

# 以父之名,青出于蓝欲胜于蓝—— 宋润潼:踢球使我快乐

## “踢球和学业我都很享受”

近些年,整个中国足坛环境不甚理想,有客观原因,也有人为原因,林林总总加在一起,对年轻球员来说不算友好。再聊起当初从西班牙回国,走上职业足球道路的决定,宋润潼并不后悔,“既然选择了就好好干,踢球使我快乐,我很享受,那就够了。”

当然,即便现在已经成为了一名职业球员,宋润潼依然没有放弃学业。2020年,他通过足球特长生招生考试进入了东华大学,学习工商管理专业,“我和家里人都觉得文化学习很重要,等到以后不踢球了,在社会上,你必须要有文化。”

受限于身份的特殊性,宋润潼无法确保每堂课都和普通学生一样出席,但只要在上海,他就会去学校上课。去年联赛间歇期间,青岛队曾在上海拉练,这也给了宋润潼一些便利,在保证训练的基础上,他会尽最大可能兼顾课业。训练与上课,成为了填满他生活的两件事。

“成绩还可以,大学嘛,能过就行了。”他笑道,“也可能我选的课没有特别难的,数学我就没选,比较难过。”



宋润潼 (青岛队)

那些花儿

第五期

独家专访

提起宋润潼这个名字,申花球迷或许会觉得有些陌生。他是申花2001年龄段梯队的主力前锋,是国青队常客,其父亲宋力也是一名足球运动员。在小学时期,宋润潼就展现了不错的足球天赋,2013年,年仅11岁的他就入选了青岛中能U13梯队。上个赛季,宋润潼从申花租借至家乡俱乐部青岛队,获得了五次联赛出场机会,成为申花在这个年龄段为数不多的有过中超经历的年轻人。

本版撰稿 特约记者 余易



宋润潼

生日:2001年9月18日  
籍贯:青岛  
身高:185厘米  
体重:75公斤  
位置:前锋



宋润潼现就读于东华大学

## “首秀0比6,让我学会坚强”

回忆起自己的中超首秀,宋润潼已经记不太清楚赛前的紧张情绪了,倒是赛后对比赛的沮丧记忆犹新。

那场比赛,青岛队0比6遭广州队“血洗”,苦吞队史最惨痛失利。鉴于对阵双方存在实力差距,加之主教练吴金贵的排兵布阵时有所保留,输球本在意料之中,但亲历球队大门六次失守,对于20岁的宋润潼来说,仍是一段稍显“惨烈”的回忆,“我在申花梯队的时候,从来就没这么比分输过。”

就算赛前做好了心理建设,也没有哪个球员会对输球无动于衷,更何况是个头一回经历大败的年轻人。“天”塌下来还有老大哥们帮忙顶着,年长的队友见宋润潼情绪低落,给他送上了克制的安慰,鼓励他调整心态,毕竟比赛还要一场一场地打。哪想之后连续的九轮联赛,打是一场一场地打着,输也是一场一场地输着。其中,与泰山队的次回合交锋,是宋润潼第一次首发打满全场,0比5惨败于对手的结果犹如挨了“五闷棍”,让他自己这个小小的里程碑反倒是残垣断壁。

宋润潼以前哪见识过这样的场面。在青超,他所属的2001年龄段申花梯队是支强队,常打胜仗,也捧过冠军奖杯;前年在甲乙,空降联赛的国青虽以小打大不被看好,最后却能超出预期,胜负战绩基本持平。去年租借到青

岛队,宋润潼本是奔着为家乡球队做贡献去的,不想被上了一大堂“挫折教育”课,一系列的惨败和连败让他深感无力,恨自己尚无足够的经验和能力帮上忙,只好眼睁睁看着球队倒在欠薪与伤病潮的双重夹击之下。

与浙江队的两场保级生死战,宋润潼的名字都出现在了替补名单上,主教练或许曾做过换他上场的准备,并在比赛场面胶着之时安排他去场边热身,但最后因为一些场上的临时变故而作罢。“我当时一直在祈祷我们能快点进球,也很希望自己能够上场,和队友一起把比赛拼下来。”宋润潼的语气里仍有些遗憾,他还记得结局落定那一刻,身旁的队友们都难掩失落,更衣室里的气氛湿答答的,全是汗水和眼泪,“反正大家都挺难过的,一些球队里的老大哥都哭了。”

