事均保持争冠可能,在东南亚俱乐部杯,他们以小组第一出线。

杰克逊执教之后,武里南联依旧主打352或343阵型。近期的比赛,新援鲁本·桑切斯、托库和曼查均有出场,容克刚刚加盟,还需时间融入球队。

澳大利亚后卫古德、韩国后卫高明锡是防线核心,杰克逊也尝试了杜加尔、印尼外援沃尔什、黑山外援斯托伊科维奇、本土后卫潘萨和提拉通在防线轮流出场。塞尔维亚后腰乔乌西奇、奥地利的茹利兄弟和中锋比索利、泰国国脚边锋索帕猜,他们的中前场位置依旧稳定。

2月1日泰超对强敌曼谷联,新援前锋鲁本·桑切斯和后卫曼查首发,边路老将提拉通戴上队长袖标。2月4日东南亚俱乐部杯,武里南联6比0大胜菲律宾的宿务,这是对蓉城前的最后演练。从目前情况看,对蓉城一战,杰克逊的首发阵容不会有太大变化,首发11人将是门将埃瑟里奇、索帕猜和提拉通3位本土主力加上8名外援。



# 新锋线、新阵型 2026申花焕新出发!

特约撰稿/甘慧 2月10日晚上,申花焕新出发,开启全新的2026赛季。赛季首战的对手是日本町田泽维亚,比赛将在申花主场上海体育场进行。

## 两名新外援可出战

冬窗申花进行了人员调整。外援方面,盖伊、拉唐加盟,安德烈·路易斯、阿马杜离队,阿苏埃外租。国内球员的变化不是太大,俱乐部引进了中后卫杨帅,马镇回归,鲍亚雄、艾迪、戴伟浚离队。

3名新援都参加了球队的迪拜冬训并出战热身赛。只是,杨帅无法出战与日本町田泽维亚以及下周与泰国武里南联队的两场亚冠精英联赛东亚区小组赛。

亚冠规则规定:曾在小组赛中代表其他队伍上过场的队员,即便新东家为其报了名,也不能在剩余小组赛中代表其他球队登场。去年杨帅效力于成都蓉城时,在亚冠精英联赛东亚区小组赛中有过登场记录,因此他无法再代表申花出战剩余的两场小组赛。

至于拉唐和盖伊,都具备出场的资格。按照规定,本轮亚冠精英联赛小组赛前,报名窗口再一次打开,申花为新引进的盖伊、拉唐报名。盖伊和拉唐这两名新外援的表现,自然成了这场比赛的焦点之一。

上月底,球队结束迪拜冬训后有4天的假期。当初仅带了一个随身拉杆箱,从英国到位于迪拜的申花驻地报到的盖伊,随球队从迪拜来到了上海。他抓紧一切时间,为全新的申花生涯进行准备。拉唐也一样,没有去度假,随球队一起到上海的他,还利用假期专门前往

久事康桥体育基地加练。

两名新援都非常期待即将开启的新赛季。对于拉唐来说,申花赛季首战的对手町田泽维亚是自己比较熟悉的队伍。上个赛季,拉唐效力于大阪樱花时,在J联赛中町田两次交手都以失败告终,尤其是客场比赛,0比3大比分失利。作为上赛季J联赛银靴的拉唐,这两场比赛均首发出战,未能取得进球。至于盖伊,在布莱克本队被主教练伊斯梅尔长时间摺在板凳上,他十分渴望重新在赛场证明自己的能力。

## 全新打造的“433”亮相

上赛季尾声阶段,斯卢茨基就开始考虑新赛季放弃自己前两个赛季所坚持使用的“442”阵型,全力打造“433”阵型,以进一步提升队伍的攻击力。

经过迪拜冬训的打磨,全新的“433”阵容已经基本成型。米内罗与两名新外援盖伊、拉唐将组成申花全新的攻击线三叉戟。身高体壮的盖伊作为中锋,是申花在进攻的支点,拉唐和米内罗游弋在他的两边。通常,拉唐居左,米内罗在右,但两人也会根据场上情况进行换位。

阵型的改变,意味着锋线增加一个位置,中场减少一个位置,中场的人员竞争进一步升级。后腰位置,与俱乐部续约一年的李可,凭借上赛季的不俗表现,成为斯卢茨基的首选。其他两个位置,竞争堪称白热化。外援特谢拉、队长吴曦、国脚徐皓阳以及入选过国足的高天意、汪海健等,各具特点。从迪拜热身赛的情况看,特谢拉和吴曦目前在斯卢茨基的心目中排序相对更靠前一点。

至于防线,杨帅因为亚冠规则无法

出战,蒋圣龙伤病还在休养,中后卫位置人员比较紧张。迪拜冬训的热身赛中,斯卢茨基尝试让左边后卫陈晋一改打左中卫。从现在的情况看来,与町田的比赛,朱辰杰与金顺凯搭档打中后卫的概率更大。左右两个边后卫可能是陈晋一、马纳法。守门员基本上是租借回归的马镇。

由于朱辰杰、徐皓阳、马镇被国足抽调,他们全程缺席了球队的迪拜冬训,这对这套全新阵容的磨合,会带来一定的影响。

## 小组出线难度极大

去年,亚冠精英联赛东亚区小组赛进行了6轮激战。申花以1胜1平4负积4分的战绩,暂列第11名。申花距离第8名的韩国蔚山HD队有4分的差距,在小组赛仅剩两轮的情况下,申花晋级的难度可想而知。

申花本轮的对手町田3胜2平1负积11分,高居东亚区第2名。上赛季结束后,町田进行了一些人员上的调整,但从该队2026赛季的首战看,依然是颇具实力,他们在新赛季J联赛首轮客场击败了横滨水手。全场比赛,町田泽维亚队的控球率只有36%,但4次射正就打入3球,进攻效率极高。

申花在亚冠精英联赛东亚区小组赛中的最后一个对手是泰国武里南联队。2月17日,即大年初一,球队在客场挑战泰国武里南联队。

无论从积分还是对手情况看,申花想要晋级亚冠精英联赛下一阶段,存在着不小的难度。不过,球队仍会全力以赴,打好接下来的两场比赛。

## 町田泽维亚 进攻还得靠本土球员

撰稿/寒冰 町田泽维亚是2024赛季J1联赛最大黑马,当年的升班马竟然有22轮占据榜首的纪录,遗憾的是冲刺阶段有点后继乏力,最终排名第3,拿到2025/26赛季亚冠精英联赛参赛资格。去年町田泽维亚高开低走,最终仅拿到第6,不过他们赢得了天皇杯冠军,连续两年入围亚冠精英联赛。本赛季亚冠精英联赛町田泽维亚6轮战罢,目前排名东亚区第2,2月连续与上海申花和成都蓉城碰头,只需赢一场就可锁定晋级淘汰赛。

町田泽维亚冬窗人员变动不小,此前6场亚冠精英联赛4次首发的韩国前锋吴世勋,替补澳大利亚中锋杜克均离队,其他离队球员均非上赛季主力或主要轮换球员。町田泽维亚回收了上赛季外租的巴西前锋埃里克、智利前锋巴斯克斯,以及去年下半年留洋拉脱维亚联赛的本土前锋黑川淳史。又从苏超利文斯顿租借了澳大利亚高中锋延基,锋线人员还是充足。在防线,町田签下了湘南大海的韩国后卫金眠泰。

吴世勋和杜克在联赛和亚冠进球效率都不足,冬窗离队并不意外。去年被外租到神户胜利船的巴西前锋埃里克,J1联赛29场9球4助攻,亚冠3场1球2助攻,合计10球6助攻数据,相当出色。町田泽维亚将他召回,寄望能在新赛季提升攻击力。2月6日新赛季首战,埃里克梅开二度帮助球队客场击败横滨水手,状态不错。不过此前亚冠精英联赛他已为神户胜利船出过场,2月的两场亚冠精英联赛他将无法代表町田出战,对中超双雄而言是利好。

智利边锋巴斯克斯上赛季在J3联赛的藤枝14场6球2助攻,新赛季也被町田召回,但新赛季他恐怕还是只能从替补打起。身高1.97米的澳大利亚中锋延基是南苏丹与英格兰混血,他的哥哥库斯尼·延基已是澳大利亚国脚。延基曾先后效力于澳超、英甲、芬超和苏超,但进球效率并不高。单赛季联赛进球从未达到10球,在锋线更多起支点作用。

新赛季町田与大阪钢巴热身1场,新赛季揭幕战又击败横滨水手,两战攻入5球,攻击力有所改善。巴西外援埃里克和相马勇纪各入2球,队长中卫昌子源也有进球。

埃里克无法出战亚冠,延基是支点型前锋,町田要入球,需要依靠上赛季队内进球较多的本土球员——相马勇纪(12球)、西村拓真(9球)和藤尾翔太(8球),此外韩国边锋罗相浩也有一定的得分能力。但在亚冠精英联赛此前6场比赛,町田仅攻入8球,吴世勋和混血边翼卫望月海辉各入2球,居然已是队内进球最多的球员。

町田新赛季主力阵容调整不大,门将谷晃生、中卫队长昌子源、后腰中山雄太以及进攻端两翼的相马勇纪和罗相浩构成主力核心框架。

防线层面,以昌子源为核心,塞尔维亚外援雷舍维奇、冈村大八和望月海辉不断轮换。新援金眠泰成为防线上新的选择。

中山雄太在后腰有以色列外援拉维搭档,两个边路望月海辉、增山朝阳和林幸多郎是轮换主力,替换相马勇纪以及罗相浩。

去年最后两场亚冠精英联赛,主帅黑田刚在锋线尝试了仙头启矢和西村拓真的组合,如无意,对阵申花一战,锋线这个组合会继续使用。

# 谈未来,最好先拿下亚冠首胜

撰稿/程善 亚冠精英联赛东亚区小组赛前6轮战罢,海港以2平4负积2分的战绩,排名东亚区小组倒数第一,球队亚冠不胜的纪录不断增加。2月,海港将迎来亚冠小组赛最后两轮的较量,先后挑战韩国的江原FC和蔚山HD,这是关乎球队颜面与转型信心的“救赎之战”。海港能否破釜沉舟,终结亚冠不胜的尴尬,是比赛的最大看点。

## 引援体现清晰建队思路

1月,上海海港50多人的大团队去往多哈集训。回顾此次海外冬训,海港在体能储备、战术演练、热身赛实战三个层面都有收获。主教练穆斯卡特全程推行其标志性的“高压控球体系”,试图摆脱上赛季过度依赖核心外援的战术模式,打造全员参与的攻防体系。

海港在多哈先后与俄超豪门泽尼特、卡塔尔联赛劲旅阿拉比进行了4场热身赛,在多名主力队员和外援缺席的情况下,战绩并不理想。其中与泽尼特的两场,海港以1比4、0比6的比分惨败,累计狂丢10球。

与冬训同步的是重要的另一项工作——引援。

作为中超三连冠得主,海港阵容老化问题在上赛季初就已经被关注,长久以来组成球队主力阵容的“崇明一期”在体能储备与竞技状态上,已难以应对多线作战的密集赛程,加之核心外援集体离队,球队急需通过“换血”实现阵容的更新换代。按照计划,近两个赛季,海港俱乐部的引援与人员调整始终围绕“过渡时期全新配置”的战略,在兼顾当下竞争力的同时,对于未来发展的潜力尤为看重。

上赛季卫冕中超冠军之后,上海海港俱乐部对于2026年成绩的期待明显提高。在上赛季冠军奖杯收入囊中的同时,他们已经迅速启动了球队建队以来规模最大的阵容迭代与重构计划。截至2026年2月,海港在冬窗已完成6笔正式引援。不过海港的新老交替并非“一刀切”的清洗,而是以“自然过渡、保留经验”为原则,让功勋老将以轮换、传帮带的方式逐步淡出主力阵容。

从海港冬窗的引援位置来看,覆盖了右后卫、中场、前锋、左后卫等多个薄弱位置,且新援以23-28岁的当打之年球员为主,兼顾即战力与成长空间,其中本土U23国脚杨希的加盟,成为本次冬窗最重磅的引援,也被业内认定为“本土标王级”转会。

杨希体能充沛、擅长高位逼抢与边路折返跑,防守卡位精准,抢断能力突出,他是上赛季中超联赛的本土抢断王。他在进攻端还能完成精准传中与边路突破,完美适配穆斯卡特的“高压控球体系”。在海港队中,初来乍到的杨希也并不孤单,同为U23国家队成员的蒯纪闻已经晒出两人合照,欢迎自己的老朋友。

海港的其他引援各有侧重:喀麦隆后

腰让·克劳德补强了中场拦截与防守硬度,中国香港前锋安永佳提升了锋线冲击力,中场张源增强了球队的中场传球与组织能力,边后卫岳鑫与中前场“多面手”卢永涛,分别补强了边路攻防厚度与中前场储备。

海港的六笔引援并非盲目进补新鲜血液,而是针对上赛季及海外冬训中暴露的战术短板进行精准补充,而且新援都能快速融入穆斯卡特的战术体系,体现了俱乐部在过渡期有着清晰的建队思路。

在引援补强的同时,穆斯卡特也在冬训中进行了多轮位置试验,冬训期间也尝试了多种阵型,希望强化中场防守,激活边路进攻,实现攻防平衡。在穆斯卡特的理念中,位置调整的核心是让球员发挥最大的优势,同时增强球队的战术灵活性。球员若能适应多个位置,可以令主教练有不同的战术选择。当然,从冬训热身赛的表现来看,位置调整仍需时间磨合,中场防守的衔接、边路与中路的进攻配合等问题,仍需在正式比赛中持续优化。

## 莱昂纳多仍处于康复期

多哈海外冬训归来后,海港迅速将训练重心转向亚冠备战,训练期间重点围绕亚冠对手的特点进行战术拆解与针对性演练。

主教练穆斯卡特带领教练组反复观看了江原FC和蔚山HD的近期比赛录像,分析了两支球队的战术特点、核心球员、进攻套路与防守漏洞,并制定了相应的战术应对方案。针对韩国球队“体能充沛、边路速度快、高位逼抢凶狠、定位球得分能力强”的特点,穆斯卡特在训练中着重加强了球队的防守协防、攻防转换速度的演练。同时,球队还专门进行了定位球攻防的专项训练,弥补上赛季亚冠定位球丢球过多的短板。

硬实力对比而言,海港与两支韩国球队存在差距,这种差距不仅体现在球员个人能力和球队身价上,更体现在比赛节奏、对抗强度与战术执行力上。海港在冬训期间体现出来的短板是控制比赛节奏能力偏低以及不擅高强度对抗,这正是韩国球队的长处。

冬训中受伤的克劳德已开始恢复合练,蒋光太也已随队参加部分对抗训练,蒋光太的肌肉拉伤尚未痊愈,能否首发出战仍存疑,克劳德尚未达到最佳竞技状态。攻击端核心人物莱昂纳多进行了膝盖手术,目前仍在康复期。面对晋级无望的局面,主教练穆斯卡特似乎并没有一定要派上所有主力球员的理由。

