

艾克森：我不胖，假期都在练

与其他队友站在一起，艾克森的身形确实整整大了一圈，尤其是他的脸和肚子都有明显的发福迹象。考虑到艾克森近期的状态并不是很好，他的年纪也快32岁了，未来对国足出线能有多大帮助，球迷们还是比较担忧。

在中国快十年的生活已经让艾克森完全适应了中餐的口味。此前身体略微发福就是很好的证明。根据资料显示：2012年艾克森第一次加盟恒大时，官方给的体重数据是77公斤，2016年加盟上港时是83公斤，现在应该已经不止这个数字了。

其实艾克森长胖也不算什么新鲜事了，早在前年对战叙利亚队的时候他就有发福的迹象。当时随着艾克森发胖，他场上的表现也不尽如人意，几场世预赛下来都没有达到大家的期望。

“我们刚刚经历了一段假期，现在开始进入冬训，我们的训练量要比平时大一些。包括我在内，我们的队友现在身体状况、体脂和体重数据都还是不错的。”艾克森表示。



李铁需要的不仅是时间

文/李冰

阿基米德说，给我一个支点，我能撬起整个地球。

对国足主教练李铁来讲，他一定有一颗“给我一点时间，我能给你一支全新国足”的雄心。

而李铁无法掌握的正是时间。

按照亚足联制定的四十强赛程，国足将在3月25日主场对阵马尔代夫队，3月30日客场对阵关岛队，而这就意味着，如果今年中超联赛中3月份份份打开，国足眼下在海口的这次集训，很有可能是四十强赛开打前唯一的一次集训，但恰恰是如此重要的一次集训，作为归化球员的阿兰、费南多、李可和蒋光太因为各种原因无法参加，对一向注重整体打法的李铁来讲，届时无疑要面临以“人”还是以“队”为重，以及要不要改变战术思路和打法的选择。

即便中超联赛延期举行，但是李铁同样要面对来自亚冠联赛的“挑战”，毕竟国足阵中一半以上的队员，来自于参加新赛季亚冠联赛的“BIG4”球队，而一旦亚冠采用去年在卡塔尔多哈那样的赛会制，在全球疫情没有得到进一步控制的情况下，回国之后的隔离同样会对国足集训造成影响。当所有的不确定因素叠加在一起的时候，对李铁和志在打进十二强赛的中国男足国家队来讲，“时间”成为了一个谁都无法掌控的因素。

事实上，李铁要应对的压力，远不止此。某种意义上讲，李铁从他的前任也就是意大利主帅里皮手里接下的，是一副不折不扣的“烂摊子”，因为即便国足在最后一场比赛中取得全胜，最多也只能争取以小组第二的身份晋级，而从中超球队参加去年亚冠联赛的表现来看，本土球员并未表现出更强的竞争力。此外，在自身实力的“内因”以及中超限薪“外因”的双重影响之下，习惯了依赖外援的中国足球想要“自强”，显然不是一朝一夕就能做到的。更重要的是，尽管外界对于国足打进2022年卡塔尔世界杯没报多大指望，但是到了四十强赛中，李铁的每一场比赛甚至每一次用人，都会被放到放大镜下面，原本对国产教练就信心不足的舆论，届时或许会更加汹涌，第一次单独执教国家队的李铁能否扛得住，或许也将直接决定这支球队能够走多远。

在李铁向队员强调态度与信心的时候，作为年轻的主教练，他同样需要来自于外界的态度与信心，很大程度上，甚至比他能给国足带来什么样的技战术更重要。从这一点来讲，能否给年轻的李铁和国足团队更多的信任与支持，同样也是中国足球在2021年面对的第一道考题。

计划不如变化 “铁”打的国足流水的方案

对李铁来讲，这是一次“计划”与“变化”不断较量的集训，各种突发状况也在考验着他的执教和应变能力。原本李铁希望利用3月份世预赛四十强赛开打前的这次集训机会重点演练进攻的想法，但是因为两名归化球员阿兰和费南多暂时无法到位，不得不进行调整，但这并没有影响他带队打进十二强赛的信心：“如果说困难，我可以一天，但这就是现状。我跟球员说，无论多么的艰难，只要是在球场上就要把最好的一面展现出来。”

郭田雨是在23日U22国家队与长春亚泰队踢热身赛时受伤的。

作为上赛季中超联赛“金童奖”获得者，去年10月份，郭田雨就进入过李铁的国家队名单，他在身高和冲击力方面的优势，也是国足技战术体系迫切需要的。此前的东亚杯四强赛，李铁在这个位置上曾经先后使用过董学升和谭龙，但前者在上赛季中超联赛中的表现平平，后者一直在踢中甲，相比之下，在中超打进五球并且曾经绝杀过广州恒大的郭田雨，赢得了李铁更多的信任——按照计划，郭田雨会在结束国青队集训之后前往国家队继续训练，为接下来的四十强赛进行备战。