“经历了这个赛季,我觉得自己的心态比之前好很多,以后每场比赛肯定都会全力争胜,但在面对失败和挫折时,心理会更坚强。”宋润潼说道。降级的结果不好接受,连败的阴云亦不会从记忆中完全抹去,但对于这个赛季的经历,以及这支家乡球队,他心里更多的是感激,“能有机会踢上中超,对我的锻炼还是很大的,我对技战术的理解也比以前提高了不少。”

## “踢申花时,迫切地总想证明自己”

在这支青岛队,申花元素几乎占据了“半壁江山”,比起尚未在一队露过脸的宋润潼,周俊辰、宋建荣、王伟、栗鹏,以及赛季中途请辞的以吴金贵为首的教练组,是申花球迷更为熟悉的名字。

同为青岛人,又踢同一个位置,宋建荣给了宋润潼很多帮助,在场上常与他呼应,有时训练或赛后,也会给他提些建议,告诉他怎么踢更好。宋润潼还记得保级组比赛里与申花的那场遭遇战,按理说租借球员是要回避的,但由于申花没有保级压力,俱乐部也乐得给“自己人”锻炼机会,双方经过友好协商,没有实施回避条款这档子事,他便因此顺理成章上了场。

踢申花,和踢其他球队,于宋润潼

又是完全两种心情,用他的话说,他迫切地“希望能在母队面前证明自己”。大多数的大哥们,他以往只在练习赛中有过交锋,当在正式比赛上真刀真枪地对垒,说不紧张那是假的,或许也是因为心理包袱的原因,他错失了一次射门良机。

没能迎来自己的中超首球,这是宋润潼最为遗憾的事,他用“中规中矩”评价了自己的处子赛季,“无论数据还是进球,都没有达到我理想的样子。”

“看清差距,努力追赶。”这是宋润潼的微信签名。“可以说是看清自己和国家队的差距,也可以说是看清自己和那些欧洲球员的差距。”他说,“人总是在不断努力,不断进步的,总是要去

拼搏的。”

“我的身高和身体在同年龄段可能算条件好的,但到了中超赛场,还是能明显感觉在对抗中有很大的不足。踢球的自信心也是我要加强的,以后要敢于在场上做动作,要更有想象力。”他举了个例子,“有些动作在场上做的时候觉得自己特别帅,一看录像,就感觉‘做得什么呀这是’。”

“下赛季的目标是先取得一个进球,希望自己能获得更好的发挥,也希望能有更多的上场机会。”疫情之下的中超联赛变幻莫测,下赛季何时开始,如何进行,现在谁也没法给个准信。“下赛季”说远不远,说近也近不了,在那之前,宋润潼还有足够的时间为未来做准备。

## “父亲很少夸奖,鞭策我养成自律”

和大多数球员一样,宋润潼与足球结缘始于“踢着玩”。小学里的那片跑不了几步的塑胶场地,连假草都没有,却承载着他对于足球最初的回忆。后来上了初中,校园小到连足球场都没有,再加上学校里不让踢球,他便暂时收了心,专注学习。

初二那年,宋润潼去了西班牙,本意是留学读书,还有考大学的打算。也是因为不想错过西班牙这么好的足球氛围,他在马德里当地找了一家小俱乐部,一边上学,一边用踢球来丰富自己的业余生活。可这就是人生,就像棵野蛮生长的树,你无法预料下一根枝

桠会往哪里延伸。一年后,原本将读书考学作为规划的宋润潼,得到了一个去申花试训的机会,自那之后,他便一直留在了申花。某种意义上,现如今宋润潼可以称之为子承父业,他的父亲宋力曾是青岛海牛的门将,也曾做过守门员教练。“我爸不让我守门,他说守门太累太苦了。”宋润潼半开玩笑道,“他的理想是做前锋,所以我就踢前锋了。”

有职业级的父亲支持,宋润潼在这条路上摸爬滚打时,自然多了些底气。父亲时常会为他复盘比赛,帮他找出不足,并提一些专业性的建议,

“他比较少夸我,基本都在说我有哪里地方还做得不够好,鞭策我提升自我。”

在父亲的驱动下,宋润潼更加自律,无论饮食还是训练,都能自觉恪守一个职业球员应有的素养。在青岛队期间,几名外援的敬业精神给他留下了深刻的印象,“像亚历山德里尼他们,训练会早到热身,平时也总是去健身房加练,每天都吃一样的意面和沙拉,非常健康。”他尝试过借鉴外援的食谱,但口味差异很难改变,最后还是放弃了全盘照搬,激励自己在其他方面向他们学习。



宋润潼与父亲宋力合影