女超联赛再启，上海女足迎第二阶段开门红

水庆霞全身心投入女超

本周，2021赛季女超联赛重燃战火。第二阶段赛事在云南昆明海埂基地举办，从10月19日到11月4日，10支球队将进行联赛第四轮至第九轮的较量。第四轮赛事中，上海农商银行以2比0击败广东梅州客家。 专题撰稿 本报记者 吴钧雷

水庆霞谈首战告捷——

满意，但不是最好状态

率领奥运联合队完成全运会任务后，水庆霞回归上海女足继续任教，并未参与中国女足主教练的竞聘。上海女足在全运会上夺得银牌后，五位国脚终于归队“合体”，球队利用国庆假期备战女超联赛。为了更好地适应昆明的高原气候，国庆假期一结束，水庆霞就率队去到昆明。

第四轮比赛迎战广东梅州客家，虽然对手有双外援坐镇，且刚刚从江苏引进了国脚门将彭诗梦，上海农商银行女足在实力上仍然占据优势。首发名单中，张馨、肖裕仪、杨莉娜三位国脚和外援芭芭拉·班达齐上阵，其余位置沿用全运会期间的首发。

最终，上海女足凭借上、下半场各一粒进球拿下3分：第20分钟，张馨开出角球，汪琳琳头球回摆，李佳悦在禁区乱战中拿球射门，先下一城；第80分钟，刚刚替补上场的缪斯雯与肖裕仪完成精妙配合，后者奔袭至禁区附近，凭借精彩的远射帮助球队锁定胜局。

这是李佳悦在今年联赛中打入的第二粒进球。作为中后卫，她一直是上海女足在定位球进攻中的得分依仗。陕西全运会期间，上海女足首战面对四川女足，李佳悦利用任意球机会打入全场唯一进球，帮助球队拿到了首胜。当然，曾自信喊出“我是中国女足最佳中后卫”的她，在防守端起到了定海神针的作用，有效抑制了广东女足双外援的发挥。

五名从国家队归来的队员让上海女足的排兵布阵不再“捉襟见肘”，水庆霞在比赛期间的用人调整显得游刃有余。下半场，在对手的进攻逐渐起势的关键时期，杨莉娜被换下，缪斯雯替补上场，水庆霞希望改变球队的进攻节奏。缪斯雯的第一脚触球与肖裕仪成功“连线”，而肖裕仪的状态十分火热，面对得分机会毫不手软。

“我们很久没有和广东队比赛了，所有队员踢得很积极，对于高原球场的适应程度也很好，技战术层面打出了赛前制定的要求。”水庆霞认为，纵观整场比赛，球队的发挥令人满意，但并不是最好状态，“尤其是队员们在球场上相互之间不断呼应、不断鼓励，这一点特别好。”通过网络直播，虽然没能看见水庆霞的身影，但她用上海话指挥，声音清晰可辨，全场队员都能听得到。良好的沟通确保了上海女足的胜利。

第二阶段使用单外援 班达回归需尽快磨合

虽然没能取得进球，球场上最引人瞩目的还是在东京奥运会上“大杀四方”的赞比亚球星芭芭拉·班达。

球场上的班达有多无敌，上赛季所有球队都领教过。水庆霞曾评论班达的发挥：“上赛季她表现特别好，对球队的帮助很大，同时也能很快融入集体，每个人都喜欢她。”作为女足运动员，班达在速度与身体对抗方面的优势过于明显，也是人们对其“无解”的主要原因。

第二阶段班达归队，帮助上海女足在进攻端保持足够的稳定性与侵略性。广东队为数不多的进攻显得唯唯诺诺，因为一旦发生球权转换，立刻会出现“班达在前场以一敌二”的场面，且班达完全不落下风。不过，班达的竞技状态并非最佳，有不少得分良机均没能把握住。

东京奥运会结束后，班达的训练一直不太系统。而且，9月末她刚刚抵达上海，国庆期间才完成隔离，与球队磨合的时间并不长。“班达刚刚合练不久，需要通过比赛慢慢调整状态，拉一拉体能。”水庆霞说道。

值得一提的是，本次出征的大名单中并未看见巴西外援米兰纳的身影。虽然米兰纳早于班达与球队进行合练，但水庆霞表示，米兰纳因为一些原因留在上海。“第二阶段她不会上场，有可能的话第三阶段会安排。”第一阶段比赛，武汉女足的外援特姆瓦表现亮眼，三场比赛有六球入账。如今班达归队，单外援出征的上海女足将在10月29日与武汉女足过招，这将是决定联赛头名归属的关键比赛。