亚洲赛场的比拼,是上海海港迈向顶级强队的必经之路,在亚洲赛场上暴露了球队的诸多问题,让球队认清了与亚洲强队的差距,为后续球队重构提供了参考方向。



## 韩国双雄

### “最佳”归队,战力提升

撰稿/寒冰 海港在亚冠精英联赛小组赛阶段最后两场比赛的对手均来自韩国,分别是江原FC与蔚山HD。

#### 江原FC 上赛季最佳新人回归

江原FC是亚冠精英联赛前6轮表现最差的韩国队伍,排在东亚区第9位。江原FC冬窗引援不算理想,12名新援半数以上是U18以下新人。只有以色列前锋赫莱海勒、波兰超扎布热矿工租借的中场高映竣和水原三星年轻门将金廷勋可以算是较知名的队员。

江原FC多达17名球员在冬窗离队,大部分不是上赛季球队主力,但不少球员参加了亚冠精英联赛,包括对申花和蓉城戴上队长袖标的中场金康国,还有巴西前锋加布里埃尔、奥利维拉以及中场金大宇和门将李光渊,对申花上演传射的边锋具本哲以及33岁老将尹日录。

江原FC队内目前仅有黑山中卫图契和以色列前锋赫莱海勒两名外援,多达25名U23球员,U20新人有16人。30岁以上老将只有门将朴青孝、边后卫洪喆和前锋金健熙。年初在土耳其安塔利亚集训拉练,江原FC打了5场热身赛,成绩是1胜1平3负。

热身赛进球分别来自金健熙、朴相赫、金大元和新援高映竣。高映竣很快融入球队,状态出色。新援赫莱海勒上赛季上半程在格鲁吉亚联赛12场5球1助攻,进攻效率尚可。前锋金道现、后卫赵炫泰和信敏河因参加U23亚洲杯较迟才归队,与球队合练的时间并不多。

目前只有7分的江原FC若想出线,最后两轮需要至少拿4分,甚至全胜。

对海港的比赛,江原FC在防线使用身高1.90米的黑山中卫图契与信敏河搭档首发无悬念。进攻端还是主要依靠金健熙、朴相赫、金大元和李承元的组合。上赛季K1联赛最佳新人李承元,去年在金

泉尚武服役后回到江原FC,对球队进攻端是有力补充。教练郑喆镐表示球队基本保住上赛季主力阵容,新援融入也较理想。目标就是连续3年在亚冠出线,对海港一役是志在必得。

#### 蔚山HD 联赛MVP归队

蔚山HD上赛季三度易帅,最终仅获得K1联赛第9名,创2000年(第10名)以来最低。新赛季球队聘请全南天龙主帅金铉锡执教,从K2联赛首尔衣恋签下巴西边锋佩德里尼奥,回收5名外租球员,包括去年夏租借至浙江队的巴西中锋亚戈,他在14场中超交出了10球1助攻的数据。回收的还有沈相旼(光州FC)、李奎成(水原三星)以及帮助富川1995击败水原FC升上K1联赛的边路好手张时荣。

蔚山HD放走了瑞典中场路德维希松、委内瑞拉中场拉卡瓦、上赛季主力攻击手严元相、老将郑又荣、金敏赫、李青龙等人,后卫朴炯叙、前锋尹宰哲则去了金泉尚武服役,中场高丞范因假期问题与俱乐部发生冲突,执意转会。

目前蔚山HD有6名外援,后卫特洛伊克(波兰)、中场博亚尼奇(瑞典),锋线佩德里尼奥、亚戈、法里亚斯和曾效力武汉三镇的马尔康都是巴西人。此前两个赛季在金泉尚武效力服役的李东灵,去年10月退役后回归,对蔚山HD帮助不小。李东灵连续两个赛季入围K1联赛最佳阵容并拿到上赛季K1联赛MVP大奖。

蔚山HD此前在阿联酋集训,曾于1月20日与申花打了一场热身赛,最终2比1取胜。李东灵、亚戈等球员归队,对蔚山HD的攻击力有较大提升。

蔚山HD目前积8分,要想出线,最后两战均要争取拿分,才能掌握出线主动权。最后两战取分的希望就落在李东灵和亚戈身上了。

# 中超冬窗外援市场观察 性价比之上再优选

**撰稿/寒冰** 中超冬窗2月27日才关闭,但截至2月8日,中超16队外援引入基本接近尾声。上海海港、上海申花、成都蓉城、天津津门虎、云南玉昆、北京国安都已集齐5外援(国安可能会有个别外援置换调整),其余10支球队只差最后1名外援尚待确定。德国转会市场网站统计:目前中超冬窗外援投资额808万欧元(注:以下货币单位均为欧元),比去年整个冬窗(824万)减少了16万。随着购买力较强的球队基本完成外援引入,今年冬窗关闭时外援投资额增加值将非常有限。

不过,中超球队引入外援的数量反倒比去年有所增加。目前中超已引入35名外援(包括先租借后买断外援),冬窗关闭时这个数字至少会增加到45人,将超过去年冬窗的40人。投资总额下降,引入人数增加,意味着低成本甚至零成本外援的增多,性价比成为今年各队引入外援更看重的原则。

## 投资总额持平

去年冬窗中超外援总投资824万,仅有达万(125万,北京国安)和基莱斯(100万,天津津门虎)转会费达到100万量级。此外,米内罗(上海申花)、莱昂纳多(上海海港)、布彭扎(浙江队)和马德鲁加(山东泰山)4人转会费达到50万级别。6名转会费超50万的外援,转会费总额占冬窗外援总投资的68%。中超各队引援投资,整体呈现分布比较分散的格局。

今年冬窗中超外援投资额目前为808万,转会费达100万量级4人:上海申花独占两人——巴西边锋拉唐(200万)和塞内加尔中锋盖伊(115万)的转会费高居前二,菲尔米诺(100万,武汉三镇)、韩国后腰朴镇燮(100万,浙江队)紧随其后。4位“头部”外援就占目前中超全部外援投资额的63.7%。转会费超过50万的还有瓦吉奇(93万,辽宁铁人)、谢蒂内(70万,天津津门虎)、加布里埃尔(60万,上海海港),以上7名外援分布于6家俱乐部,占目前外援全部投资额的91.3%。

去年中超转会费低于50万的外援,合计产生了264万转会费。但今年截至目前,转会费低于50万的外援,合计仅产生了70万转会费,意味着更多俱乐部引入的是不产生转会费的自由球员或租借球员。去年中超冬窗40名新外援中有23人是免费加盟,占全部外援的57.5%,覆盖12家俱乐部。今年冬窗中超已有35名新外援,其中24人是免费球员,占全部外援的68.6%,覆盖11家俱乐部。

去年中超仅有4家俱乐部冬窗引入外援的转会费支出为零,今年目前已有至少8家俱乐部冬窗引入外援的转会费支出为零,占据半壁江山,其中包括成都蓉城这样的财力相对雄厚的“顶层”俱乐部。今年引援质量明显好于去年的深圳新鹏



■如无意外,今年中超冬窗外援身价标王将是辽宁铁人的热菲尼奥。

城,两名新援也是免费。保级球队之中,青岛海牛和重庆铜梁龙各自引入4名新外援,是中超单队引入新外援数量最多的球队,均没有产生转会费开支。

今年冬窗更多外援以免费形式加盟中超,在全部外援中的占比也在持续上升。鉴于随后中超至少还有10名外援加盟,且大部分集中在中下游球队,免费外援的人数和占比还会继续增加。虽然目前中超的冬窗标王(拉唐,200万)超过去年的达万(125万),但实际上冬窗转会投资总额却呈整体下降之势。

## 外援身价上升

虽然今年冬窗中超的外援转会费总额与去年基本持平甚至可能会减少,但新外援的身价却普遍上升。去年冬窗中超有15名新外援身价在100万以上,最高的是莱昂纳多(400万,上海海港),布彭扎(330万,浙江队)紧随其后,维塔尔(上海海港)、里切利(青岛西海岸)、阿齐兹(青岛西海岸)身价均为250万。

今年中超冬窗目前引入的35名新外援,身价达100万以上的就有20人。升班马辽宁铁人的巴西边锋热菲尼奥(450万)是目前中超冬窗身价标王,超过去年的莱昂纳多(400万)。热菲尼奥是辽宁铁人从巴甲豪门博塔弗戈租借而来,租借费仅30万。身价紧随热菲尼奥的是拉唐(300万,上海申花),然后是瓦吉奇(辽宁铁人)、盖伊(上海申花)和菲尔米诺(武汉三镇),身价均为250万。

去年冬窗15名身价在100万以上的外援,分布在10家俱乐部,今年冬窗20名身价100万以上的外援,分布在13家俱乐部,只有河南、青岛海牛没有身价达100万的新外援(山东泰山留用4名外援,尚未引入新外援不计入在内)。即便是8家新外援转会费为零的俱乐部,成都蓉城(茹萨、索罗金)、青岛西海岸(阿齐兹、梅米舍维奇)、云南玉昆(卡约)、大连英博(斯坦丘)、深圳新鹏城(阿代米)和重庆铜梁龙(迪马塔),都有身价100万以上的外援。

而随着高身价外援的加盟,多支中超球队的总身价都有上升:青岛海牛从121万增至384万,增加了3.17倍;武汉三镇从年初的230万飙升到现在的695万,增加了3倍;重庆铜梁龙从347万升到689万,几乎翻倍。此外大连英博(36.7%)、青岛西海岸(24.9%)都有超过20%的大幅增长。而且上述球队均还有1名外援尚未确定,总身价还会进一步上升。

中下游球队引入外援更看重性价比,在总身价上逐渐缩小了与前列球队之间的差距。年初总身价最高的上海申花(1741万)是最低的青岛海牛(121万)的14倍,另有5队总身价不足500万。但目前总身价最高的上海海港(1570万)仅是最低的青岛海牛(384万)的4倍,中超也仅有两队总身价低于500万。而随着青岛西海岸(496万)签下最后1个外援,总身价也将超过500万,他们与顶级的上海双雄差距只有3倍。

## 新外援,老熟人

**撰稿/寒冰** 今年冬窗中超新外援的分布相比去年更均衡,考虑到赛季开始阶段各队积分就不在同一起跑线,新外援的实力很可能会改变中超格局。目前冬窗身价之王居然出在升班马辽宁铁人(热菲尼奥,450万),与去年冬窗身价王莱昂纳多(400万)在卫冕冠军队中就形成了鲜明对比。此外,迪马塔(280万,重庆铜梁龙)、瓦吉奇(250万,辽宁铁人)、菲尔米诺(250万,武汉三镇)、斯坦丘(200万,大连英博)、卡约(200万,云南玉昆)这样的高身价外援都在中下游球队,若能发挥得当,或许会在新赛季带给球迷更多惊喜。

辽宁铁人从巴甲豪门博塔弗戈租借的边锋热菲尼奥,去年因伤直到下半年才逐渐打上主力。热菲尼奥曾效力法甲豪门里昂,可以胜任两个边路甚至中路的进攻角色。来自瑞典豪门哈马比的中卫瓦吉奇,曾多次为瑞典U21国青队出场,也将是新赛季辽宁铁人保级甚至冲击上半区名次的防线核心。本赛季上半程效力圣克拉拉的后腰菲尔米诺是葡超级别中场,还参加了欧协杯预选赛,理应能让武汉三镇的中场防守提升一个档次。

云南玉昆早早签下的巴西后腰卡约,去年在巴乙联赛出场28次,交出5球2助攻的成绩,实力有目共睹。卡约的加盟,使云南玉昆从防线到锋线整条中轴线都有外援坐镇。卡约能否踢出优于前外援内内的表现,尤其赛季后程对防守端的帮助,将很大程度决定云南玉昆的赛季积分与排名能否超越上赛季。

如今各俱乐部不仅看重外援的性价比,还看重他们对中超的熟悉程度。冬窗中超不少外援都是内部流转,去年就赢得认可的加布里埃尔(上海海港)、阿齐兹(青岛西海岸)都是从租借变为转会。成都蓉城分别从青岛海牛和上海海港签下席尔瓦和茹萨,寄望于他们丰富的经验可以帮助球队提升攻防两端的表现。本赛季期望有所作为的深圳新鹏城,签下阿代米(天津津门虎)和奥乌苏(浙江队)两位中超当打的“熟人外援”,球队边路得到了充分补强,可以为韦斯利输送更多“弹药”。

古斯塔沃也从上海海港转道河南,虽然其身价因上赛季程未在中超注册而降到70万,但其实力是高于身价的,上赛季上半程他在国内3项赛事16场10球4助攻,今年季前赛状态也非常不错。身为升班马的重庆铜梁龙,同样签下阿马杜(上海申花)和恩加德乌(北京国安)两位中超老熟人,寄望于他们出色的身体素质和战术意识能帮助球队成功保级。

斯坦丘曾作为中场核心为武汉三镇夺得中超冠军立下头功。如今他重返中超加盟大连英博,对大连英博上赛季不够强势的进攻端势必会有提升。虽然本赛季在意甲出场时间有限,但斯坦丘已在中超和沙特联赛证明过自己。此外,波黑国脚级中卫梅米舍维奇与斯坦丘一样重返中超,加盟青岛西海岸。可以说,本赛季中超一定程度上,还是熟面孔外援的再较量。

# 中超重现海外拉练热潮

记者鲁蜜报道 今年冬训,14支中超球队和部分中甲球队走出国门,前往海外拉练,其中中超球队数量创近年新高。这一变化既体现了中超俱乐部对冬训的重视,也折射出中国足球正在恢复“正常”。

## 【拉练】14队走出国门

据统计,今年中超有14队选择走出国门,到海外拉练,占比高达87.5%,创近年新高。目前,不少海外拉练的球队已经进入尾声,其中海港、申花和蓉城由于有亚冠精英联赛任务,所以在第一阶段就选择了走出去,1月底已经回国备战。3支球队虽然在亚冠精英联赛战绩不佳,但可作为新赛季磨合阵容的重要机会。其他球队则是第一阶段在国内拉练,然后赴海外进行战术演练以及热身赛。

今年中超球队前往东南亚和中东地区的居多,其中泰国曼谷、清迈有6支中超球队,分别是国安、铜梁龙、河南队、三镇、新鹏城、铁人。

泰国气候适合(1-2月平均气温25-30℃)、训练设施完善,热身对手多,相关费用不高,近十多年来一直都是中超球队的热门冬训地。值得一提的是,泰国有关方面会为中超球队提供定制化的热身赛安排,能够满足球队的多种需求。

中东地区的阿联酋,今年同样有6支中超球队参加冬训,分别是申花、蓉城、玉昆、西海岸、浙江队以及英博。阿联酋的基础设施世界一流,尤其是迪拜和阿布扎比的训练基地,常年吸引全球众多球队冬训,能够为中超球队提供多元化的热身选择。

同样在中东地区冬训的,还有海港,他们选择了卡塔尔的多哈。

津门虎是唯一一支前往欧洲冬训的中超球队,他们在第二阶段前往西班牙,这也体现了俱乐部资金稳定,以及寻求更高水平对抗的意图。

不过,在出国拉练成为热门的情况下,有两家俱乐部选择了留守国内,分别是泰山和海牛,两队都受制于资金情况,略有不同的是,海牛第一阶段冬训是在昆明海埂基地,原本打算前往泰国进行第二阶段训练,但由于预定时间较晚,泰国地接已处于饱和阶段,只能作罢。

