

## 多位国脚级运动员转型做教练

## 校园足球与职业足球“共生长”

高水平的体育项目发展离不开高水平的教练员团队。在不久前中央全面深化改革委员会审议通过的《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》中,就明确指出:应当大力培养体育教师和教练员队伍,畅通优秀退役运动员、教练员走进学校兼任、担任体育教师的渠道。

事实上,在上海市大学生足球联盟的赛场上,有不少职业球员转型校园教练的事例。作为优秀运动员,他们对于足球的理解更加深刻,由于曾经是青少年运动员,也更能和学生产生共鸣。职业球员反哺校园足球,正在给大学生足球带来全新的活力。

上海大学 浦玮

## 让姑娘们养成“更好的习惯”

实习记者 吴钧雷

近些年,前女足国脚浦玮身兼数职,有了很多身份,是中超联赛申花主场的新闻官,是时常出现在屏幕上的解说员,也开启了教练员生涯,执教过上海U11男足,如今,又多了一个:上大女足主教练。

这是她第一次以教练员的身份参与到大学生足球比赛之中。“说实话,没想到我比队员们还紧张。”她笑着说。这一个月来,浦玮可谓尽心尽力,抖音与微博的最近更新内容,全部是队员训练的视频与照片。

今年联赛中,上大女足接连输给了复旦、上体与同济。浦玮并不介意失利。上大女足是刚刚成立的联赛新军,胜或败,笑或泪,都是可贵的经验积累。浦玮将全部压力压在自己身上,加班加点地坐在电脑前回顾比赛视频,电脑左侧放着战术板,右侧的纸上记了满满一页的笔记,隔天再带着队员们一起回顾比赛,发现问题、解决问题。三场比赛,让浦玮加深了对于大学生足球的理解。“有时决定比赛胜负的关键因素可能不是能力,而是良好的习惯。”

所谓良好的习惯,其实是浦玮对于球员的整体要求。比如在比赛中,逼抢要迅速、射门要果断、传球要及

时等,与球员的战术意识、团队配合以及拼搏精神息息相关,浦玮称之为“有智慧地拼搏”。而在平时的训练中,浦玮的要求也很严格,制定了很多规则。

“其实来到这支球队,我希望带给她们的就是更好的习惯,用自己的专业素养来帮助她们养成良好的比赛习惯与意识,清楚什么时候该做什么事,做对的事。”浦玮是这样要求自己的队员的,“永远保持积极的状态,不要给对手喘息的机会。不要让我看见比赛中有人双手叉腰,否则会有惩罚的哦。”

一场比赛,只是万里长征的第一步。不论是作为教练员的浦玮,还是作为联盟新军的上大女足,都还有很长的路要走。“我并不觉得她们能力不行,但好的习惯需要时间来培养。而我作为教练员的职责,就是发现问题,面对问题,解决问题,才能让她们持续进步。”

而浦玮所说的“更好的习惯”,在整个大学生足球的范围内,都是金玉良言。在实力差距并不悬殊的情况下,好的习惯能够帮助球员更好地贯彻战术,更好地限制对手,更好地发挥出自己应有的实力。养成习惯,就是养成态度,一种全力以赴、团结协作,只为胜利的态度。



浦玮首次执教高校足球队,带领上海大学女足征战联盟联赛

吴钧雷/摄

华东政法大学 战慧敏

## “11个1相加要大于11”

实习记者 吴钧雷

华东政法大学是上海市大学生足球联盟联赛的常客,每年有三支球队分别报名参加男子超级组、校园组和女子校园组的赛事。在今年该校队的教练席上,除了一直带队的钱国海教练外,多了一位女性:现役中国五人制女足成员战慧敏。

从小到大,战慧敏都与足球相伴。“我小时候比较好动,家长觉得踢球适合一些,就送我去体校学习,不仅是为了学一技之长,也是为了锻炼身体。”此后,她通过足球特招进入北京中医药大学,加入学校的女足。四年里,她一直跟队参加北京乃至全国大学生女足赛事,其中包括五人制比赛。

同是踢足球,五人制和十一人制的足球比赛差异很大,节奏更快,需要在更短的时间里做出更加准确的判断,技术上对于球的处理也有不小的区别。战慧敏走向五人制足球的道路的同时,中国足协也加大力度建设五人制足球国