唐佳丽：打入首球才能算我留洋的开始

14日凌晨，中国女足球员唐佳丽迈出了自己留洋生涯的关键一步——在联赛杯小组赛首轮对阵查尔顿女足的比赛中，她帮助热刺女足打入制胜一球。

这是她留洋以来取得的首粒进球，跨过生涯里程碑后，唐佳丽畅谈了自己留洋之后的感受。更快速的训练比赛节奏、相比国内更加自主也更需要操心的生活、在语言方面的潜心学习和进步……这些经历，对于唐佳丽来说都是全新的体验——有压力，有困难，但更有成长。

首粒进球，等待太久了

对阵查尔顿女足的联赛杯比赛中，唐佳丽打入全场唯一进球，成为球队取胜的功臣，而对于这粒进球，她说自己的反应是——等了太久了。

“其实我等这个进球也等了蛮久了，来了这里之后，我认为我打入了这个首球，才能算是我留洋的开始。”对于唐佳丽来说，这粒进球的重要性和意义不言而喻。

“（教练队友）也非常替我感到高兴，恭喜我终于为球队进了第一个球，对我说你表现得很好，大家基本都来祝贺了我一下。我也想要跟球队的磨合更加默契，现在跟教练队友的默契我感觉是越来越好了。”唐佳丽说。

虽然有一定的英语基础，但对于唐佳丽来说，想要完全跟队友教练无障碍沟通无疑还是需要更多时间。“障碍肯定还是有，但是我也能感觉到慢慢习惯了她们的语速，有时候能听得懂，她们也会为了我特意再单独和我沟通，包括球队的技战术之类的。”平时在训练比赛之余，俱乐部也请了英语老师通过网络给唐佳丽上课。

英超女足节奏更快

虽然留洋的时间还不算太长，但也足够唐佳丽感受英超女足和国内女足在训练和比赛中的不一样。在她看来，其中最大的不同就是一个字：快。

“比赛肯定有太多不一样，第一就是速度特别的快，然后就是身体对抗的激烈程度（更高）。因为这边球员的身体素质都比较好，打得也比较大开大合，也有小配合，但是长传可能会偏多一些。因为快速的节奏，所以会有很多一脚出球、长传，对方拿球了马上就要快速到位，没有休息的时间，角球任意球也要快速发。”在唐佳丽看来，这个“快”是攻防两端全方位的，“节奏真的很快，防守对你的压迫和逼抢，你快速的反击，快速的配合，包括你自己的盘带，都必须要在一个高速的基础上，才能去做别的动作。“她们的身体也是很壮，每球必争的那种。”

在这里，什么都要自己做

在经纪团队的联系安排下，热刺俱乐部帮唐佳丽解决了一些生活事宜，除了为其配备英语网课老师外，还帮她租了房子，安排了接送往返训练的车辆，但“还是会感觉很辛苦，毕竟刚刚来什么都不懂。吃穿住行，需要考虑的事情特别多。因为对这边的各种办事也不太熟悉，所以也找了朋友帮我弄了一段时间，办证件之类的。”唐佳丽说。

“在国内的话，可能会有像领队这样的人帮你去做，你自己不需要出特别多的力。而这边则是——虽然也会告诉你要去办这个办那个，但是还是需要你自己去弄，我就得找朋友去问，然后自己做。”

目标：成为队里的核心人物

出国之时，唐佳丽还带上了火锅底料和螺蛳粉，果然派上了用场——因为球队提供早午餐，但晚餐得自己解决。唐佳丽说经过留洋的“锻炼”，自己的厨艺应该也会有所长进。不过她更希望的，还是通过留洋锻炼让自己的足球能力更上一层楼。在她的身上，也寄托着众多中国球迷的期待。

唐佳丽多场比赛的出色表现，也征服了不少球迷的心，赛后也有球迷向她索要签名，如今完成了首球这个“小目标”之后，唐佳丽也更有动力面对接下来的挑战。“期待肯定是想走得更高更好，但还是要一步一步来，首先要取得教练和队友的信任，然后逐渐可以打到主力的位置，渐渐能成为队里的核心人物。”

肯定希望回到中国女足

今年的东京奥运会上，在奥预赛中表现出色的唐佳丽没有进入中国女足的名单，让众多中国球迷困惑不已，这对于唐佳丽自己来说也是一个巨大的遗憾。

如今身在英伦踢球的她，心中重新披上国家队战袍为国争光的愿望依然没有改变。

“我肯定是希望回去，但是我毕竟不是教练，还是要看教练的选择和想要的安排。”她说。

由于中国女足长期实行长时间集训，留洋踢球是否就可能难以和国家队集训兼顾？对于这个问题，唐佳丽倒没有太多的担心。

“既然我已经出来留洋，而且也都有国际比赛日，还是会有时间回去。如果是国内那样的长期集训的话还是会商量吧。”

如今在英国的土地上，唐佳丽的留洋之路已经顺利起步——对于中国女足来说，一个冲劲十足的唐佳丽可以成为强有力的武器，错过了东京奥运会，她仍有机会在更多的大舞台上闪光。

摘自 澎湃新闻