## 【热身】质量与数量并重

中超球队海外冬训,不仅球队数量增加了,而且冬训质量有所提升。球队不再满足简单的“打卡式”拉练,而是要真正有所提升,球队希望通过与亚欧高水平对手的对抗寻求突破,这标志着中超俱乐部的理念在转变,也更专业。

蓉城、申花和海港均已结束拉练,返回国内备战亚冠精英联赛最后两场比赛。拉练期间,蓉城与俄超、乌兹超球队进行了5场热身赛,取得2胜3负的战绩;海港与俄超球队泽尼特进行了两场热身赛,分别1比4和0比6不敌对手;申花在迪拜打了4场热身赛,战绩是3平1负,其中1比2不敌蔚山HD。



■申花和蔚山HD热身。

在泰国的几支球队,升班马铁人的热身赛安排得很密集,1月24日开始就在泰国约上了对手,目前已经打了5场,分别是5比0击败韩国博乐大学,2比2战平K3球队庆州水利,0比4不敌K2球队水原FC,5比4击败泰国农业大学,5比1击败泰国暖武里府。从铁人的热身赛节奏可以看出,初期以适应性比赛为主,选择实力相对较弱的对手,随着磨合深入,对手实力逐渐增强。

同样是升班马的铜梁龙,第一期在海口训练,以全华班阵容和国内球队打了3场热身赛,到了泰国后前期还是全华班,打了两场热身赛,分别1比1战平K1球队FC安养,0比0战平泰超球队罗勇。外援到队后,2月7日,他们和K2球队水原FC进行了热身,30分钟后开始上外援,与对手0比0战平。2月8日以及13日,他们和河南队以及深圳青年人两支球队热身。

新鹏城是2月1日在泰国曼谷开始的第二阶段冬训,由于人员变化很大,主帅陈涛希望用热身赛考察球员,5日,球队与泰超球队泰港打了一场,0比1告负。9日,他们将和国安热身,13日计划与K2球队坡州开拓者比赛。

河南队是冬训收假最晚的,在昆明的第一阶段冬训时,他们已与多支国内球队打过热身赛,2月2日到泰国进行4天训练后,6日与泰超第七的阿育他亚联进行热身赛,2比1战胜对手。8日与铜梁龙热身,13日对手待定。

与河南队情况比较相似的是三镇,同样在昆明打了多场热身赛,到了泰国后安排了3场热身赛,和韩国坡州开拓者的比赛,双方0比0战平,剩余两场比赛,分别是11日对阵K2球队华城FC,13日对阵国安。

国安2月6日和K2球队华城FC战成1比1,其后,他们将和新鹏城、三镇热身。

在中东地区拉练的几支球队,西海岸打了两场热身赛,结果1比1平乌拉尔图,0比2不敌罗斯托夫。

浙江队计划打5场比赛,对手分别是莫斯科罗迪纳B队、陶里亚蒂阿克隆、乌拉尔图、罗斯托夫以及阿斯塔纳,目前已经打了3场。

英博在海口冬训期间打了4场热身赛,取得全胜的战绩,到了阿联酋后,他们已经打了3场比赛,分别是0比6不敌FC首尔,0比1不敌阿治曼,0比1不敌莫斯科科斯巴达,他们计划在10日和陶里亚蒂阿克隆再打一场比赛。

唯一赴欧洲集训的津门虎已经打了两场比赛,0比3不敌乌克兰球队克里沃罗格克里夫巴斯,0比5不敌埃尔切,后续还有3场热身赛。

从约战情况看,如今的中超各队,更多根据自身战术需求选择对手。而在过去,他们热身对手可选性不多且水平参差不齐,难以达到预期的效果。从目前的反馈来看,多支球队认可热身赛的效果。

## 【升温】多重因素共同作用

除海牛和泰山外,中超14队选择海外拉练,这并非偶然现象,而是多重因素共同作用下的结果,反映了中超俱乐部在运营理念、竞技追求和战略布局上的新变化。

首先是经济环境好转,海外拉练重新火热。经历行业调整后,中超俱乐部投资从重金投入转向务实高效,成本效益平衡成为核心考量。泰国、中东等目的地凭借适宜的气候、完善的设施,以及远低于欧洲的落地成本,成为高性价比之选。据悉,前往泰国冬训成本仅为欧洲的1/3,且同

一区域的球队可以资源共享,甚至有分摊训练、后勤费用的可能性。

其次,竞技层面的需求,是海外拉练的核心动力。近两年,中超竞争愈发激烈,保级和争冠往往撕扯到最后,球队的实力差距在逐步缩小。传统强队需通过海外拉练完成新援磨合、战术升级。国安、海港通过与韩职联、俄超球队的高强度对抗,打磨阵容并发现问题;铁人、铜梁龙作为升班马更需要借助海外热身,快速适应中超的比赛节奏与对抗强度,同时完成体能储备与阵容磨合。此外,海外拉练也为各队的年轻球员提供了锻炼的机会,也给了各队主帅发现人才的机会。

泰山、海牛留守国内,也是理性的选择,也让中超冬训布局更具多元化。

整体来看,中超俱乐部的海外拉练热潮,不仅是备战方式的转变,更是新时期中超各队寻求突破,更有追求的体现。

可以说,俱乐部的运营理念、教练团队的专业能力、球员的竞技视野都在转变中得到提升,而热身赛对手类型增多,意味着中超俱乐部不再满足于圈内竞争,而是希望在与强手的对抗中寻找自身不足,寻求突破与成长。



■铁人和韩国球队庆州水利热身。

# 青少年冬训凸显“两新一老”

记者陈永报道 时隔11年,中国足协在漳州再次组织了青少年足球冬训,11支队伍的近400名球员、教练及工作人员参加。除了中国足协组织的冬训外,从去年12月底一直到春节后,广东、海南、云南、广西、福建、江西等地都组织了不同形式的冬训及赛事交流。

除了中国足协出面外,频繁的国际交流比赛成了今年冬训的另一亮点。本报在江西省赣州市定南县主办的中韩青少年足球精英对抗赛,中韩球队间的对决场次达到了35场。而在广东等地,多个国家的青少年球队也在和中国青少年球队全面交锋。

冬训年年有,今年大不同。官方再次组织冬训,让冬训工作尤其是保障体系更加完善,更频繁的国际交流则全面促进了中国青少年足球的技战术水平提升。

## 【新变化】

### 足协再次组织冬训

本次冬训是自2014年以来,时隔11年首次由中国足协统一组织,标志着青训业务的全面回归,更是坚持政府主导,以青训为战略突破口的务实行动,也是贯彻落实全国足球工作会议精神的重要体现。

中国足协邀请了2025年第四届中青赛U13、U15、U17组别前16名队伍及青少年锦标赛U14、U15、U16组别前4名队伍参训,筛选后确定了11支队伍,近400名球员、教练员及工作人员参训。最终,参加此次冬训的队伍为U13年龄段:长沙麓山国际、泰山、二零二八李松萌;U15年龄段:泰山U15、泰山U14、深圳青年人;U17年龄段:天津体校、泰山、历城二中、长沙麓山国际和深圳足协。

本次冬训,中国足协提供了补贴,补贴标准为100元/天/人,此外,还邀请了高水平专家参与冬训工作,除了李晓光(前国足领队)、张宁(前国少主帅)、李春满(北京体育大学)和刘智宇(恒大足校)外,还包括特邀授课专家董午志、区楚良、魏新、曹限东、杨健铭、刘嘉俊、黄展煜等。

培训课涉及的内容包括:(一)鲁能泰山U14主教练华爽主持的实践示范课,以“前场进攻”为主题,通过现场示范引导球员在模拟比赛场景中提升球员边路及中路进攻配合能力;(二)苏炳添速度研究与训练中心理论及实践课,紧密围绕球员所处年龄段的身体特点,介绍了提升球员速度和耐力等关键身体素质的训练方法;(三)区楚良进行了现代守门员选材及阶段培养理论课,介绍了守门员选材需注重



漳州冬训,冬训办公室为表现突出的人和队伍颁发奖励证书。



11年后,中国足协再次在漳州组织了青少年足球冬训。

多元性,且在培养过程中应抓住各年龄段发展敏感期,兼顾男女发育差异实施针对性训练;(四)为从技术层面提升青少年足球训练的科学性与高效性,助力教练团队实现精准化训练与科学化研判,冬训期间特邀数据公司与参训教练员开展专项分享,课上多数教练员提出目前面临的一大问题是如何解读体能及技战术数据,使之可以更好地指导训练比赛。

冬训严格执行包含早操的一天三练模式,其中早操重点抓球员技术训练与队伍作风建设,所有队伍均安排十二部位颠球、八字动态颠球、运球与定点射门训练,并完成上述内容测试,经与球员及教练员沟通,早操训练对于球感及基本功提升有很大帮助。

## 【新亮点】

### 更多国际比赛交流

中国足协组织的漳州冬训为期6周,前4周各支队伍自主训练,其间由冬训办公室专家组提供技术支持,后2周完成冬训内部比赛,设置两个大组完成冬训内部比赛,即U13/15组与U17组。

其中U13/15组为单循环赛,完成了10场比赛,U17组为小组赛加排名赛模式,完成了20场比赛。泰山U13队、长沙麓山国际U13队、泰山U17队、历城二中U17队和天津U17队分为AB组,总计8支球队完成了20场比赛。

在其他地方进行冬训的队伍,比赛也非常频繁,这也是往年冬训的常态所在,即完成体能储备、基本技战术演练和比赛技战术提升。

今年冬训的最大亮点在于,国际交流比赛越来越多。1月10日到20日,由中国足球发展基金会支持,本报和定南县政府联合举办的中韩青少年足球精英对抗赛,中韩球队间的对抗高达32场,此外,中韩球队还有3场热身约战。本次比赛囊括了

恒大足校、三镇、浙江、海港、蓉城、铭途等国内优秀的职业俱乐部梯队,以及部分省、市青训中心队伍,韩国球队则包括仁川联、城南FC和龙仁FC三支职业俱乐部梯队和华城地方足协梯队。

目前正在进行的“健力宝杯”邀请了韩国、泰国、印尼、越南、哈萨克斯坦的球队和中国青少年球队进行较量。

可以展望的是,从2026年开始,中国足球的冬训,包括职业足球的冬训和青少年足球的冬训,规格将越来越高,保障将越来越完善,高质量的国际比赛也会越来越多。中国足球需要通过冬训提升基本技战术能力和身体素质(包括体能和力量等等),同时通过更频繁也更高质量的中外交流,让中国青少年足球的技战术水平和国际主流的强对抗快节奏趋势加速靠拢。

## 【老问题】

### 基本技术能力不足

中国足协组织冬训的另一大优势在于,邀请体育总局科研所测试团队在冬训初期和后期进行了相应的测试,包括身体形态、30m跑、箭头跑、纵跳与YOYO测试等内容,也是对当前中国2009年龄段、2011年龄段和2013年龄段青少年足球运动员技术和身体素质层面的一次大摸底。数据显示,本次冬训大部分球员在多项指标上有所提升,但总体情况不容乐观。

技术能力测试包括十二部位颠球(套)、八字动态颠球(分数)、运球测试(秒)以及射门测试。在十二部位颠球测试中,以两次测试的最好成绩作为基准,参加测试的251名球员,有多达143名球员无法完成1套十二部位颠球(占比高达56.97%),如果仅进行一次测试,这个比率会大幅度增加。

此外,79名球员完成了1套十二部位颠球,完成1套以上的只有29名球员,完成6套及以上的仅4人:泰山U13队的白

诚恒完成了20套,崔恩哲和刘铭灿完成了15套,深圳二零二八李松萌U13队的韩辰曦完成了14套,泰山U13队的刘璟弋完成了10套。

球队层面,参加测试的11支球队,多达9支球队的不及格率在50%以上,2支球队的不及格率超过80%,泰山U13队表现最好,优秀率(2套及以上)达到了36%,泰山U14队的不及格率最低,为19.05%。

运球测试的情况也颇让人忧虑,优秀率超过20%的只有泰山U13队36%(不及格率8%)、泰山U14队33%(不及格率10%)、泰山U15队25%(不及格率35%)和长沙麓山国际24%(不及格率29%)。

射门测试中,除了泰山U15队优秀率30%、泰山U17队优秀率24%之外,其他9支球队优秀率都没有超过20%。

身体素质测试方面,引体向上测试,平均值只有4.474个,有众多的队员无法完成1个,或者只能完成1到2个。

YOYO测试小年龄段情况还不错,如13岁的优秀标准是1480米,泰山U13队均值为1898.462米;14岁的优秀标准是1640米,泰山U14队均值为2175.556米。

大年龄段球队体能情况一般,15岁的优秀标准是2050米,泰山U15队均值最高,但2044.444米仍旧没有达到优秀标准,有球队均值低至1310.909米。17岁的优秀标准是870米(另一套模式),泰山U17队均值最高,但778.333米和优秀标准也有较大差距。

总体而言,基本技术能力测试和身体素质测试的结果不容乐观,相比较而言,越小年龄段的情况越好,2013年龄段优于2011年龄段,2011年龄段又优于2009年龄段。这样的结果也凸显了冬训的重要性,此外,日常训练中各队的训练量、训练强度以及训练模式都需要提升,至于技术层面的提升,除了正常的训练之外,更需要专项训练及球员积极主动的加练。

# “我无法定义内心是否强大，把正确的事坚持下去就行了”

记者鲁蜜报道 从中冠起步，历经中乙、中甲的历练后，李镇全即将和重庆铜梁龙一起接受中超的“质检”，在这之前，李镇全随U23国家队夺得U23亚洲杯亚军，以热血和拼搏为中国足球的2026年开了好局。

作为一名土生土长的重庆人，李镇全揣着对家乡足球的赤诚与担当，凭着不服输的拼劲站上一级级更高的舞台。面对下月即将开打的职业生涯首个中超赛季，李镇全说自己做好了竞技准备，希望能脚踏实地地在中超站稳，继而踏进梦想中的国家队。

## 关于 U23 亚洲杯

差距很大，赶上需走很长的路

《足球》：刚刚结束的U23亚洲杯，你们拿到了亚军，这是中国U23队在这项比赛中的历史最佳成绩，创造了中国足球的一项历史。现在回想整个赛事，最让你难忘的瞬间是哪一个？

李镇全：最难忘的就是拼完每一场的那种冲击感。这次征程挺漫长的，从广东肇庆集训到阿联酋再到沙特的利雅得、吉达和达曼，一路走下来很不容易。

刚开始集训的时候，你们有没有想过自己会走到赛事的最后？

刚开始真没想到能走到最后。在广东集训时离比赛还有一个月，那时候想得不多，训练主要是调整身体、磨合队伍。大家都清楚往届国字号在亚洲赛场的成绩，也了解我们这支队伍的水平，之前和亚洲强队交过手，我们对对手和比赛难度有了清晰认知，心里有数，也就不会对比赛感到迷茫，也不会因为历史成绩而感到压力。