家队,开始举办联赛、锦标赛等相关赛事,向职业化的方向不断迈进。

战慧敏在毕业后加入河南女足,征战五人制足球联赛,并顺利入选五人制女足国家队。最辉煌的时刻,莫过于去年举行的中国足协“一带一路”杯室内五人制足球国际锦标赛,中国女足最终夺冠,战慧敏获得“最佳运动员”称号。

今年9月,战慧敏开启了职业新篇章,来到了华东政法大学任教。华政足球历史悠久,校内足球文化氛围十分浓厚,各类足球赛事的举办广受欢迎。“燃灯杯”足球纪念赛是多年来华政的传统赛事。“成为华政人,是觉得我的一些想法和华政足球的规划更加契合。”战慧敏说道。

来到华政后,战慧敏跟随钱国海老师参与到男足的训练之中,这也是她第一次来到上海市大学生足球赛事现场。同样是从大学校园足球走出来的运动员,战慧敏深知他们的不易。“相对于职业球员,大学生的训练要困

难得多。因为除了比赛之外,他们还有学业上的压力。”战慧敏说道,“但我始终认为,只要将学习和训练做好平衡,两者是可以相互促进的,这是大学生球员的优势。”

这一点在战慧敏自己身上得到了体现:除了运动员、教练员,她还尝试着成为一名足球裁判员。黄浦区足协上周发布消息,战慧敏被推荐参与女子裁判员发展培训班。“我觉得能把热爱变成工作与生活是一件很幸福的事。”她不断学习,尝试着足球的各种可能性。

对于大学生足球赛事,她也有着深刻的理解:大学生运动员的基础能力与职业球员有不小的差距,更应该注重团队配合的训练。“作为教练员,我们可以对个人进行因材施教,但这一切需要以团队足球为基础,才能把每个球员的优势扩大。”战慧敏认为,只有注重团队意识的培养,才能让大家相互弥补、相互促进,才能做到“把11个1加在一起大于11”的效果。

自身有意愿,教练们应当更多地作为一个引导的角色,帮助他们发掘自己的可能性。“像职业球队现在都需要技术分析,甚至未来需要更多专业的球探,而我们的一些学生正好又懂足球,专业也能胜任。”在执教的同时,孙志国一直在发掘队员的兴趣,帮助他们进行自己的职业规划。

目前,从上海电力大学已经走出了体育记者、青训教练,不少学生球员也因为足球的特长被一些企业青睐。到了明年,加上新招收的一批高水平队员,上海电力大学准备开始参加超级组的比赛,但孙志国对球队的成绩却并不看重。在他看来,大学四年更重要的是拥有和其他学生不一样的经历,如果过程中还能帮助他们发现未来的方向,那则是再好不过的事情了。



孙志国发掘球员更多的可能性

上海电力大学 孙志国

## “打造足球人才的蓄水池”

本报记者 李一平

上海电力大学足球队的主教练孙志国不仅曾是一名全国足球乙级队联赛的球员,同样还是一名经验丰富的青少年足球基层教练员。1992年,从上海体育学院毕业后,孙志国就作为球员来到了上海中纺机俱乐部,代表球队征战过全国工人足球联赛、全国足球乙级队联赛。后续,由于球队内部调整,他又转型成为一名青训教练,执教当时上海市的二线足球俱乐部——时代足球俱乐部U19梯队。到了2007年,

中纺机原有的场地被规划为上海电力大学校舍,他就随球队的主教练朱有宏一同进入到上海电力大学,作为体育教师开始带训大学生足球队。

在球员时期,对孙志国来说首当其冲的是如何踢好球,在场上发挥应有的作用;到了俱乐部当教练,则是一门心思要提高球员的水平,帮助他们踏上更高的足球舞台;转型体育教师,面对大学生足球队,不仅要帮助他们在踢球上更进一步,在读书之余享受足球的乐趣,但更重要的是通过自己多年的球员、教

练生涯带给他们更多关于人生的思考,为他们树立团队精神和体育精神,这也正是推进“体教融合”的真正意义所在。

前不久,上海电力大学获得了足球高水平运动队称号,今年9月首批招收了六名球员。除了校园队伍的带训外,现在孙志国还得兼顾高水平队的训练。“我一直在想,除了教给孩子们踢球之外,我还能帮助他们什么。”在孙志国看来,高校中的学生会踢球不仅可以是一项爱好,同样能成为未来职业道路上的一技之长。在他的设想中,如果学生