

不惜体力的奔跑、勇猛无畏的断抢，再加上伤病无法击倒的坚韧属性，这些特点组成了杨世元——海港球迷口中“自家的坎特”。

2019年5月26日，上海海港队主场2比1力克十连胜的北京国安，首发登场的杨世元成了当晚最大惊喜，为了这一刻，他足足等了五年。

本版撰稿 首席记者 刘闻超

# 大器晚成 世元突击

## 击不垮的海港铁“豆”

这次前往大连征战足协杯前，杨世元其实刚刚伤愈不久，那还是第一节阶段联赛中0比1不敌河北队时落下的病根，当时他在比赛中扭伤膝盖的一幕一度令不少海港球迷揪心。“刚刚复出的时候，身体状态还不错，这也是源于平时的训练保持得不错。不过，因为之前受伤，导致长时间没有比赛，所以需要一两场比赛找到节奏。”杨世元说。

在迎来同申花的德比大战前，海港队先后淘汰了西安骏狼、陕西长安竞技以及大连队，和杨世元一样，球队的状态也是从低到高。首回合5比1力克申花，杨世元打入本队第二球。作为后腰，他先是在中场截断皮球后交给保利尼奥，随后自己一路狂奔至禁区内，接到奥斯卡挑传后轻松弹射入网。这粒进球充分显示了杨世元在中场拦截的特点，以及由守转攻时的前插意识。“首先这个进球奥斯卡传得很漂亮，我是从后排插上，在跑的过程中，我就觉得奥斯卡

肯定有办法能传过来，所以心态上准备得比较充分，最后球过来的时候，在比较局限的情况下，做出了那个射门选择。”杨世元表示。

比赛越多，状态就越好，这已经成为杨世元的个人写照。具体到单场比赛中，他出众的体能，为球队防线提供了充足的覆盖面积，这也是为什么教练组在选择拖后后腰的人选时，通常愿意将信任票投给杨世元的原因。这些年里，杨世元的“代表作”不少，2019年首次亮相帮助球队力克国安是其中之一；同年的亚冠赛场上，海港队客场历经120分钟鏖战，最终通过点球淘汰全北现代一役同样经典。比赛中，杨世元的脸部被对手撞肿，不过在同样以作风顽强的韩国球员面前，杨世元丝毫不落下风，散场之后有记者问他累不累？小伙子说：“还行，跑到后面加时的时候，感觉有点跑开了，主要还是全队都很专注于比赛中，所以也就不觉得有那么累。”



独家揭秘



## “刚开始踢球那会儿，颠球都不利索”

1994年出生的杨世元，和后来转会去沧州雄狮的郑致云一样，是朝鲜族球员。两人由于身形同属灵巧型，加之气质相近，因此被队友和教练称为“小豆”和“小小豆”，“小小豆”要小一岁。2015年，海港队曾引进过韩国中卫金周荣，当时，在韩语翻译还没到队前，杨世元就担任过一段时间翻译的角色。

相较一些同龄人，出自鞍山少体校的杨世元，足球之路起步较晚，当年包括他和郑致云在内，一共有七名来自鞍山的小球员被推荐至崇明根宝足球基地，在这其中，1993-1994年龄段的杨世元、郑达伦、胡博文、董家林被

称为当时队中的“鞍山四虎”，他们也是上海队夺得2013年全运会男足U20冠军的主力。

“因为我起步比较晚，然后一些基本功不像一些同龄人练得这么好，刚开始那会儿，可能颠球都不太利索。”杨世元笑着说。正因如此，杨世元比所有人都更努力，从小他就不怕麻烦、不怕困难，独自在上海训练生活的这些年里，他早就可以自己料理生活中的一切，甚至还能烧得一手好菜。在进入海港一线队之前，杨世元作为适龄球员，参加了2013年全运会，那支队中还拥有贺惯、傅欢、张卫、郑达伦、林创

益、李圣龙、李浩文等一些现在或曾经效力于海港队的球员。不过在当时，这支球队并非是夺冠大热门，原因是在四年前的全运会乙组(U18)比赛中，他们甚至都没能挤进前四。

或许是由于当时不被看好的氛围所致，海港队如今这批1993-1994届的球员身上，都有着更胜一筹的“不服输”个性。而事实上，与现在主打后腰位置不同，彼时的杨世元，其实是球队中的主力右后卫，另一侧则由张卫主打。时任全运队主教练成耀东，正是看中了两人出众的往返能力，而体能也成为后来决赛中“拖垮”东道主辽宁队的武器之一。