决赛中不敌日本队，你赛后说“恨自己不够强大”，那种无力感是怎样的具体感觉？当站在决赛赛场和亚洲顶级强队交手时，你最直观的差距是什么？

其实还是想做很多事情，但这种无力感已经不是靠多跑一步，或者努力多一点就能达到的东西。现实差距很大，如果要赶上这种差距，让我们在比赛中运用自如的话，明显需要很长一段路要走。最直观的感触就是，好像别人踢的足球跟我们不是同一种，他们的攻防节奏和对抗，或者说在不同场景下合理运用技术、身体的做法都很强，比如我们也是对位防守，对面也对我们做了专门研究，但上场一交手他们把我们压制得难以喘息，再加上我们早早丢球，整体压力是巨大的。

整个赛事你几乎全勤出战，高强度的密集赛程对体能、心态都是巨大的考验，有没有哪一场比赛结束后，你觉得自己的身体或心理达到了极限？

打乌兹别克斯坦那场，印象特别深！下午的比赛特别热，我们上半场基本全程防守，大多时候都处在无氧状态中拼。532的阵型要求我们两个中场的移动覆盖面积本



本版照片由受访者提供

《足球》VS 李镇全

更淡定地面对比赛中的各种情况，这份心理上的提升对我来说格外重要。

## 关于中超

希望我的表现能被国家队看到

《足球》：去年11月，铜梁龙冲超成功，你对着镜头喊出“中超，重庆回来了”，也罕见地哭了，那一刻你脑海里闪过的第一个念头是什么？

李镇全：那一刻就觉得终于做到了，太不容易了。前年冲超时，我们本来有大优势，最后却遗憾错失，之后身边一起征战多年的队友也陆续离开。去年广州豹一直咬得紧，那段时间压力特别大，甚至不敢想如果冲不上去还要踢中甲的日子。最后一场比赛正胶着时，我听到上海球迷喊广州豹领先了，那时说不慌是假的，都到最后关头了，我们只能拼尽全力去冲。终场哨响起的那一刻，听到球迷的欢呼声时，突然觉得做成了这件事。当时整个人是既兴奋又恍惚的，脑子里既清晰地回想到一路的经历，百感交集，又仿佛一片空白，感觉特别梦幻。

重庆足球低潮多年，你们从中冠起步重返中超，作为一名土生土长的重庆足球人，你觉得这支“草根军团”能完成逆袭，最核心的力量是什么？

我觉得核心是俱乐部团结稳定，不冒进，投入稳，队里又有很多重庆本土球员。我生在重庆长在重庆，小时候妈妈常带我去奥体看力帆的比赛，那时就觉得能为家乡踢球是一件特别光荣的事，也盼着有天自己能做到。如今刚好赶上机会，能为重庆足球重返中超出一份力，我们这批球员是抱着豁出去的决心去拼，这就是最核心的力量。

你从小看着家乡足球起起落落，如今能代表家乡球队征战中超，那“为重庆而战”的责任是让你多了一份不一样的压力，还是动力？

压力倒还好，能为家乡重庆踢球，对每个重庆球员来说都意义不同。重庆球员大多有这份为家乡效力的情怀，为“重庆而战”的拼劲会格外强烈。

冲超成功后，很多重庆球迷都在为你们欢呼，为你们骄傲，大家都期待着重庆足球能在中超重新绽放光彩，你想对一直支持你们、支持重庆足球的球迷说些什么？

首先特别感谢球迷的一路陪伴，不光主场，客场也总能听到重庆球迷的呐喊与助威声。其实我们和球迷本无血缘，大家因共同的热爱与责任而结缘，爱着足球、爱着重庆队。不管是远赴延边这样遥远的客场，还是我在国字号征战时，总有热心球迷不远万里支持，每次看到他们都特别感动，都是让我铭记心间的温暖。

今年是你职业生涯中第一次征战中超，和你之前经历的中乙、中甲以及U23亚洲杯相比，你觉得中超的比赛强度、对手实力会有哪些不同？你有没有做好相应的准备？

心理上我已经做好了充分准备，也有清

来就大，体能消耗特别大，当时感觉身体都到极限了，可转过头一看比分牌，时间才刚过去十几二十分钟，却像过了很久一样，现在想起来都挺感慨的。

球队的“以下范上”庆祝手势出圈了，是谁带动全队一起使用的？这个手势背后，藏着你们这届U23球员怎样的底气和不服输的态度？

这是赛前的一个约定，我和老蒯、钰栋他们说赛后要拍一个合照，没想到拍的时候大家都在旁边，结果就拍成了大合照。当时大家一起做了这个手势，这个手势背后的意思，代表的是一种精神，就是不服输、敢打敢拼的精神。

和发小向余望一起入选U23国足，一起征战U23亚洲杯。你俩长达12年的情谊和默契，在国家队的比赛中有哪些具体帮助？

我们俩在一起踢球12年了，队里没有任何人比我们搭档更久，所以我俩的场上默契特别足，他的跑位，我的传球，一个眼神就秒懂。我就比他大两天，两家关系也特别好。之前他从国字号回来，联赛踢丢点球

陷入了低谷，别人都让我去安慰，我也说过几句，但其实职业球员到这份上，很多坎终究得自己去跨，别人说多了反而会加重他的心理负担，果然后面他进球了，状态一下子就全回来了。

你对这个行业的感悟还挺通透的。

球员都会有低谷期，我也有踢得不好甚至感到迷茫的时候，家里人再怎么安慰我都感觉其实没啥用，终究得自己去调节，别人说再多都起不到实际作用，如果在后面的比赛里自己感觉发挥得很好，或者踢进一个漂亮球，所有状态就会真正回来。

这次亚洲杯之旅，不管是胜利带来的喜悦，还是决赛失利留下的教训，对你接下来回到俱乐部征战中超，进一步提升自己有哪些启发和帮助？

想靠这几场比赛在短期内就实现提升，我觉得并不现实，若能全年保持打这种级别赛事的强度和节奏，才会有明显进步。这次亚洲杯之旅，我觉得更多的是心态上的收获与成长。经历过这种高强度的比赛节奏后再回到中超赛场，我想在心态上会更从容，不会再像以前那样紧张、拘束，能

晰预期。通过这个冬季转会期,能感觉到今年中超各俱乐部投入更大,整体竞争力会比去年更强。我会尽快调整身体状态,融入球队,毕竟新赛季球队换了新主教练,也来了不少新队友,我得快速适应新的战术体系。

**从U23国足回来之后,你参加了队伍的合练,对新教练组和新的战术体系,目前适应得如何了?**

我归队合练的时间不算长,但适应得还不错。去年就了解刘指导(刘建业)的执教能力,他带队打出过很精彩的比赛,去年对阵定南赣联的比赛我印象尤其深刻,通过那场比赛能感受到他的执教思路。刘指导很用心,我们在国字号时他就建群,常发球队友谊赛和训练视频讲解战术理念,还跟我沟通俱乐部的情况,同时叮嘱我们先专注打好国家队比赛,这些都帮我回来后能快速衔接。我相信跟着他的战术方针,球队在中超会有竞争力。至于新赛季的具体目标,现在不去多想,先脚踏实地做好自己,专注每一场比赛就好。

**作为球队的中场核心,刘建业给你怎样的定位?首次征战中超,你给自己定了怎样的个人目标?**

如果说定位的话,其实都是8号位。在这个位置上我只要做好自己,发挥出自身特点,把每一场比赛踢好就行。刘指导也跟我说过,不用刻意去定进球、传球这类量化目标,把该做的事做好,一切都是水到渠成的事。

**在你的憧憬中,第一次站上中超赛场最期待的会是什么?**

我最期待的是能在中超这个平台上站稳脚跟,尽快证明自己的实力。踢中超是我从小的梦想,希望能凭借在赛场上的表现和贡献被国家队看到。

### 关于留洋与国家队

**对梦想的执念是面对一切的决心**

**《足球》:你小时候因为身体瘦弱屡被身**

**疑,你有没有在质疑声中想过想放弃足球的念头?是什么支撑着你一步步走到今天?**

**李镇全:**当时确实有人质疑我身体瘦弱,没法踢职业足球,甚至有教练说我肯定踢不出来,那会儿我就是憋着一股劲,想证明给所有人看我能行。你说我身体不行,我就拼命练身体,强化自己,我相信时间会给出答案。从小到大,我最感谢的是林林教练,在我身体条件确实不好,在我被别人质疑的时候,他始终相信我,认为我当时瘦弱只是身体还没长开,一直用心培养我。我最铭记他告诉我的——身体不行,那技术、用



脑踢球这些方面就必须做到极致。也正是林林教练的这份信任与悉心教导,磨炼出了我更全面的能力。

**看来你是从小就内心挺强大的。**

我没办法定义自己内心是不是很强,其实就一直在做我认为对的事情,把正确的事情坚持做下去就行了。

**小时候家人对你踢球是什么态度?**

我爸妈以前根本不看足球,我是奶奶带大的。我最初踢球就是因为小时候身体太差,特别瘦弱,每个月都要去医院两三次,不是拿药就是输液,家人想着让我强身

健体,刚好学校每个年级都有足球队,我刚上一年级就被选去足球队,当时想着多跑跑,多活动身体,初衷就是为了增强体质。

**当看到你冲超、站上U23亚洲杯舞台,家人的反应如何?**

小时候我成绩不错,爸妈还劝过我放弃踢球,好好读书,但踢球是我认定了的事,我坚持要走这条路。如今能踢中超,也站上了U23亚洲杯的舞台,他们都说我当初的选择是对的,我自己也特别有成就感。我爸妈平时会上网关注我的消息和外界的评价,我回到家他们就拉着我絮叨半天。他



们现在也像球迷一样,有时还会从球迷的角度跟我聊教练、聊比赛,而非单纯以职业球员家人的视角。我状态不好时他们也开导我,给我情绪上的支持。我家的氛围一直好,什么都能聊,特别温馨。

**作为重庆籍球员,又是球队的核心之一,你觉得“本土担当”具体体现在哪些方面?**

所谓“本土担当”首先是拼尽全力,用自己在场上场下的全情付出和实际贡献去团结身边队友,共同为这座城市争光,这也是“重庆精神”的体现。不管是比赛还是训练,都不留余力地投入。不仅要做好

自己,更要传递正能量,带动身边人一起向前。我们这批球员不算年轻了,要做好表率,既给队里的年轻队员树立榜样,也为重庆的少年球员做个好样子。我更想把“重庆精神”传递下去,因为小时候妈妈带我去奥体看球,场上球员的拼劲和现场氛围给了我很多力量,如今我站在这个位置,也想把这份热血和期望传递给现在的孩子。

**你从中冠、中乙、中甲到中超,每一个阶段都通过了“质检”,这份踏实成长的背后给你带来了怎样的底气?**

我其实偏爱从底层一步步拼上来的感觉,这和豪门青训出身、起点就在梯队直至登陆中超的路径不同。我们从中冠、中乙到中甲一步步打上来,亲身感受过每级联赛的强度和竞技水平,这份完整的经历是独属于我的宝贵财富,也正是这份沉淀,给了我踏踏实实走到现在的底气。

**有没有想过留洋?包括你说想进的国家队,为了实现这些梦想下了什么样的决心?**

留洋我确实想过,但我更想脚踏实地,先在中超站稳脚跟、证明自己、拼进国家队,再考虑留洋的事,不急于求成。我觉得不能为了留洋而留洋,必须等自己具备足够的竞争力和水平再出去,这样才能实现最大价值,否则对自身成长其实没什么实质性帮助。

进国家队是我从小就定下的梦想,这不仅是职业球员的最高殿堂,还能代表重庆俱乐部为家乡争光,这也是一直促使我前进的动力。国家队正处于重建阶段,前路肯定有挑战,而作为一名职业球员,身处镜头下成为公众人物,应该接受所有的声音,踢得好时享受鲜花掌声,踢得不好或球队成绩不佳时,也要坦然面对质疑和指责,这是必然的,不能只接受赞美,却扛不住批评。这份对梦想的执念,就是我面对一切的决心。

## 重庆铜梁龙 新援密集官宣,冬训渐入佳境

**记者鲁蜜报道** 随着2026赛季中超联赛开赛日临近,重庆铜梁龙的冬训工作已处于关键节点。作为队史首次征战的中超联赛,重庆铜梁龙在2025年底就已经开始了新赛季的各项筹备工作,主场确定、人员引进以及技战术磨合等按部就班推进。重庆铜梁龙队在去年12月收假开启了冬训,经历了海南海口以及泰国两个阶段的拉练后,全新搭建的球队阵容已渐入佳境,不过,对于中超升班马以及第一次独立带队征战中超的刘建业来讲,新赛季的挑战注定会很多很大……

### 四外援已官宣,还差一前锋

相较于上赛季在中甲的冲超阵容,这个冬训期重庆铜梁龙的人员更迭比较大。站在投资人的逻辑上来讲,球队的新阵容既要从中甲适配中超的转型,又要符合培养年轻球员的规划。在国内球员方面,与上赛季的人员结构相比,新赛季铜梁龙阵容的年轻化趋势同样明显,同时补充了一些有中超经验的球员。

年轻球员方面,正式买断19岁的门

将姚浩洋。据德转数据显示,重庆铜梁龙买断他花了700万。上赛季,姚浩洋在重庆铜梁龙首发出战17场,曾入选多级别国字号球队。

21岁的边路多面手韦所为,上赛季在青岛海牛出战14场中超,场均完成1.9次成功抢断,传球成功率达81%。19岁的边后卫王皓文以及18岁后卫岳瑞杰的加盟,将进一步充实球队后防线,也加强了年轻球员储备,契合俱乐部长期发展战略,其中与韦所为签下的是五年长约,彰显培养决心。

在引进年轻国内球员的同时,考虑到球队对中超经验的需求,重庆铜梁龙引进了36岁的晋鹏翔,希望他像已退役的黄希扬一样在队伍中起到传帮带作用,助力年轻球员快速成长。此外,29岁的中场陈纯新出身上海海港青训,攻防兼备,能胜任中场及边路多个位置。24岁的中场梁伟棚在上赛季出战29场中甲,贡献1球1助攻。这两名实力派球员的加入完善了中场人员的板凳厚度。

在外援方面,重庆铜梁龙下的功夫就更多了,上赛季的3名外援全部离队,对比

其他中超球队外援早早到队合练的情况,重庆铜梁龙在外援的遴选上花了更多的时间。目前已经官宣的外援是比利时边锋兰德里·迪马塔,这名边锋具备欧冠经验,以租借的形式加盟,是极具性价比的引援手笔。在防线上,30岁的巴西中后卫卢康身材高大,对抗能力突出,防守选位精准,具备出色的高空球争夺能力与后场出球能力。同时,重庆铜梁龙又补充了前北京国安外援中卫恩加德乌,新赛季将以外援双中卫搭建防线。中场方面,重庆铜梁龙补充了上赛季效力上海申花的阿马杜,只不过阿马杜上赛季遭遇重大伤病,状态还有待恢复。

4名已经官宣的外援中,除恩加德乌之外,3人已经先后抵达泰国与球队会合,目前仅剩一名外援前锋的空缺,俱乐部还在对目标人选进行最后的斟酌。

### 冬训期热身赛强度明显

去年12月收假之后,重庆铜梁龙前往海口进行第一期冬训,初期因为向余望、李镇全在征战U23亚洲杯,且离队球员较多、新援未到,一段时间内人员不够齐整。

铜梁龙以这套残缺的全华阵容在海口进行了3场热身赛,分别以0比1负青岛西海岸、0比1负大连英博以及2比0战胜山东泰山B队。相较于上赛季热身赛“以中甲、中乙球队为主”的安排,重庆铜梁龙在这个冬训期安排的热身赛强度明显提升。