可惜的是，与长春亚泰队的比赛中，首发出场的郭田雨在上半场第34分钟时发生了意外，在回撤参与防守

很少看到李铁主动把自己“送”到了摄像机和话筒面前。

1月23日，国足在海口集训的第二天，也是球队正式集结之后的第一堂室外训练课，国足主帅李铁换好球鞋之后，先是跟场边的记者打了一声招呼，然后主动聊起了球队的情况。“上午熟悉场地还有力量训练，下午进行一点技术训练，让球员们稍微恢复一下，稍微上点强度。”随后，李铁又介绍了国足接下来的热身赛安排，“时间大概是(2月)5日一场，9日一场，跟我们世预赛的节奏是一样的，对手也在确认当中。”

本版撰稿 本报记者 李冰

的过程中出现了拉伤迹象被替换下场，虽然这次受伤不会影响他到国家队报到，但是考虑到拉伤需要一个恢复过程，短时间内郭田雨可能无法参与球队的合练，对原本就需要磨合的国足进攻线来讲，显然是一个坏消息。

国足的另外一个损失，来自于首次进入名单的归化球员阿兰。在1月初接到国足方面的入选通知后，阿兰迅速回到国内，并且在上海完成了为期14天的医学观察，随着疫情防控形势的变化，按照海南省的防疫要求，从国外入境的人员，必须进行14+14天的隔离，阿兰最快也要到2月初才能前往海南与国足会合。据知情人士介绍，在球员确定无法第一时间到队之后，国足方面也对阿兰提出了训练尤其是体能方面的要求，确保他能跟上全队的节奏，不影响下一阶段的技战术训练。

李铁：没办法、没办法

用时下的一句话来形容，就是李铁和国足面临的困难，肉眼可见。

对参加了去年年末亚冠联赛的国足队员来讲，不到一个月的假期，并不能让他们完全从疲劳当中恢复过来，相比四天一场的比赛节奏，长期封闭带来的心理上的疲惫，或许才是最难克服的，而且在全球疫情没有明显好转的情况下，无论是新赛季的中超和亚冠，还是世预赛亚洲区四十强赛，很大概率都会继续采用赛会制的方式，这就意味着，封闭训练和比赛的日子，还将继续下去。

作为教练，李铁理解队员的感受，所以他才会在球队集中之后，为自己的“不近人情”向大家表示了歉意和感

谢。“准备期没办法，这对所有球员都是很残酷的，球员们也累，经历去年这么特殊的一个赛季，球员们精神以及身体都很疲劳，还没有完全恢复。”不过，考虑到四十强赛小组赛迫在眉睫，他也只能带着全队强行提速：“没办法，只能硬拉着(队员)往上走。”好在对于主教练的良苦用心，国足队员也都理解，艾克森在接受采访时也表示，自己会在这次集训中全力以赴，完成教练的要求“赛季冬训期，训练量肯定会大一些，十天之后，我相信我们都会调整到最好的状态。我和队友们都特别期待2021年能为国家队多进球，多赢球，我们的目标是先晋级十二强赛，大家会为此做好准备。”

归化三叉戟只有艾克森到位了

费南多的缺阵，同样给国足带来了相当大的影响。尽管上赛季的数据算不上亮眼，但费南多在广州恒大进攻体系中的作用，却得到了非常好的体现，这名被定义为“小摩托”的快马，不但可以在边路为锋线输送“炮弹”，他的速度优势，也是球队执行防守反击打法的可靠保证，而能边能中的特点，自然也让费南多成为李铁国足阵容当中非常重要的一枚棋子。

作为归化国脚，费南多参加了上一期的国足集训，但是因为家庭原因，近

日才回到中国的“小摩托”肯定赶不上这次的海口集训，李铁计划中的“艾克森+阿兰+费南多”的三叉戟只有艾克森一名球员到位。不过即便如此，李铁依然把做好边路文章作为此次集训的重中之重，因为在第一循环对阵马尔代夫和关岛队的比赛当中，中国队正是凭借着边中结合打法取得了两场大胜的。

目前的国足阵中，谭龙、于大宝和张玉宁都是“正宗”的中锋，在广州恒大踢边锋的艾克森也回到了他熟悉的中路，这些队员的头球以及门前的

抢点能力，也将成为中国队破门得分的“利器”；而在边路队员的选择上，李铁将韦世豪、尹鸿博、明天、吴兴涵、唐淼、李磊和王刚这些在联赛中表现出色的边前卫和边后卫全都招入队中，看重的就是他们在边路的突破和传中能力。尽管此前在公布国足名单时，外界曾经质疑球员的平均年龄太“老”，但是从上赛季中超、足协杯以及亚冠联赛的表现来看，参加海口集训的这些球员，应该已经是最符合李铁战术要求的了。

