

刘军揭秘青训症结



(上接A4版)

教练,提升了中国足球的形象。但不可否认也带来了许多负面效应,比如假赌黑。

重要的是,我们“足球要从娃娃抓起”在之前做得都很好,抓好了6岁-12岁、13岁-15岁以及16岁-18岁这三个阶段的培养,但后来的改革却恰恰是废除了这个宝贵的人才培育体系。这阶段几乎就是中国青训的“十年低谷”。现在回过头看,从1995年龄段到2004年龄段,我们几乎没有培养出一流的队员。联赛没有好的人才去充实,根子在于我们缺乏一个整体的体系化的计划,而是走一步看一步。

中国的体育除了足球以外,其他绝大部分的项目都搞得还不错。中国足球走“完全市场化”之后,培育体系就出问题了。“市场化”意味着,俱乐部以盈利为目的,而自己培养人就远不如买人的性价比高。俱乐部不愿意培育后备人才了,而我们又把原先被证明是成功的后备人才培养体制给废除了,所以后备人才就越来越少。

【第三阶段】 体教结合培训机制太分散

走举国体制,我们进入了世界杯(2002年)。走完全市场化道路,

我们的培育体制没了,成绩也严重下滑。经过反思,足协重新选择改革的方向而开始走中间道路,也就是校园足球或体教结合(从2014年至今)。

其实30年前也有校园足球。当时,上海一个区有几个传统小学在开展足球运动,好的队员被集中选拔到一个跟少体校挂钩的重点小学。就比方说,当时闸北区最好的是彭浦新村一小,后来还有止园路小学等。如果再有特别突出的队员(9岁,小学三年级)就开始会被选入区少体校。然后,全市范围内最优秀的队员进入市少体校(12岁到16岁)。那时候我们能培养出这么多有特点的优秀队员,最重要的就是抓住了青少年足球培训的核心,就是9岁-12岁的第一阶段(7岁-8岁是普及阶段),以及13岁-15岁的第二阶段。16岁-18岁就是到上海市青年队,也就是当时的体工队。所以,这种选拔队员的体制跟现在体教结合并没有什么本质区别。

在当时的框架下,7岁-8岁的时候就已经开始组织一些比赛了,我二年级的时候就代表学校参加了“雏鹰杯”。这样的比赛,上海足协的老专家们会去看比赛,考察优秀的苗子,然后把名单

给到上海足协,相当于为他们建立一个档案。那时候少体校的教练会看比赛,就像我后来去意大利考察一样,他们挑队员也是这样做的。通过比赛挑队员,不会直接跟小球员的家长交流,而是建立人才档案。所以我们那时候踢球很快乐,打比赛也没有压力。

当时我们足球主抓的三个阶段就是足球真正重要的三个阶段。7岁-12岁、13岁-15岁(刘国江教练在青岛时提出的“1315计划”)以及16岁-18岁。我们现在足球最大的问题其实就是体系化做得远远不够。即便还有一些培训机制,但都太分散,没有之前那种三个阶段的集中培养。

当时我们全市十个区最优秀的队员都集中在少体校培养,或者还会被八一队挑中。全国最优秀的队员也就集中在了八个联赛队伍当中(1989年开始有了联赛)。那时候也正是辽宁队十冠王的时代,所以我们开玩笑说,除了辽宁队,其他都是保级队。

那时候,我们每一个队员的基本功都特别扎实。我记得我们那时候一直在练带球感,再就是狠抓一对一,那时候我们一对一能力特别强,而且是在小场地比赛。这些内容和现在国际足联倡导的训练体系都一模一样。所以,那时候我们在亚洲还是一流的,比如跟日本队相比。我们是专业的,因为有体系化建设,他们就还是校园足球为主。日本从1930年代就开始校园足球了,他们认为只要校园足球搞好了也能搞好国家队。

【痛点是什么】 校园足球缺少精英化教学

重视校园足球没错,但却缺少了精英化教学——就像现在卡塔尔的足球,他们的成功主要就是因为有了阿斯拜尔基地,这就是所谓的精英化培养。还比如法国1986年之后开始建设的克莱枫丹基地,德国2000年欧洲杯之后开始打造的足球精英学校等,他们不久之后都夺得了世界杯冠军。

我们的改革之初并没有标准可以参考。其实欧洲发达国家,足球也是分三个层面:社会足球、校园足球、俱乐部足球。

今天我们反思这整个的过程,其实是完全符合足球规律

的。社会足球(类似于“陈毅杯”或“漕河泾杯”这样的业余比赛),校园足球以及俱乐部足球,世界真正发展足球的就是这三个层面。不能说我们30年的改革一无是处,而是我们通过这30年的摸索证明了足球发展就应该走这三条道路。从2013年至今,我们建立起了社会足球、校园足球和俱乐部足球这三个足球发展体系,但目前我们的水平并没有显著提高。反思之后会发现,问题的源头或许就在于我们失去了体系化、精英化培养。

从校园足球而言,我们发展了10年却收效不大。榜样在哪里?可以参考一下日本的高中联赛和韩国的大学联赛,他们的普及化和体系化建设值得我们学习。而精英化足球,最典型的成功案例就是卡塔尔的阿斯拜尔基地。所谓的精英化培养,是社会足球、校园足球和俱乐部足球都可以在这个精英化里得到体现。这三个层面的优秀人才都可以通过精英化培养走进国家队。将日本和韩国的校园足球和卡塔尔的阿斯拜尔精英培养结合在一起——这应该是我们反思这30年足球改革之后得出的新的发展思路。