在泰国拉练阶段,重庆铜梁龙的热身赛节奏也加快。以新援+年轻球员为主的阵容1比1战平K联赛球队安养FC、0比0战平泰超球队罗勇队。因为外援刚到队不久,重庆铜梁龙这两场比赛还是以全华班出战。2月6日、7日对阵K联赛水原以及中超的河南队时,重庆铜梁龙的两名新外援都有出场。计划在13日与中甲深圳青年人打完一场热身赛之后,重庆铜梁龙将结束本次海外拉练。

目前,重庆铜梁龙俱乐部正全力推进落实新赛季主场、票务等各项保障工作,球队也将在未来一个月的时间里补齐位置短板,继续打磨新阵容,优化战术体系,争取以最佳状态迎接队史首个中超赛季,力争让重庆足球再一次在中超赛场上站稳脚跟。

# 用好西班牙足球资源 中国足协可借鉴沙特和卡塔尔模式



■由国务委员谌贻琴率领的中国代表团访问巴萨拉玛西亚青训营。代表团成员还包括国家体育总局局长、党组书记高志丹，中国足协主席宋凯，中国U23国家队主教练安东尼奥·普切，以及中国驻西班牙大使姚敬在内的30余人。

**撰稿/寒冰** 2月5日，西甲联盟和西班牙足协分别与中国足协签署战略合作协议，协议为期三年，合作聚焦三大板块：为中国青少年球员在西班牙的培训与发展设计相关项目（包括在西班牙俱乐部青训学院短期或长期试训）；在西甲俱乐部体系内为中国教练员提供培训与能力提升机会；以及围绕人才识别与选材机制，推动知识层面交流互鉴。协议将为西班牙俱乐部参与中方各类培训与足球活动项目提供便利，推动两国青训学院之间在赛事组织、友谊赛安排及交流项目的合作与发展。

中国足球与西班牙足球合作由来已久，但这次合作协议无论战略高度还是合作范围的广度，都是前所未有的。西班牙协和西甲联盟此前与其他亚洲国家也有类似合作，亚洲其他国家已有的合作案例或许可以作为参考和借鉴，帮助中国足协找到适合中国足球的落地模式。

## 海外青训基地模式效果突出

西甲联盟与沙特足协的战略合作，始于2017年10月。2019年沙特足协启动“未来猎鹰”项目，面向U16岁以下青少年球员选拔培训，由皇马名宿萨尔加多负责。“未来猎鹰”项目长期在西班牙巴塞罗那南部海滨的萨洛镇落地训练。来自西班牙、意大利、克罗地亚和全球其他国家的精英青训教练、分析师和后勤团队为其提供支持。

“未来猎鹰”项目每周期为两个赛季，14-16岁球员在这里长期受训，与实力更强的西班牙和欧洲青少年球队踢交流赛。这里还提供一流学校教育，学习西班牙语和英语以及其他课程，为留洋欧洲奠定基础。到2025年底，已有超过270名沙特球员从这里学成“毕业”。

沙特和西班牙足协创办阿布塔勒国际杯，确保“未来猎鹰”项目球员有足够高水平赛事可踢。赛事被称为U16欧冠，皇马、巴萨、尤文、国米、葡萄牙体育和波尔

图青训豪门均参加。赛事贯穿整个赛季，参赛队分4组，每组6队进行主客场比赛，之后进行淘汰赛，沙特U16国少队曾在2024年淘汰罗马进入4强。沙特足协还创办U16联合会杯，让自己的U16国家队定期与世界高水平U16国家队热身。每周都有高水平比赛，为沙特青少年球员提供了宝贵的锻炼机会。

“未来猎鹰”项目为沙特球员留洋提供了充分机会，20岁加盟波黑联赛冠军萨拉热窝铁路工人俱乐部的贾贝尔就出身于此。该项目已运转6年，目标是到2034年，沙特国家队80%-90%的国脚都在欧洲踢球。目前已经显现的直接成果就是沙特队在2025年U17亚洲杯上获得亚军，这是沙特队继1988年后，时隔37年再次进入该赛事决赛。

对中国足协而言，依托与西班牙足协、西甲联盟的合作关系，像沙特一样在西班牙设立青少年海外集训基地，定期与西班牙乃至欧洲俱乐部梯队热身，将非常有助于中国青少年球员的个人成长，为其未来留洋欧洲奠定技战术理念、语言文化基础。

在西班牙，像萨洛这样成熟的集训基地有很多，瓦伦西亚的SIA学院与韩国足协建立了长期稳定的合作关系，培养出李刚仁这样的国际球星。马尔贝拉、阿利坎特等地的夏季训练中心，设施完备，教练资源丰富。卡塔尔、科威特、阿联酋、马来西亚等亚洲国家在西班牙，印尼在荷兰，新加坡在德国都有青少年培训合作项目，但没有沙特这样建立固定海外青训中心的可持续发展模式。

## 海外教练培训，或可成常态机制

西班牙足协常年与60多个足协合作，主要向各国派出足球教练，特别是青少年教练，在当地进行教练培训和青少年足球培训。虽然有一定的效果，但毕竟要快速提升各合作方青少年足球教练技战术理念，并非朝夕之功。在青少年教练培

训、交流方面，亚洲国家此前与西班牙合作最为彻底的是卡塔尔。卡塔尔的希望足校（Aspire）直接从巴萨的拉玛西亚青训体系建制地挖掘青少年教练，同时又将卡塔尔教练定期送往拉玛西亚培训学习。

经过十余年不懈努力，卡塔尔足球以希望足校为中心，从俱乐部到各年龄组国家队建立起了完整的西班牙足球理念体系。卡塔尔足球因此也获得了长足的发展，成年国家队蝉联亚洲杯冠军，U20亚洲杯近12年也2次进入4强，1次夺冠，U23亚洲杯也是连续进入4强。

卡塔尔的海外教练培训模式，可以让更多国内教练到西班牙或其他欧洲国家，定期参加高水平的教练培训班或交流论坛，实地学习的交流环境能让他们的教练学到更多世界领先的足球训练、比赛和大数据高科技教学方法。不仅卡塔尔，沙特足协与西班牙足协的战略合作，也包括了男女足教练，特别是青少年教练培训项目。培训基地也常设在萨洛，便于教练们从理论学习直接进入实际执教操作。此外，2024年印尼与荷兰足协签订的战略合作协议，同样包括定期在荷兰足协国家训练中心举办教练培训班，以及在印尼当地进行集中培训。

仅在西班牙，就有巴塞罗那的西班牙人青年足球教练项目，巴伦西亚的SIA学院，西班牙足球学院（SFA）等。当然，这些教练培训的短期和长期课程，都可以通过与西班牙足协、职业联盟的合作，争取更有针对性的项目，帮助更多中国青少年教练在西班牙切身体会，培训效果或能事半功倍。

对于中国青少年足球的发展而言，目前最大的短板并不是青少年球员数量，而是青少年教练的数量和质量，缺口都非常惊人。因此，中国足协与西班牙足协的战略合作，将在西甲俱乐部体系内为中国教练提供培训机会作为主要合作内容，针对性很强，也必然会带给中国足球更大的回报。

## 收购俱乐部也是不错的办法

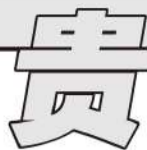
**撰稿/寒冰** 很多亚洲国家都与欧洲足球发达国家签署战略合作协议，也基本涵盖了青少年足球定期培训、教练培养、赛事交流等方面。但这样的战略合作，目前能够看到较为明显成效的，只有卡塔尔和沙特。但卡塔尔和沙特在青少年培训方面，合作体系已非常成熟，在推动有潜力的球员留洋方面，还没有突破性的进展。

这方面，日本在德国盖尔森基兴设立战略办事处，是一种具有统筹性和前瞻性的海外合作模式。这个办事处的功能不仅是收集日本在欧洲留洋的球员信息和状态，供日本国家队参考，也包括成为日本足协在欧洲推动留洋的大本营。虽然亚洲各国目前都达不到日本这样旅欧球员遍地开花的局面，但在欧洲设立留洋基地，批量组织青少年球员试训、比赛，并以此为跳板进入更高水平联赛的模式，亚洲国家都在效仿。

卡塔尔的希望足校2012年6月收购了比乙的欧本俱乐部，欧本随即成为希望足校和卡塔尔球员旅欧的前哨战和跳板。13年来，已有超过20名卡塔尔国脚和50名希望足校球员在欧本训练和参加比利时联赛，完成旅欧经验的积累。类似这样的旅欧跳板俱乐部，还有日资的圣特赖登和安特卫普熊吼（比甲）、泰资的莱斯特城（英冠）、印尼资本的牛津联（英冠）、马来西亚资本的加的夫城（英甲）、约旦资本的布里斯托流浪者（英乙）、科威特资本的米尔顿凯恩斯（英乙）等等，都是在为各自国家球员旅欧试训、加盟提供便利条件。

近年来收购已逐渐变成合作模式，例如2018年沙特足协与西班牙足协的合作，就包括安排13名沙特各年龄组国脚集体租借加盟到西甲和西乙俱乐部，得到高水平留洋的体验。虽然这次操作因在冬窗进行，导致沙特球员们很难在赛季中途融入球队，但为他们积累了一定的欧洲顶级联赛经验。2021年，卡塔尔国家队与欧足联达成合作协议，参加了世界杯欧洲区预选赛小组赛。比赛成绩不计入积分，只是为了积累与欧洲球队交手的经验。此前，日本足协也曾有意与欧足联合作，由旅欧球员组队参加欧洲国家联赛练兵，最终未能成行。

中国足协与西班牙足协的战略合作协议，也包括了赛事交流的内容。除了两国各年龄组国家队互访交流模式，还可以尝试借鉴卡塔尔的经验，低龄组国家队定期参加西班牙国内的交流赛。例如西班牙职业联赛的冬歇期，低龄组国家队与西甲或西乙俱乐部，大区代表队形成相对固定的热身赛模式，增加青少年球员的国际比赛经验。总之，只有全面“走出去”，踢更多高质量国际比赛，中国球员才能得到更多经验积累，才能有更多成长。与西班牙足协、西甲联盟的战略合作，就是加速这种国际赛事交流的最好契机。



## 在这盘棋

2026 贵州省足球青训“冬训冬赛”是贵州足球历史上从未有过的精英比武。要读懂这次“冬训冬赛”对于贵州足球的意义,我们必须从更高的角度探视贵州足球发展这盘棋究竟如何布局。从“西部青训试点”到“一主四辅”,从“村超”到足球青训精英选拔,从赛事体系到赛事平台,贵州足球发展的每一步都体现着整体发展的思路和逻辑。

# 全省一盘棋,贵州这么下

南楠发自贵州兴义 2月4日,贵州省黔东南州兴义,鲁屯足球小镇,薄雾弥漫。雾,起于2日深夜的小雨。“这不是兴义冬天的常态,我们这冬天很少下雨,还好雾不算大,比赛没怎么受影响。”黔东南州足协工作人员骆弟虎说。他提到的比赛是2026年贵州省足球青训“冬训冬赛”,这次比赛分三个年龄段,时间跨度从1月23日到2月10日,这是贵州省青少年发展历史上前所未有的,集结全省优秀队伍在冬季大规模练兵比武的赛事,如此举措甚至在全国都较为罕见。

1月28日,贵州省体育局党委书记、局长马雷前往黔东南州兴义市,实地督导调研2026年贵州省足球青训“冬训冬赛”举办情况,并主持召开专题座谈会,围绕全省足球青训精英队伍建设的体制机制、后备人才选拔与培养等核心议题进行深入研究。作为贵州省足球发展的主管单位,省体育局把这次“冬训冬赛”的分量看得很重。

“2026年这次‘冬训冬赛’对贵州省青少年足球发展具有里程碑的意义,标志着我们在完成了青少年赛事体系构建后,进入全新的阶段——精英队建队和建赛阶段。”马雷局长说,“精英队伍的选拔在贵州省足球全省一盘棋的发展思路中是关键一步。”

要读懂这次“冬训冬赛”对于贵州足球的意义,我们必须拨开明镜湖上的雾,从更高的角度探视贵州足球发展这盘棋究竟如何布局。

### 从“一主四辅”到整体协同

把时钟拨回到2023年12月底,西部地区教融合足球青训体系建设试点(以下简称“西部青训试点”)签约仪式在北京举行,贵州毕节入选首批8个试点地区。在国家政策的支持下,贵州省足球青训全新体系的建设全面启动。毕节入选“西部青训试点”之前,贵州省足球青训主要集中在省会贵阳和遵义。贵阳青训发展得益于两家中超俱乐部的主场选址先后都设在此,顶级职业联赛的氛围推动了贵阳市青少年足球的发展。遵义则是贵州省内率先完成体育和教育职能部门改革合并的地市,教体局的成立让遵义足球得到了迅速发展,尤其是女足层面,遵义体校女足在贵州省内优势巨大。

毕节入选“西部青训试点”后,贵州省体育局迅速构建了“一主四辅”的区域布局,以“西部青训试点”毕节为主,贵阳、遵义、黔东南州和黔西南州为辅。在国家政策和国家、省级配套资金的支持下,毕节市级青训中心等项目开始全面建设,从硬件上保证毕节足球青训的发展。软件上,贵州省体育局充分发挥统筹、调度功能,从传统优势地区贵阳向毕节输出高水平青训教练,一方面助推省内高水平社会青训俱乐部落地毕节,另一方面强化毕节本地青训教练培



贵州省体育局党委书记、局长马雷现场观摩本次“冬训冬赛”。

训,提升毕节本地青训教练员水平。

事实上,贵州省体育局的“一主四辅”布局,并非单纯的四个辅助地区全面向毕节输血,而是有统筹、有规划地全面提升布局地区内的足球青训水平。2024年9月,贵州省体育局西部计划足球星火项目正式启动,这是全国首次开展的大规模足球支教服务。项目选拔了138名体育相关专业、足球特长或志愿从事足球支教的西部计划志愿者,在毕节市、遵义市、黔东南州、黔西南州的27个县(市、区)的县域中小学从事足球支教服务。至今,项目仍在继续中。

“四辅”之一的黔东南州在星火项目中收益颇丰。2024年,全州持亚足联/中国足协C级教练员证书的青训教练仅有8人。星火项目实施一年后,到2025年底,黔东南州持亚足联/中国足协C级教练员证书的青训教练人数已有16人。青训教练水平的提升,让黔东南州的青少年足球水平迅速得到了提升,本次参赛的U15女足队伍和省内最强队伍遵义体校之间的差距越来越小。“2024年我们输了遵义体校1比10,去年是1比7,这次是1比3,进步肉眼可见。”随队参赛的黔东南州体育局蒋正浩说。

