



心理和身体进入疲劳期，申花如何满血迎敌？ 重点演练定位球防守

申花队员已经很久没有“享受”过一个“长达”七天的备战周期了。

上一次申花队的一周一赛，还是在联赛第四轮打完上海海港队，到下一场周五对阵大连人队之间，有四个整天的休整时间，而这一次主场打河南到下一场客场打沧州雄狮队，中间隔了整整一个星期。

“其实不光是我们，中超所有球队都面临着同样的问题。”1比1战平河南队之后，吴金贵坦言一些申花队员正处于身体和心理的双重疲劳期，虽然他并不认为这是球队表现欠佳的理由，但连续征战也确实给球员带来了一定的影响，尤其是在连续不胜的情况下。“我们会积极地进行调整，帮助年轻队员减轻压力，打好后面的比赛。”

本版撰稿
本报记者 李冰

京、武汉、天津和大连等赛区考察
本月，扬科维奇先后在上海、北



实习记者 陶煜洋 摄

巴索戈还需要点时间

用球迷的话说，就是申花队进攻线这个赛季的表现完全可以用“稳定”两个字来形容——除了客场对深圳队打进三球之外，其他的九场比赛总共打进九球，不多不少，每场比赛都进了一个球——排名中超前八的球队当中，申花队的12粒进球是最少的，甚至排名积分榜倒数第三的青岛海牛队的进球数，也都达到了11个。

不过，单纯用进球数来评判申花队的进攻，显然有失偏颇，在另外一项威胁进攻次数的数据统计上，申花队并不比上海海港、成都蓉城和武汉三镇这些进球“大户”逊色，甚至用圈内的评价来看，如果申花队员把握机会的几率提升一半甚至三分之一的話，至少可以增加五六个进球，积分榜上也将处于一个更有竞争力的位置。

与河南队的那场比赛中，首发出场的外援前锋马莱莱虽然打满了全场，总体表现只能算是平平，而这跟他在之前与成都蓉城队比赛中受伤下场

不无关系。外界并不清楚的是，申花队从成都回到上海之后，包括张威和刘若钺在内，队中有几名队员出现了发烧的症状，前锋位置上直接闹起了“人荒”。在经过检查没有太大问题之后，马莱莱主动表示，可以在与河南队的比赛中上场，教练组在实在无人可用的情况下，只能冒险派他上场，把这场比赛顶了下来。

对申花而言，外援巴索戈的伤愈复出可谓及时，毕竟在球队的打法和进攻套路已经被对手熟悉和了解的情况下，他的出现，让申花队的进攻有了变化的可能。“从上一场比赛来看，巴索戈要找回比赛的感觉和状态还需要一些时间。”在申花队内一位人士看来，不管是这个赛季第一次代表球队出场的巴索戈，还是相比赛季初有一些起伏的年轻队员，其实都是很正常的，“等到外援完全熟悉和适应了，等到伤病队员全都回来之后，进攻肯定会得到改善的。”

找到软肋，对数据和视频进行分析

已经结束的10场比赛中，申花队丢了七球，在16支中超球队当中，与上海海港队并列最少。与前五场比赛当中有四次零封对手不同，从第六轮打深圳队开始，申花队每场比赛都有失球，尤其是最近两轮，不管是客场对阵成都蓉城，还是回到主场迎战河南队，都出现了被对手利用定位球机会头球破门的情况，定位球防守似乎一下子成了申花队的软肋。

本周日，申花队将在客场对阵沧州雄狮，虽然对手目前只排在积分榜第11位，但是阵中几名外援奥斯卡、奥乌苏、洛卡迪亚和什科里奇都具备相当强的冲击力和抢点能力，尤其是在上一轮刚刚战胜上届冠军武汉三镇队

的情况下，势必会利用主场作战的机会，给申花队后防线施加更大的压力，无疑也给申花队的防守、尤其是定位球防守提出了更高的要求。

对于球队在之前几场比赛中出现的定位球防守问题，申花教练组已经进行了细致地总结，最近的训练当中也安排了一些针对性的内容——事实上，每场比赛结束之后，教练组都会对包括每个队员在内的各项数据进行汇总，然后结合视频进行分析，从而找到问题所在，只是由于基本都在一周双赛的节奏当中，更多地还是以调整和备战为主，很难像赛季前的备战期那样，对一些技战术环节进行反复打磨。

“联赛是一个漫长的过程，尤其是对防守队员来讲，比赛当中的每一分钟都要保持注意力的高度集中，因为现代足球发展的一个趋势，就是节奏越来越快，可能前一秒钟还在进攻，一秒钟之后对手就已经把球打到你的半场来了。”在一位一直关注申花队的业内人士看来，以年轻队员为主的这条申花后防线，这个赛季到目前为止的表现已经相当出色了：“希望不要因为连续失球影响到队员的自信心，也相信教练组会根据自身和对手的情况，找到解决问题的办法。”