我们现在准备搞八个青训基地。在这里,我们可以培养我们的队员、教练、裁判、经纪人,以及跟足球有关的各种专业人士。可以把它看做是一个精英学院。过去10年的校园足球,其实是取得了很大进步,像最近的一个杯赛(2023耐克校园足球冠军赛男子高中组,决赛是大同中学VS七宝中学),里面很多队员都不错。但唯一可惜的是,我们缺少一个把三个层面的优秀人才培养出来的一套体系,也就是精英培育机制。

【现在要做的】 制定长远计划并踏实完成

一些老前辈在内的很多足球专业人士都曾说过,我们之前总是在否定——把原来我们好的传统的东西给否定掉。反观日韩,这些年我们和他们的差距越来越大。在我看来,他们的体系一直都没有变。就像是电脑,硬件系统和操作系统没有变,改变的只是增加更好的配件,或是升级芯片,或是软件更新。日韩足球不断更新战术打法,或是新的训练

方法,而我们却是全方位的改变,尤其是最有价值的体系化。

还有比较关键的是,我们似乎没有一个整体的计划,包括第一阶段的改革。这方面可以参考一下日本,他们从1982年就开始了40年的青少年培育计划。从1982年到1992年,他们用10年的时间拿到了一个亚洲杯冠军,出了三浦知良这批人。后来开始有了中田英寿这一批,再就是香川真司这一批,每一批都有优秀人才成长起来。反观我们,整个社会都达成的共识就是,足球一代不如一代。原因就是,我们在执行相关组改方案时出了问题。

我们现在反思的目的是,如何把我们曾经否定掉的好的东西捡回来,如何学习我们没有的东西。最终由1和2再得出3的结果。少体校模式回不去了,但可以借鉴卡塔尔阿斯拜尔训练营的精英模式。接下来我们应该考虑初中联赛、高中联赛。如何检验校园足球的发展水平,一个好的联赛机制很重要,而联赛的核心是培养人才,而不是追求成绩。

校园足球目前比较大的问题是,没有所谓的“631”(6所小学、3所初中、1所高中)金字塔培养体系。如果再有大学起引领作用,那将会有更大的促进。还有个问题,我们搞的是足球锦标而不是足球文化,我们的初心不应当是追求成绩而是培养人才。所以,9岁-12岁的培养,到了12岁有一个选拔机制(通过联赛)。13岁-15岁阶段,到15岁来一次选拔。16岁-18岁阶段,也是到18岁来一次选拔。最后,再由大学来引领,确保“631”体制有可持续发展的能力。

足球改革做得最好的阶段,是专业的人做专业的事。中间这阶段出的问题,是因为我们违背了足球的核心。1998年,贝肯鲍尔来中国的时候就说过:“发展足球就两个内容——高质量的联赛和青少年的培育。”我们改革的第一阶段有青少年的培育,有高质量的联赛。中间阶段我们有高质量的联赛,但没有青少年培育。后一阶段,我们有普及,但没有体系化的精英培养。我们足球改革的每一个阶段都有其成功之处,如果能通过反思,取精华去糟粕,弥补各自不足,那我们就基本具备了足球发展的一个框架性的脉络。

中国足球发展·刘军观点

一、青少年体系化培养

- ①4岁-6岁,培养兴趣和启蒙阶段守时、整洁、礼仪、团队意识等;
- ②7岁-12岁,足球技术黄金期,技战术能力在这个阶段要完成70%以上;
- ③13岁-15岁,足球精英教学的“4000小时”理论期,也就是过去的市少体校阶段。这一时期的教练员需要有职业联赛经历,名师出高徒。青少年身体和运动心理进入发育期,原先的足球能力与场上位置要求要逐步调整与改变;

④16岁-18岁是足球专项运动培养期,也就是增长“阅读比赛能力”的关键期。如果没有之前各个时期的铺垫,这个时期也很难提高。

二、科学的比赛机制

- ①4岁-6岁,以“开放日”“足球节”等形式,吸引更多人参与进来;
- ②7岁-8岁,足球小场比赛的培育期,让小朋友不断接触不同比赛对手,强弱之间也能不停转换;
- ③9岁-10岁,足球小场比赛能力的

关键期,用循环赛、积分制等形式来锻炼小朋友的比赛能力,建议参加杯赛或争夺名次的高强度对抗比赛;

- ④11岁-12岁,技战术能力已初步具备,可参加锦标赛等杯赛方式,提高竞技能力,培训比赛运动心理,以及发掘或选拔优秀足球苗子进入好的特色足球初中或俱乐部梯队;
- ⑤13岁-14岁,青春期的开端,多进行足球交流赛,少参加联赛或杯赛;
- ⑥15岁之后可以进行一些杯赛或

联赛,培育加强锦标意识;

⑦16岁-18岁,真正足球联赛和锦标赛的培育期,为他们真正进入职业化发展奠定扎实基础。

三、教练员培养

- ①7岁-12岁小学阶段,完成E级、D级、C级三个阶段的教练员培育;
- ②13岁-15岁初中阶段,完成B级教练员资质培育;
- ③16岁-18岁高中阶段,完成A级教练员培育。