除了“一主四辅”五个地区,黔东南州榕江县“村超”的火爆,也为贵州足球青训提供了另外的选择,以群众体育推动青训发展从而促进竞技体育的发展。本次“冬训冬赛”,榕江县三个年龄段共有四支队伍通过筛选,是参赛队伍数量最多的地区。尽管榕江县几支队伍的实力与省内强队之间仍有明显差距,但州内火爆的群众足球氛围对青训的推动已初见成效。

整体协同,是贵州省足球青训布局中的重要一步。省体育局党委书记、局长马雷在这次兴义“冬训冬赛”专题座谈会上指出,要进一步推动贵州足球青训高质量发展,对青训基础扎实、U系列梯队建设成效显著的市(州),要持续巩固成果、优化机制;对相对薄弱地区,则要加大资源倾斜和政策支持,推动整体协同发展。

### 从建立体系到建立标准

“一主四辅”的区域布局加上硬件和软件上的提升,毕节足球青训很快就收到了不错的效果。2024年底在武汉举行的首届“西部青训杯”上,毕节男女队分别获得第六和第三。去年底的第二届“西部青训杯”,毕节男队成功杀入决赛,女队则继续进入四强,毕节一举跻身西部足球青训强区之列。

毕节青训在过去一年取得的成绩,不仅受益于贵州省足球发展的整体布局思路,更来自贵州省青少年赛事体系的全面提升。“星火杯”成为贵州省倾力打造的“国际-省级-地市”三级青少年足球赛事,“遵义杯”“哈比杯”“星耀五洲杯”等全国性赛事影响力也越来越大,2024年和2025年,贵州省内青少年赛事年均场次数量均超过3500场。

“我们省内的青少年比赛场次肯定足够多,但是质量仍有提高空间。”贵州省足协竞赛部负责人田建表示。贵州省内大量的各类青少年赛事为本次“冬训冬赛”打下了坚实的基础,本次参赛的36支队伍都是2025年拿下全省赛事前三名或者全国性赛事前八名的队伍。换言之,贵州省内历时两年打造的成熟赛事体系,成为了本次“冬训冬赛”队伍的选拔机制。事实上,本次“冬训冬赛”既是优秀队伍和球员的选拔,也是贵州省足球棋局向中盘发展的全新一手。

2025年,贵州省体育局已尝试与多方联络,着手引入高水平外教团队。同年下半年,经过慎重对比和考虑,最终选择与对中国足球了解颇深,在韩国拥有丰富足球资源的名宿李章洙指导合作,共同推进贵州足球青训发展。双方的合作涉及引入韩国高水平教练团队、贵州青训体系的完善和训练标准的制定、精英队伍的组建、教练员队伍建设、竞赛体系优化以及国际交流合作等方面。按照双方的初步计划,韩国教练团队今年第二季度前就会到位。可以说,本次“冬训冬赛”既是一次贵州省足球青训的比武和练兵,也是一次韩国高

水平教练团队到位前的自我摸底,更是一次为了全省足球整体发展下一步落子前做的充分准备。

### 从赛事体系到赛事平台

2026年1月27日,《2026年贵州省政府工作报告》(以下简称《工作报告》)发布,《工作报告》在2026年工作安排中明确提出“……引进一批国内外高水平体育赛事,抓好青少年体育‘夏训夏赛’……”经过两年时间打磨,贵州省凭借独特的气候优势,其足球“夏训夏赛”体系已初具规模,“一主四辅”等地各级青训中心不断完善,为贵州省全面统筹规划大规模“夏训夏赛”提供了坚实的基础。

本次“冬训冬训”选择落地黔东南州兴义市,也是贵州省体育局在做抓好“夏训夏赛”的基础上扩充“冬训冬赛”作为赛事体系储备的一次尝试。兴义市冬季气候温和,鲁屯足球小镇背靠明镜湖,环境优美。去年兴义南高铁站启用之后,兴义市也成为贵州省“冬训冬赛”举办地的选择之一。

至此,贵州省已同时拥有夏训夏赛和冬训冬赛的举办地,只需时间不断完善各种保障条件,贵州可以实现省内球队足不出省完成每年夏季和冬季两次训练和比赛的任务,也拥有了在不同时间节点引进国内外高水平足球赛事的基础。

从“西部青训试点”到“一主四辅”,从群众体育的“村超”到足球青训精英选拔,从赛事体系到赛事平台,贵州足球发展的每一步都体现着整体发展的思路和逻辑。事实上,贵州足球目前仍未取得引以为傲的成绩和荣誉,但是贵州在足球发展上全省一盘棋的思考方式仍然值得深思。2025年,本报走访江西定南,提出足球扎根县域;2026年初,贵州足球整体发展的棋局同样给人启发。当每个县把足球发展的点做好,每个省级主管足球的行政单位都用整体统筹规划的思维方式发展辖区内足球,中国足球才有可能在更高维度建立全国体系。

# 冬训这一步棋，暗藏三重含义

南楠发自贵州兴义 参加 2026 贵州省足球青训“冬训冬赛”的 36 支队伍中，不乏长年扎根贵州本土的社会俱乐部和青训教练，即便是他们也从未见过贵州省青少年足球在冬天有如此阵仗。“往年，我们通常根据俱乐部每个年龄段队伍的实际情况来安排冬训计划，今年完全不一样，我们能感受到贵州青训的高水平队伍都卯着一股劲，要在这次比赛中好好拼一下。”贵阳林城之星领队李杨这样说。

参加这次“冬训冬赛”的大部分队伍都提前做好了打硬仗的准备。贵州警察学院 U15 刚刚代表贵州省足协参加了 1 月中旬在江西定南举行的第一届中韩青少年足球精英对抗赛，毕节市新力量俱乐部中的大部分队员则参加了去年底的第二届“西部青训杯”。在贵州省足协竞赛部负责人田建看来，这次“冬训冬赛”对大部分球队来说，场场都是硬仗，是贵州省内同年龄段水平最高的赛事，所以赛事的准备

## 【早谋划】

### 挫折背后的痛定思痛

2021 年第十四届全运会，贵州在男足 U18 组别取得了全国第 11 名，创下了贵州足球在全运会上的最佳成绩。然而，四年后的第十五届全运会，贵州三支队伍在男足 U16、U18 和 U20 遭遇全线失败，尽数无缘决赛阶段。成绩上的巨大反差让贵州省体育局、贵州省足协等部门迅速意识到，若要避免重蹈十五运的覆辙，重新在三大球运动会和全运会上展示贵州足球的风采，提早布局是重中之重。

“夏训夏赛”是贵州足球的传统，2024 年以来，每年六七月都是贵州省体育局和省足协最忙碌的时候。虽然贵州的“夏训夏赛”已经非常成熟，但省内队伍的大规模“冬训冬赛”则从未有过，如何做好充分的准备工作贵州省下了不少工夫。比如，如何确定“冬训冬赛”的对标赛事？如何公平地选拔队伍？如何利用“冬训冬赛”实现省内队伍、队员、教练员、裁判员等多方面的综合提升？贵州山区冬季气候寒冷，如何选择赛事承办地让运动员的水平得到最大限度发挥？如何调配资源为赛事有序进行提供保障？

兵马未动，粮草先行。2025 年 8 月，举办 2026 年贵州省足球青训“冬训冬赛”的专项资金被纳入 2026 年贵州省体育局的预算。保障工作的完成，为全盘推进“冬训冬赛”提供了全面支撑。

“2016 年至今，贵州足球一直是社会抓足球，现在我们回归到新型举国体制发展足球的理念。”贵州省体育局党委书记、局长马雷表示，“也就是体育部门主抓主管，教育部门协同、社会力量共管，有规划、有统筹、有计划、有步骤地发展。”而这也为这次贵州省确立“冬训冬赛”的首要目标——对标三大球运动会和全运会选



■ 贵州省体育局二级巡视员朱俊华（左二）参加本次“冬训冬赛”开幕式。

拔省级精英队伍——奠定了基础。

在贵州省足球发展的全盘思路中，三大球运动会和全运会是检验省内青训发展重要的阶段性考试。按计划，贵州省要选拔出三个年龄段共 15 支精英队伍（每个年龄段 3 支男队、2 支女队），再通过高水平训练和比赛选拔出省级精英代表参加三大球运动会和全运会赛事。

## 【高起点】

### 精英选拔 + 内外联动

在省级精英队建队思路，贵州省体育局提出省市办、省队协会办、省队校办以及省队俱乐部办，分别对应市级体育行政部门、州市足协、省内各级学校（院）和省内社会青训俱乐部，面向社会接受多类型队伍申报共建省级精英队伍。同时，贵州省体育局和省足协遴选专家对申报队伍进行严格筛选，最终从申报 3 个年龄段男女子 6 个组别的 48 支队伍中，遴选出 36 支符合标准的队伍参赛。

在确立“一主四辅”区域布局后，贵州省内早已完成了相当规模的“五建”工作，即建立教练员团队、建立队伍、建立竞赛体系、建立球员档案、建立青训中心。“我们每年拥有 3500 场以上的青少年足球比赛，省内优秀球员大多记录在档案里，这么多赛事其实已经从成绩上梳理了贵州省内青训水平的结构层级。”田建说，“但我们并不想根据以往的经验来简单粗暴地定下建队队伍，我们还是想给这些省内比较优秀的队伍搭建一个公平、公正的赛事平台，让他们通过赛场的表现定高下。”

同时，这次“冬训冬赛”还将遴选相当部分贵州省内的明日之星球员，建立贵州省精英球员的档案。贵州省足协副主席、曾担任过贵州恒丰主教练的陈懋表示，虽然“冬训冬赛”和精英队伍选拔在 2026 年进行，但是精英队伍锚定的目标是三大球运动会和下届全运会赛事，因此对他而言，选拔标准更看重球员未来的提升

空间，而非现在的实际能力，“如果选拔出的队员能力现在就已经处在高峰期了，实际上对实现未来的目标并不是好事。”

贵州并非足球发达省份，尽管先后拥有过两支中超球队，但省内队伍实力参差不齐且普遍缺乏高水平比赛的锻炼。为了能够让参加本次“冬训冬赛”的本土队伍得到高水平锻炼的机会，贵州特意邀请了全国知名青训俱乐部广东铭途前来参赛。广东铭途深耕青训多年，并成功实现以青训队伍杀入职业联赛序列的目标，在全国足球青训序列中拥有不小的名气。

广东铭途于本次贵州省足球青训“冬训冬赛”十分重视，几乎派出了刚刚参加了第一届中韩青少年精英对抗赛的原班人马前往贵州。在江西定南，广东铭途获得了对抗赛的第 7 名，而在国内队伍中，他们排名恒大足校、上海海港、浙江 FC 以及武汉三镇后，位列第 5，整体实力强劲。

引入广东铭途参赛，一方面能增加贵州省内队伍面对国内高水平队伍的机会，另一方面也显示出贵州以开放的态度面对全国优秀球员。事实上，贵州也想通过内引外联的方式，进一步提升省内青训水平。“我们不能总是在贵州的水平上打来打去，想要取得突破，至少我们得见识全国高水平队伍的踢法。”田建说。

## 【深布局】

### 高标准动态考核启动

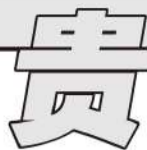
本次“冬训冬赛”，贵州不仅引入了广东铭途这条“鲑鱼”来检验省内队伍的实战能力，还希望建立精英队伍动态考核的机制。成绩名列前茅的队伍和表现优秀的球员并非一劳永逸，贵州将通过更高水平的比赛不断检验队伍和球员。尤其在韩国教练团队到位之后，以高水平训练方法建立高水平训练标准，从而在更高的标准和要求下继续选拔合适的球员和队伍。“‘冬训冬赛’我们肯定要坚持办下去，也许明年这个时候，再来的队伍就不一样了，我们每年对队伍的考核标准肯定会更高。”田建说。

精英选拔中的动态考核，是贵州建立省级精英队伍的重要思路之一，这在很大程度上确保了省内各俱乐部和青训单位必须真抓实干，确保训练计划落地见效才能应对标准不断提升的动态考核，这也体现出贵州在省级各年龄段精英队伍建设上的布局思路。除此之外，本次“冬训冬赛”还提供了包括运动恢复、运动医疗等方面的知识讲座，全方位提升运动员、教练员的理论知识水平。

更为重要的是，贵州在本次“冬训冬赛”中加入了抽血和体测等科技应用环节。田建表示这是贵州首次在省内大规模青少年赛事中加入科技因素：“由于以前没有过这种类型的科技训练手段加入，所以有些队伍并不理解我们为什么这么做。实际上，现代高水平训练中，科技含量越来越高。血液检测能够真实反映球员当时的身体情况，我们也会及时将结果反馈给球队，让教练员能够更科学地使用队员。”

关于体测，田建有最真实的感受。2021 年，他率队参加全运会男足 U18 决赛阶段比赛，期间遇到体测，结果队伍里许多球员连引体向上都完成不了几个。“当时我们的队员在 YOYO 上的测试结果还不错，但力量方面的测试结果让人失望，腰腹和上肢力量不足，最简单来说就是无法应对高强度对抗。”田建说，“既然我们这次为三大球运动会和全运会提前这么久布局，那么就要按照高规格来检验这些球员，这样的测试也能够让教练知道回去该加练什么。”

1 月 28 日的“冬训冬赛”专题座谈会上，贵州省体育局党委书记、局长马雷广泛听取了各级基层青训人员对贵州青训发展的措施和规划，掌握了第一手意见。在贵州省青少年赛事体系初具规模、韩国高水平教练团队即将到位的时间节点，这种深度调研能让贵州足球走得更加深入和实在，这种务实的态度也是推动贵州足球走上健康、规范、可持续发展轨道的关键因素之一。



## 在这盘棋：

从“一主四辅”布局的确立到省内竞赛体系建立和完善，从冬训冬赛的火热到“韩国标准”即将到来，当我们把每一颗棋子连成线，在贵州从人和到恒丰这种顶级职业联赛队伍推动足球文化和氛围的效应下，近十年来不断坚持的足球青训棋盘上，清晰地显现出贵州足球发展的这一盘大棋。而这棋局的未来，仍有无限可能。

# 每次落子都带着决心和希望

南楠发自贵州兴义 2月3日，中冠球队贵州桐烽棠主场，毕节新力量10号王煜城满脸不甘地走下球场。刚刚，他们以2比5输给了贵州省U15年龄段的强者贵州警察学院。王煜城的不甘是因为球队在2比3落后的情况下连连错失良机，不但没扳平比分，反而在最后阶段被对手利用反击连进两球。

毕节新力量的主教练崔志刚是个朝鲜族汉子，话不多，但总在点子上，“对方的实力和比赛经验都要强一些，我们有几个不错的孩子，但整体还弱了些。”这是贵州足球青训两支新老强队之间的交手，前者是“西部青训试点”毕节这两年逐步冒起的新秀，后者则是成名已久的“追风小将”，在贵阳市打通足球升学“3+4”通道后，孩子们升入贵州警察学院。

## 本土队伍竞争力初现

王煜城是崔志刚提到的几个“不错的孩子”之一，他出生在遵义，后被输送到毕节，是毕节市涌现出来的新星之一，他的出色表现甚至引来了中超浙江队梯队的关注。上个月，王煜城以试训球员的身份跟随浙江队U15参加了在江西定南举办的第一届中韩青少年足球精英对抗赛。试训结束后，带着浙江队教练组的建议，王煜城回到贵州参加本次省内优秀队伍集结的“冬训冬赛”。