昨晚，足协杯第二轮先赛六场，云南玉昆2比0战胜广西平果哈嘹，前者也将在第三轮与上海申花队交手。



扬科维奇选将忙不迭，先得和亚运队“抢人”

用“忙得飞起”四个字来形容国足主帅扬科维奇这个5月的工作节奏，一点都不为过。

5月28日，扬科维奇已经先后在上海、北京、武汉、天津和大连等赛区考察了多场中超比赛，并且还专程到大连梭鱼湾专业足球场“踩场”，为6月份中国男足国家队在那里进行到两场热身赛做准备——相比之前动不动就回欧洲休假的意大利人里皮，至少在敬业这一点上，平均每轮联赛都要看两到三场比赛的扬科维奇，显然是可以“完胜”的。

不出意外的话，国足最新一期的集训名单，会在下周中左右对外公布，在确定了6月14日对阵缅甸以及6月20日迎战巴勒斯坦两场热身赛之后，扬科维奇也将迎来他执教中国男足国家队以来在国内的第一次亮相。此外，由于6月份的两场热身赛属于国际A级赛事，对于要在今年下

半年和明年年初分别迎来2026年世界杯亚洲区预选赛36强赛以及2023年亚洲杯赛的中国队来讲，无论是提振士气和信心，还是获得更多的国际足联排名积分都相当重要，自然不能掉以轻心。

虽然在外界看来，国足6月份的两个对手实力都不算强，“扬家军”取胜的难度并不大，但扬科维奇面临的困难同样不小——如何填补后腰位置上的空当，以及如何解决“谁来进球”的问题，也将成为对国足主帅执教能力的最大考验。

联赛第四轮上海“德比”，申花中场大将吴曦脚趾骨折，恢复期约为八周；到了第八轮，河南队队长、同时也是现役国脚的王上源右脚踝多处韧带损伤，关节多发囊变、水肿，预计休战至少三周，而这就意味着，3月份国足客战新西兰队那场比赛中先后出场的两位后腰选手，可能都不会出现在6月份的集训名单当中，原本还算“殷实”的国足中场后腰位置上，一下子闹起了人荒。

同样让扬科维奇担心的，应该还有锋线。截至联赛第10轮，打进七球

的武磊与长春亚泰队外援莱昂纳多并列第一，打进四球的巴顿排名第八，艾克森和谭龙则各自打进三球，分列第10和第12，而曾经作为国足主力中锋的艾克森的三个进球当中，还有一粒是点球，进球效率并不算高。能否利用好与缅甸和巴勒斯坦两场热身赛的机会对锋线组合进行磨合，对于将要征战世预赛亚洲区36强赛的中国队来讲，至关重要。

国足内部挖潜的同时，扬科维奇不得不进行的一场“外战”，则是跟U24中国男足亚运队“抢人”。因为种种原因，原本应该在去年举行的杭州亚运会足球比赛，延期到了今年9月份，在很多球队宣布将由U21甚至U19球队出战亚运会的情况下，中国与韩国两支U24亚运队成为了仅有的两支以“超龄”球员出战的球队。不过即便如此，按照国足亚运队方面的要求，为了打好6月份在浙江金华与韩国U24国家队也就是韩国亚运队的两场热身赛，同样会征调三名24岁以上超龄国脚，但是在原定的吴曦和张玉宁因伤无法出战的情况下，亚运队将与国足进行

协商，以确定新的超龄国脚人选。

相比国足和亚运队，由杨晨执教的U17国足也就是中国国少队的处境更加困难。按照计划，结束了在上海的集训之后，国少队已经在5月21日飞赴日本，在那里进行为期两周的训练并且进行热身赛，然后在6月上旬前往泰国，备战在那里举行的亚少赛，中国队将在6月16日、19日和22日分别迎战小组赛对手塔吉克斯坦、澳大利亚以及沙特阿拉伯队。然而让人意想不到的，5月20日，也就是原定出发前往日本的前一天，国少队突然改变计划，从上海返回之前的集训所在地云南玉溪进行训练，放弃了到日本拉练的机会。

按照杨晨原先的设想，在日本的三场热身赛中，国少队都将以小打大，同时让队员尽快熟悉和适应更快的比赛节奏和更强的对抗程度。取消日本之行后，国少队会在云南集训期间重新寻找合适的热身赛对手，而且不出意外的话，国少队仍将按照原定计划在6月上旬前往泰国，并且在亚少赛小组赛开打之前踢两场热身赛，但能否达到理想的效果，恐怕就要画上一个问号了。