## 从“小豆”到“豆哥” 离国足还有多远？

海港主教练莱科上任后，对球员们说过这样一句话：“你对足球付出多少，足球就会给予你多少。”两年前，在刚刚获得为海港一线队出战的机会后，杨世元曾说：“踏踏实实，就是足球的本质，做好自己的事，才能有收获。”

因为伤病，杨世元没能赶上上赛季夺冠那年的比赛，不过从2019赛季起，他就打定主意，要通过自己的付出和努力，“正儿八经”地为球队再争荣誉。赢下与申花的足协杯半决赛后，杨世元表达了对决赛的期待，“山东队之前的几场比赛都看过，对他们有了一定了解，对手肯定是一支实力很强的球队，我们双方也在赛季初踢过教学赛，不过正式比赛目前还没有交手过。对我们来说，首先在心理上要有这个准备，通过有针对性的训练去备战。”

细心的人发现，在做好防守本职工作之余，这两年里，杨世元开始在进攻端也偶有斩获。去年对阵苏宁，他就曾在禁区外贡献了一脚凌空抽射世界波；今年的联赛和杯赛上，作为后腰的

他，又分别收获进球。这样的表现不免令球迷期待杨世元未来是否也能在国家队寻得一席之地？事实上，这样的呼声，在今年12强赛进行期间，也曾于海港球迷之外的球迷圈中出现过。

1994年出生的杨世元，今年刚刚27岁，正是当打之年。尽管如此，由于海港队中涌现了一批更为年轻的球员，因此以往大家熟悉的“小豆”，现在逐渐被不少小师弟叫成了“豆哥”。

在“豆哥”看来，海港队中的传承是有传统的：“从1989年龄段的老队员，到我们这一批（1993-1994年龄段），再到后面那一批（1997-1998年龄段），一代传一代，我们也曾经从老大哥那里得到过许多帮助，这些经验总能给球员很好的启发。作为我自己来说，个人类型上我属于拦截型后腰，怎样精确地在拦截中增加断抢、避免伤病，是非常重要的。同时，在进攻方面的传球、组织能力，也有许多需要提高的地方。通过比赛，一步步去积累和努力。”

## “一直向前就有机会，何况我还不老”

2019年5月26日，海港队主场2比0力克此前在联赛中十连胜的北京国安，奥斯卡和蔡慧康分别建功，但是当晚最大的惊喜却来自杨世元。面对奥古斯托与比埃拉构建的中场，佩雷拉遣上了首次登场的杨世元首发，一举打乱了对手的部署，后者用满场飞奔的表现，为球队的中场防守提供了屏障作用。

光鲜亮丽的登场之前，是兜兜转转的过程，甚至杨世元还一度因为伤病和缺乏比赛的关系离开球队。2017赛季初，为了寻求更多比赛机会，杨世元以租借身份加盟延边队，当时的延边队中，拥有一批朝鲜族球员，包括日

后在场上与杨世元对位的池忠国等。事实上，延边本想以永久转会形式签下杨世元，不过最终，海港俱乐部并没有接受，只是同意了租借的请求。

2017赛季是U23政策落地的第一年，1994年出生的杨世元，本有机会成为“受益者”，结果在跟随延边队前往韩国冬训期间，杨世元在一场与首尔FC的热身赛上，被对手铲伤。不得已的情况下，他只能在前半赛季作壁上观，赛季中期回到上海后，“小豆”接受了半月板的治疗，等到具备重返球场的条件时，赛季已经接近尾声。

经历过当时的曲曲折折，令杨世元在面对伤病和逆境时，早就学会了淡定

从容。2019赛季亚冠淘汰赛客场对阵浦和红钻一役受伤后，他反而安慰起家人和身边的球迷，告诉他们自己很快又能回来。“现实就是这样，总要向前看，只要一直向前努力，就总有机会，更何况我也还不老。”当时杨世元说道。

真正让杨世元的职业生涯出现转机的，应该算是2018赛季末的U23联赛。当时，一线队已经成功夺得联赛冠军，而U23联赛各队被允许有不超过三名超龄球员出战，杨世元是那支球队的首发，结果球队在决赛中战胜同城对手申花夺得冠军。得益于夺冠过程中的出色表现，杨世元获得了在2019年初随一线队出国冬训的机会。