遵义是贵州足球传统强区，在省内率先进行深度体教融合后，为贵州省足球青训输送了大量人才。遵义足球青训以社会俱乐部和体教融合两条腿走路，男足以晨曦和萌芽等社会俱乐部发展为主，这两家也是贵州省内颇有竞争力的社会俱乐部，女队则由遵义体校负责充分调配资源推进发展。遵义体校女足在本次“冬训冬赛”U15和U17两个组别上的优势，几乎无人能撼动。

事实上，除了晨曦和萌芽两大社会俱乐部，遵义市内还有一支不可忽视的新兴队伍——遵义球兴俱乐部。这家2024年底才成立的全新俱乐部，以全胜战绩一举拿下了今年“冬训冬赛”U13组别的冠军。这八场胜利中，遵义球兴不仅击败了同城两大劲敌晨曦和萌芽，更是击败了扮演“杀手”角色的广东铭途，冠军含金量十足。更令贵州足球兴奋的是，U13组别第二名也被贵州省内队伍林城之星拿下。

林城之星是贵阳老牌青训俱乐部，2001年便已成立，长期在贵阳市内中小学做校园足球普及工作，2019年前后得到快速发展。2025年，林城之星参加贵阳市级比赛，拿到组别冠军8个、亚军5个。在贵州省三大球运动会、“星火杯”“学运会”等省级比赛中，他们也拿下3个冠军、6个亚军，成为贵阳青训的坚实力量之一。除了林城之星，贵阳还有一家实力不俗的俱乐部赤麟FC，在小年龄段上更具竞争力。2025年，赤麟FC获得贵州省中青赛U8和U9年龄段冠军。



除了遵义球兴和贵阳林城之星，遵义足球青训传统强队晨曦俱乐部仅以净胜球的劣势屈居广东铭途之后排名第四，他们的失球数更是仅多于冠军遵义球兴。而排名前四名的队伍，在积分上仅有5分差距。一定程度上说，在U13组别，遵义球兴、林城之星和遵义晨曦对广东铭途形成了“合围”之势。

本土队伍包揽U13组前两名，遵义晨曦与广东铭途积分不相上下，面对这个结果，贵州省足协竞赛部负责人田建直言没想到，“从整个组别比赛过程看，经过几年扎实推进青训，我们贵州的孩子在基本技术上和铭途这样的强队相比差距不大，但在比赛经验上的差距明显，未来还是要让这个年龄段的孩子多参加一些高水平的比赛。”

虽然贵州本土队伍在U13组别上表现出色，但这个年龄段小球员的变数极大，仅仅依靠他们目前还不足以改变贵州足球整体现状，只能说让贵州足球的未来看到了希望。事实上，在U15和U17组别上，广东铭途的优势明显，不论在个人基本技术，还是比赛控制能力上，铭途都表现出比贵州本土球队高出一筹的实力。U15组别中唯一和铭途一样保持全胜的球队是贵州警察学院，但在两队交互交锋中，铭途还是展示出不可撼动的实力。

## “如果我们还有中甲球队”

贵州省“冬训冬赛”进行的同时，没有获得参赛资格的队伍也在集训中。毕节市集中了U8和U9年龄段的小球员进行冬训，而黔东南州U15女足就集结在本次“冬训冬赛”的赛区，利用赛事空余时间和场地，由中冠队伍贵州桐烽棠的教练组负责训练，以更好地备战省运会。为了提高队伍的实战能力，贵州省足协安排了由贵州省足协副主席、前贵州恒丰主教练陈懋以及曾效力于贵州恒丰的王寿挺等专业足球人组成的队伍和黔东南州U15女足进行了一场对抗赛。这场比赛让黔东南州的队员惊叹不已，许多队员在场上就喊

道，“这球还能这么踢！”

陈懋告诉黔东南州的队员们，如果有机会，一定要多到外面打比赛，“别怕输，重要的是看看有些球高水平的队伍是怎么踢的，想想自己又能怎么去应对，这样回到贵州省内打比赛，许多场景才能做到心中有数。”

陈懋的观点源自个人的亲身经历。陈懋是土生土长的贵州人，年纪还小的时候就被选中前往上海，随后与杜威等人一起入选国青队。陈懋还记得在国青队时，有一次与利物浦U21打友谊赛，对方边后卫一脚长传找边锋，踢右后卫的陈懋还想着按国内踢球的思路，等对方停球后立刻上抢，结果对方前锋连停球带过人直接扬长而去。陈懋至今还记得当时的场景，“想追都没办法了，根本就没想到他会那样处理，现在回过头看，当时我们的思维方式就落后了。”

陈懋说：“只有多打高水平比赛，才能得到进步。”贵州足球其实也是这句话的受益者。2021年十四届全运会，贵州U18男足冬训期间，陈懋带着当时还叫贵州智诚的中甲球队陪着这支肩负着贵州足球希望的队伍磨了一个多月。“那时候，俱乐部恰好也在冬训，我们就用职业队教练不断给那批孩子纠正动作和比赛理念，然后就是两三天左右一场的高强度热身赛，就用职业队跟他们练。就这样足足磨了一个多月，我们才放这些孩子出去打比赛。”陈懋说。

全国第11名，对足球发达省份来说，可能都不好意思开口，但对于贵州，已是历史最佳成绩了。哪怕这样的成绩，也需要贵州足球人拼尽全力才能获得。“如果我们还有顶级职业球队，哪怕是中甲队伍，依然可以尽全力帮助孩子们成长，但很多事情没有如果了……”陈懋说。

## 扎根青训，全局思考

在兴义，许多队伍的教练都认为，贵州并不缺好的足球苗子。“许多地方的全运队伍里面都有我们贵州的孩子。”几乎

所有贵州队伍教练异口同声。谢鹏飞、臧一锋、罗竞、蒋亮……陈懋说：“效力于各级职业联赛的贵州籍球员有30多个，都能排出两套首发阵容了。不过，他们大多很小就出去了。”这其实也是陈懋的人生轨迹，而背后则是贵州无法留住好苗子的残酷现实。对于这个2025年GDP排名全国第22名的省份，仅凭经济实力去和其他省份竞争显然不现实。所以，贵州足球的发展更需要用全局思路去考量。

也许“冬训冬赛”的意义，不仅是贵州足球内部的实战练兵、人才选拔，也是一种开放态度的展示，只要对贵州足球的发展有实际推动作用，贵州也愿意提供帮助，从内、从外双向推动贵州足球青训水平的进一步提升。“通过这次赛事，许多俱乐部负责人、教练都能感受到省里发展足球的决心。说实话，贵州省财政条件并不宽松，能够给予青少年足球发展这样力度的支持，我们看到了希望，那就必须把事情做好。”田建说。

以三大球和全运会为抓手发展足球的战略路径，早已有成功案例，重庆就在这条道路上取得了成功。就在贵州取得全运会历史性成绩突破的时候，当年全运会亚军队长向余望已经开始准备征战中超联赛。8年之后，那名当年的小将已成功率队冲上中超。贵州足球曾经先后拥有两支中超队伍，巅峰时刻更是拥有一支中超和一支中甲队伍，许多贵州球迷仍然怀念当年能在贵阳看中超、中甲和足协杯的场景，当年顶级联赛队伍制造的火爆氛围也在一定程度上推动了贵州足球的青训发展。

事实上，从“一主四辅”布局的确立到省内竞赛体系建立和完善，从冬训冬赛的火热到“韩国标准”即将到来，当我们把每一颗棋子连成线，在贵州从人和到恒丰这种顶级职业联赛队伍推动足球文化和氛围的效应下，近十年来不断坚持的足球青训棋盘上，清晰地显现出贵州足球发展的这一盘大棋。而这棋局的未来，仍有无限可能。

魔影憧憧

曼城、阿森纳、富勒姆和热刺，曼联真的杀疯了，英超传统六强赢下三家，成为近期英超最强劲的球队，最重要的是除了结果，卡里克带的这四场，曼联还让人感受到了久违的“魔味”。

## 地狱四连胜，红魔回来了！



**撰稿/寒冰** 卡里克只用4场比赛，就让曼联拿到了阔别两年的英超四连胜！红魔上次的英超四连胜，还是2024年2月18日，当时曼联主帅还是滕哈赫。但当年四连胜对手只是狼队、西汉姆联、阿斯顿维拉和卢顿，如今却是曼城、阿森纳、富勒姆和热刺，英超传统六强赢下三家。这还是曼联自2022年10月以来，历经8场不胜后首胜热刺，也让红魔完成本赛季“通杀”其他五强的“大满贯”，英超1月魔影憧憧。

“魔鬼赛程”四连胜对卡里克而言，算是通过了“初考关”。他执教的曼联令人焕然一新，从技战术到更衣室氛围，如今曼联与阿莫林时代判若两队。未来赛程轻松的红魔，要到3月中旬才会迎来下一个强敌阿斯顿维拉。在外界期待中，这期间也是卡里克带队稳住前4名欧冠区地位，甚至更进一步的绝佳机会。当然，英媒和球迷看到的不仅是久违的多场连胜，还是曼联昔日赢家心态的回归。

## 人尽其用，满盘皆活

短短25天，卡里克如何能让红魔判若两队？与阿莫林“球员为体系服务”理念不同，卡里克更强调人才是赢得比赛的根本。让每个球员在最适合自己的位置上，就是更好的战术体系。卡里克“以人为本”的理念，改变立竿见影的就是梅努和多尔古，前者被阿莫林判定“不适合体系”，冬窗险些被放逐出队。但在卡里克治下，梅努回到首发，他在中场帮助曼联建立紧凑而有纪律的防守阵型，并且还充分释放了进攻天赋。

卡里克摒弃了曼联现有班底无法发挥最大威力的343阵型，回归4231体系，梅努与卡塞米罗联手在中场保护防线的同时，又能支援B费。重新回到10号位的B费找到了熟悉的感觉，视野与传球开始重现巅峰期的影子。对热刺一役，B费8次射门还创造6次机会，上次英超有球员单场创造如此多机会，还是2024年10月阿森纳的萨卡。甚至梅努都得到可以适时前插，

不必拘泥于体系的许可。4场比赛的2次关键助攻，让人们看到他在阿莫林时代不曾有的潜力。

多尔古在阿莫林时代的343体系是左路的边翼卫，一持球就瞻前顾后。卡里克的4231里，他的位置能靠近边路和禁区，出场顺位还高于库尼亚，这令多尔古很快恢复了自信。他为曼联在左路提供了攻防两端的保障，既是左翼进攻发起者，也是防守对抗强硬的第一道屏障。多尔古位置更靠前，他的持球推进能帮助球队缓解防守压力，同时进攻端还能与B费有更多配合，增加了曼联前场的进攻多样性。

与此同时，恰当的换人也必不可少。首发的姆贝莫得到充分信任，这位外表粗犷的喀麦隆攻击手，已证明自己是真正的“大赛型”选手，但库尼亚、谢什科都有至少10分钟时间，向卡里克和球迷证明同样能为曼联进球。战术上两位替补射手在比赛尾段出场更有冲击力，士气上也让所有球员都看到了希望。多尔古受伤后，姆贝莫拉边，库尼亚首发突前，谢什科替补待命，进攻端总有新鲜的冲击力不断撞击对手疲惫的防线。

卡里克并没有令人眼前一亮的战术创新，他的4231体系并不完美，对阿森纳和富勒姆均被对手两度破门。事实上，如果不是运气更好，或许这个四连胜也不会出现。但卡里克带给曼联以战术体系为基础的人员适配和激励机制，足以让奇迹发生。正如阿森纳名宿伊恩·赖特所言：如果提前两个月让卡里克上任，现在曼联恐怕就要和阿森纳争冠了……

## 推翻旧秩序，才有新面貌

卡里克的四连胜，是英超20队目前延续的最长的连胜记录，与同样换帅的切尔西并列。但罗森尼尔的蓝军，赢的只是布伦特福德、水晶宫、西汉姆联和狼队。本赛季英超25轮曼联已拿到44分，超过上赛季38轮全赛季积分（42分）。卡里克只用4场

就贡献16分，执教场次是前任阿莫林的25%，拿分却是59%，场均得分是阿莫林的2.4倍。

同样一队球员，为何阿莫林时代畏首畏尾，如履薄冰，卡里克接手后短短数周就面貌一新？《镜报》透露：除了技战术和人员使用，卡里克对更衣室秩序的推倒重来，是红魔犹如天壤之别的关键。卡里克废除了阿莫林时代更衣室“军规”，只为让球员们能呼吸到完全不同的更衣室“空气”。

卡里克首先结束滕哈赫和阿莫林时代比赛次日进行恢复训练的规定。比赛次日常全员放假1天，恢复训练改在赛后第三天进行。阿莫林禁止球员将食物带入更衣室，他强调自己设定的饮食规则。卡里克让球员们能在更衣室放松地享用食物，让更衣室重新成为球员感到被重视的避风港，而不是处处受约束的“军营”。卡里克还引入全新理念：球员只有在感到自己的意见被倾听和重视后才能离开更衣室。这意味着赛后队内沟通会立刻进行，每个球员发言时都能得到足够尊重。而阿莫林时代赛后是就地解散全队，第二天恢复训练时才分享观点。

阿莫林为保持战术的简明易懂，限制教练组向球员下达复杂的战术指令，但卡里克允许助教与球员充分讨论战术。训练方面，卡里克缩短了训练时长，但提高了训练强度，更重视一对一个性化指导。而阿莫林时代训练课时间更长，但训练强度更低，更侧重球员服从于既定战术体系的训练。

卡里克还允许球员更接近比赛开始时，才抵达老特拉福德球场。曼市德比时曼联球队大巴比日常晚了15分钟才抵达，目的是避免球员们开球前在场内长时间等待，增加赛前焦虑感。相反，阿莫林对赛前抵达时间有严格的规定。

卡里克的人性化、个性化与阿莫林的教条化，对比鲜明，带给球队的结果至少目前看来，判若云泥。

**撰稿/寒冰** 即便取得四连胜，冷静下来的人们也应清楚地认识到：正常情况下，这支曼联的班底还不足以向英超冠军甚至欧冠资格发起挑战。四连胜有一定的运气成分，但除了卡里克的变阵和训练方式，他带给球队更重要的是曼联的DNA回归。弗格森退休后，曼联的DNA已经消失了10多年，如今在卡里克治下，红魔终于让人们嗅到了原来的那股味道。

什么是曼联的DNA？从结果上看，这是一支能在任何关键时刻重创其他豪门的球队；从气质上看，是不到最后一刻绝不放弃的团队；从比赛内容看，是可以以任何成型战术或个人能力赢得比赛的球队。一切都来源于坚信胜利终将属于曼联的信念，这种信念源于奖杯总数的积淀，也来自弗格森不断淬炼球员得到的顽强与坚韧。

## 曼联DNA就是这个味

拥有曼联DNA的红魔应该是什么样？就像卡里克这四场比赛呈现给球迷的那样，每个人都带着无畏的勇气，既能不知疲倦地执行既定战术，又能在团队精神上将个体创造力尽可能释放。曼联DNA体现在球队取胜信念的笃定，以及目标的明确性上。无论对手何时领先或扳平比分，曼联球员都能很快恢复信心，更努力地挖掘自我的潜能，找到令所有人惊叹的爆点。

卡里克对曼联DNA的解释很独到，谈及对阿森纳一役多尔古和库尼亚的进球时，他直言：“这两个进球与我无关。”曼联DNA从不是某种既定的战术或攻防体系，而是一种难以精确定义详尽描述的精神。是建立在不惜体力比赛基础上的即兴创作，是弗格森时代人们熟悉的“诺坎普奇迹”。对阿森纳时库尼亚绝杀，对富勒姆轮到舍什科，甚至是在富勒姆人第91分钟扳平比分后，舍什科只用3分钟就让老特拉福德球场陷入了久违的狂欢。

对热刺时，这种曼联DNA回归的感觉更强烈：与阿莫林时代截然不同的比赛方式，尤其是球队氛围才是决定性的。兴奋的B费不仅攻入锁定胜局的进球，甚至尝试了一次插花脚传（Rabona）。B费的现身说法也是对曼联DNA的某种诠释：“卡里克改变了更衣室的一切，每个人都重新找到了自信。”卡里克的总结更是言简意赅：“球迷们离开时带走的不仅是赢球的喜悦，还有更多层次的情感联系、心理呼应和由衷感觉，这就是曼联。”

魔影憧憧

弗格森在自传中认为卡里克缺少兰帕德和杰拉德那种豪迈的气魄,可是连他都忽视了卡里克内敛寡言的“面具”之下,隐藏着钢铁般的坚韧和决心,而正是这种坚韧与决心,契合着曼联历史悠久的DNA。

# 苦难, 卡里克的生长激素

撰稿/寒冰 虽然效力曼联12年,但就连弗格森都认为:相比其他更适合执教曼联的麾下,卡里克过于“沉默”,始终是“羞涩内敛的男孩,有时甚至需要被摇醒”。但就是这个总是因沉默而被忽视的人,却总能在其他人锋芒毕露时悄然获得令人意外的成功。20年前他从热刺加盟曼联时,恐怕从未想过自己能效力红魔12年,成为队史传奇还能有执教曼联的机会。

弗格森在自传中也认为卡里克缺少兰帕德和杰拉德那种豪迈的气魄,可是连他都忽视了卡里克内敛寡言的“面具”之下,隐藏着钢铁般的坚韧和决心。而正是这种坚韧与决心,契合着曼联历史悠久的DNA。

## 多灾多难, 锤炼坚韧

是什么成就了卡里克沉默却足够坚韧的人格魅力?是自幼不断的打击。出生在英格兰东北部的卡里克,9岁就参加过米堡、斯托克城、阿森纳、水晶宫和切尔西的试训,无一例外以失败告终。儿时罹患膝外翻,手术一旦失败将终身瘫痪。父亲文斯和母亲琳恩决定自然矫正,卡里克因此右腿比左腿短,职业生涯几乎一直穿着

矫正鞋垫。

少年时卡里克想像希勒一样加盟纽卡斯尔联,但喜鹊军团解散了预备队,15岁的他独自一人进入西汉姆联青训营,与一群澳大利亚人合租。但他从不抱怨,每次成功他都会问自己:“你愿意继续挑战自我吗?真正的成功不是只有一次,而是不断重复,而这正是曼联最需要激活的DNA。”

在西汉姆梯队,卡里克曾因发育过快,身材过瘦缺乏力量频繁伤病。这位18岁就当选西汉姆联赛最佳新人的后起之秀,西汉姆联降级后他还随队在英甲踢了1个赛季才转会热刺。2006年5月英超最后1轮,卡里克又是热刺10名感染诺如病毒腹泻不止的球员之一。那次著名的“食物中毒”让热刺1比2负于西汉姆联,被死敌阿森纳抢占英超第4的欧冠资格。

除了因球队集体食物中毒痛失欧冠资格,2009年欧冠决赛失利后卡里克曾患上抑郁症,持续了两年之久。36岁时卡里克突发心律不齐,虽然手术很成功,但1年后他还是选择了退役。而在曼联12年的职业生涯,卡里克还曾多次受伤。不过每次来自身体和舆论的打击,都让他变得

更坚韧。

## 爵爷慧眼, 自我开悟

尽管性格迥异,弗格森还是将卡里克视为基恩天然的接班人。2006年夏签下他之后,也将基恩的16号球衣授予卡里克。弗格森认为卡里克是当时曼联和英格兰最聪明的球员,也是最好的传球手之一,只因内敛性格总是被误解:“他的某些气质,让人们误解了他的价值观。但他拥有年轻球员罕见的足球智慧,他能解决球场上的所有问题。”

卡里克是完美主义的“细节魔鬼”,他总是将身边的一切都放置整齐。在家中妻子丽莎做饭,他会在饭后立刻清洗所有餐具;他的办公室始终保持整洁,离开酒店房间时他还会将用过的毛巾放回浴缸,整理好床铺,一丝不苟到近乎偏执。这与他踢球时干净利落,认真细致的风格一致,也让他在执教时敏锐地发现各种问题,并第一时间解决。

卡里克非常懂得如何组建高效且成功的团队,执教曼联前他选择了曾同为欧足联技术分析师的霍兰德,以及因效力皇马懂西班牙语的伍德盖特,后者的



语言能力得到了曼联队内西班牙语球员的欢迎。霍兰德负责日常训练,卡里克就有更多时间与球员单独交流。此时他的沉着冷静与善解人意,成为最有力的管理手段。他从不公开斥责球员和同僚,对媒体态度谦和,甚至被认为延续了球员时代的“无聊乏味”风格。但正是这种“乏味”,反而成为他自己和球队的保护伞。这方面,卡里克与齐达内有些相似。教练无需在镜头前像个演员,他的舞台在更衣室而不是新闻厅。

而对足球的痴迷和坚毅个性,或许还有卡里克家族的传承基因。卡里克的祖父欧文曾有机会入选英格兰队,二战爆发后入伍成为水兵,并在1941年参与击沉德国战列舰俾斯麦号的驱逐舰上服役。父亲文斯技术不错,直到腿骨骨折才无奈退役。卡里克的足球生涯,又与父母亲坚持让他锻炼矫正发育问题直接相关。这样关键难过关关过的卡里克,又怎能不成功?

## 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

中共广州市委宣传部  
广州市精神文明建设办公室



魔影憧憧

虽然卡里克带队顺利取得英超四连胜,外界对扶正他的呼声与日攀升,但曼联管理层还是担忧过早下结论,会重蹈当年索尔斯卡亚的覆辙。现在真正是考验曼联管理层的时候了。

# 卡里克的三关,还剩两关



**撰稿/寒冰** 从卡里克首秀赢得曼市德比开始,是否应该扶正这位临时教练,就一直是英伦媒体和球迷的热门话题。随着卡里克和他的曼联队不断取胜,这个话题的热度也越来越高。尽管多数名宿和媒体都支持给卡里克更多时间,但有索尔斯卡亚前车之鉴的曼联管理层,还是不愿太早得出结论。哪怕从卡里克上任伊始就坚决反对扶正的基恩,都已经改变主意,拉特克利夫却还要面对更多的权衡。

虽然顺利熬过连战三大豪门的“魔鬼赛程”,对卡里克而言其实仅仅是过了第一关,接下来看似轻松的赛程反而是更艰巨的“难关”。红魔遇强则强,遇弱则弱的问题会不会有本质改变?单线作战的曼联,如何在未来并不紧张的赛程中,继续保持更衣室的团结,比魔鬼赛程更考验教练的管理能力。而且,随着连胜的不断增长,舆论期待也将越来越高,任何一场失分的比赛,都可能结束卡里克与梅西、球迷和曼联高层的“蜜月期”。

卡里克对曼联球员经常说的那句话:“一切,还仅仅是开始”,同样也适用于他自己。

## 真正的考验,还是更衣室管理

不断的连胜,正在不断推高卡里克的人气,也在不断提升外界对他的期望值。《曼彻斯特晚报》认为,这对渡过“魔鬼赛程”的卡里克而言,才是即将面对的新考验。与传统六强其他球队和阿斯顿维拉不同,多线作战让教练们不得不轮换阵容,客观上降低了一线队球员竞争出场时间的矛盾。

但在曼联,卡里克执教后球队只剩英超单线赛事。虽然目前看来似乎一切顺利,更衣室氛围良好,可随着球队成绩的向好,球员状态的改善,一线队球员对出场时间的要求,将是未来曼联球队的主要矛盾之一。对阿森纳时多尔古受伤,缓解

了中前场的竞争危机,不过随着时间推移,卡里克总归还是要面对和解决这个潜在的隐患。

已经出现不和谐声音的自然是进攻端,连续取得进球后,作为替补的库尼亚和谢什科都希望增加出场时间。在酋长球场库尼亚打进了制胜绝杀球,赛后卡里克解释了库尼亚对两场比赛都未能首发感到多么失望,但他以正确的方式引导了这种沮丧,从而在替补席上发挥了影响力。这是卡里克出色的更衣室管理艺术,不过即便卡里克经验足够丰富,他也会知道这种安抚手段的效果有限。作为替补不断取得进球之后,库尼亚必然需要获得首发作为回报。

多尔古受伤暂时解决了库尼亚的问题,但谢什科的问题又浮出水面。激励球员在替补席上发挥作用固然很好,但当他们成功时必须给予奖励,否则,这种激励就会变得空洞。球员会产生一种感觉:就是无论在有限的出场时间里做得多么好,都不足以让自己赢得首发。这样的情绪一旦产生,就会在更衣室扩散开来,进而影响球队的团队精神。

卡里克接下来的13场英超,保持阵容的和谐将是巨大的挑战。考虑到2月和3月都只有4场比赛,这甚至可能是他本赛季执教期间面临的最大的挑战。目前看来轮换可能性不大,毕竟相对固定的阵容赢得了四连胜,“获胜的球队无需改变”是足球界的常识。但对希望继续取胜,同时还能保持更衣室既有良好氛围的卡里克而言,这个常识或许必须在某场比赛被否定。

## 管理层的“心魔”也是问题

虽然卡里克带队顺利取得英超四连胜,外界对扶正他的呼声与日攀升。但曼联管理层还是担忧过早下结论,会重蹈当年索尔斯卡亚的覆辙。7年前几乎同一个时段,曼联任命与卡里克相似的嫡系教练

“救火”,希望依靠索尔斯卡亚球员时代的威望提振球队士气。当年索尔斯卡亚带队取得的是八连胜,包括英超客胜热刺,足总杯客胜阿森纳。执教前17场仅在欧冠1/8决赛主场负于大巴黎,但次回合实现大逆转。当时,被舆论裹挟的曼联管理层立刻奉上了三年长约的正式教练合同。结果赛季最后12场比赛,索尔斯卡亚仅得2胜2平8负。

卡里克需要面对的挑战,还不只是红魔管理层担心历史重演的“心魔”,还有夏季会有更多名帅与他竞争曼联正式主帅职位的问题。仅在英超,候选人就有水晶宫前主帅格拉斯纳、伯恩茅斯的伊劳拉、富勒姆的马可·席尔瓦。2024年足总杯决赛前后,英格兰队主帅图赫尔在就已与曼联有过接触。北美世界杯后,图赫尔当然有可能离开三狮军团,转投自己更擅长的俱乐部领域,这对曼联而言是不小的诱惑。此外,国家队主帅中,纳格尔斯曼也可能在世界杯后获得自由身。另外,还有德泽尔比这样备受英伦业内和媒体推崇的教练也是备选人之一。

卡里克真正用于说服曼联董事会的,是他的稳定性。他在执教米德尔斯堡时,球队表现的走势与索尔斯卡亚在曼联如出一辙。2022年10月卡里克“救火”米堡,首战输给普雷斯顿后,米堡随后的22场比赛取胜16场,3月主场击败普雷斯顿后距离直接升级只差3分。当时,米堡前锋阿克博赛季已攻入29球,球队时隔6年重返英超似乎指日可待。但最后8场米堡仅赢了2场,以16分之差痛失直接升级资格。随后,又在升级附加赛半决赛被考文垂淘汰。

对热刺赛前,卡里克承认短期结果不会改变一切:“足球瞬息万变,我们必须保持冷静。”问题是如果赛季结束时卡里克还是这样出色,就该轮到曼联管理层无法保持冷静了。

**撰稿/寒冰** 击败热刺后,25轮战罢的曼联积44分排名英超第4位,领先第5名的切尔西1分。鉴于英超本赛季在欧战表现出色,已基本锁定下赛季欧冠的奖励名额,意味着前5名都能参加下赛季欧冠。但第6名的利物浦仍然具有足够的威胁,曼联仍然存在无缘下赛季欧冠的可能性。英媒从曼联内部得到的消息,是否能带队取得下赛季欧冠资格,将是卡里克竞争正式主帅的先决条件。

本赛季曼联已无缘欧冠,因此不仅损失了参加欧冠可能得到的至少1亿欧元奖金、电视转播和比赛日收入,还损失了阿迪达斯在内多家赞助商的“绩效”赞助费扣罚。曼联无法承受连续两个赛季无缘欧冠的重大打击,除了欧冠带来的巨额收入和赞助商损失,曼联还将因此在夏季球市失去招募球星的吸引力。尽管卡里克带队取得了四连胜,曼联管理层依然对他是否能带队拿到下赛季欧冠资格表示谨慎乐观。

## 欧冠资格真正底线

值得一提的是,关于卡里克在曼联的未来,英国博彩公司也保持着冷静。尽管卡里克被扶正的赔率依然是头号热门的8/11,水晶宫主帅格拉斯纳(7/1)排名第二,图赫尔和索斯盖特(12/1)排名并列第三,大巴黎主帅恩里克(16/1)紧随其后。不过四连胜后,至少卡里克得到了来自曼联球员的鼎力支持。B费接受采访时称赞了卡里克对球队的领导能力,并表示2021年目睹了卡里克的执教风格后,他一直都知道卡里克会成为一名优秀的教练。

4月曼联的赛程又要开始进入“地狱模式”,4月18日—5月2日红魔要连续对阵切尔西、布伦特福德和利物浦,3支球队目前的排名在英超第5—7位。而且,切尔西和利物浦还是曼联欧冠资格的直接竞争对手。在此之前,曼联还要接受阿斯顿维拉的考验。最关键的问题是,曼联管理层虽然口口声声世界杯后才会着手选帅,但实际上他们现在已开始接触可能的候选人。

有消息源称,曼联代表已经与一位曾两次获得欧冠冠军的教练进行了秘密会面。这次会面的地点在巴黎,曼联的高管与前西班牙人名宿,如今的足球经纪人德拉佩纳进行了会谈,而德拉佩纳正是恩里克的经纪人。法国媒体声称这次会面发生在曼联对富勒姆之前。当时,曼联尝试说服恩里克拒绝大巴黎管理层给出的续约合同。之后的迹象表明,恩里克并未立刻作出决定。西班牙教练之所以不作出决定,同样在于等待曼联能否锁定下赛季欧冠资格。

当然,如果卡里克顺利为曼联拿到下赛季欧冠资格,至少他还有进入曼联新帅候选人名单的资本。

