



热身赛只看过程不看结果

扬帅把脉国足开门红



当地时间12月25日下午，在阿联酋阿布扎比集训备战亚洲杯的中国国家男子足球队进行了一场热身赛，凭借林良铭的“梅开二度”和张玉宁、武磊、蒋圣龙的进球，国足5比1大胜阿联酋二级联赛的地区体育队，迎来国足本次集训系列热身赛的开门红。

本场热身赛，国足主要想通过实战检验球队的体能储备情况，考察队员竞技状态并磨合阵容，同时帮助队员们找找比赛感觉。比赛中，国足主教练扬科维奇进行大面积轮换，在上、下半场分别安排了两套完全不同的阵容。

专题撰稿
本报记者 李冰



张玮 摄

武磊表态“感觉良好”

用“年终无休”这四个字来形容一些正在随队备战卡塔尔亚洲杯的国脚，一点都不为过。

打完11月25日的足协杯决赛之后，吴曦、朱辰杰、蒋圣龙和戴伟浚四名申花国脚获得了为期二十天左右的假期，虽然比起中超联赛结束之后便开始休假的国足队友短了一些，但是跟当时还有亚冠联赛小组赛比赛要踢的山东泰山和武汉三镇两支球队的国脚来讲，已经“幸福”很多了——当山东泰山队12月13日打完客场与横滨水手的最后一场亚冠小组赛时，距离国足12月17日的报到集中，只有四天的时间。

对于一向对球员体能有着非常高要求的扬科维奇来讲，在最短的时间内让绝大多数国脚的身体状况基本达到同一条水平线，也是他在球队抵达阿布扎比之后的第一项任务。

“第一周练得挺辛苦的，因为刚回来，进行了很多体能上的训练。”与地区体育队的比赛中，首发出场的武磊为中国队打进一球，在他看来，过了体能这一关之后，球队就开始准备

进入比赛节奏了：“在俱乐部的时候，球队每年都会有冬训，大家也都习惯了这样的节奏。另一方面，球队到后期可能也会安排、组织一些团建活动，增进大家彼此间的交流和感情，然后更好地全力以赴进行备战。这个（热身）比赛我觉得主要还是看过程，结果其实在现在这个阶段不是特别看重。”

按照计划，中国队下一场热身赛将要对阵阿曼，这个对手的实力肯定要远超地区体育队，对中国队而言，无疑会是一场硬仗，但扬科维奇却提前给球员“减压”，表示这场比赛的结果并不是最重要的。“和阿曼队比赛时，我们恰好完成了第一阶段体能储备的上量过程，然后转入技战术训练。我们不会因为跟阿曼队进行热身赛就改变我们的整体计划，而是按照既定的内容和节奏进行，阿曼是一支很强的球队，我们届时会有一些针对性的部署，但不会在成绩方面提出什么要求，因为我们要把（亚洲杯）正赛放在优先级，此前的训练和比赛都是以磨练队伍为主。”

无论是上半场的4比0领先，还是下半场与对手打成1比1平，阿联酋当地时间12月25日的这个下午，对于站在场边观看国足与阿联酋乙级球队地区体育队热身赛的中国男足国家队主教练扬科维奇来讲，他更愿意把自己当做“观众”而不是比赛的“指挥官”，在距离2024年1月份的卡塔尔亚洲杯小组赛开打还有不到三周的时候，用“旁观者”的视角，找出这支刚刚集训了一个星期的球队的问题和不足。

遵循着热身赛由弱到强的原则，

国足在阿联酋首场比赛的对手，是来自于当地第三级别的一支球队，很大程度上，这也是扬科维奇收假不久的国足队员的一种保护。按照计划，中国队将在两天之后，也就是当地时间29日与阿曼队进行热身，尽管从整体实力来看，阿曼队肯定要强于地区体育队，但扬科维奇表示不会过于看重比赛的结果，就像他不认为第一场热身赛的5比1能说明太多问题一样：“我不会对成绩方面有什么要求，因为我们要把（亚洲杯）正赛放在优先级，此前就是以磨练队伍为主。”

“看到了想看的東西”

至少在扬科维奇看来，与其把跟阿联酋地区体育队的这次热身说是一场“比赛”，不如把它当作一堂大运动量的训练课：“我对每一个人的要求都一样，就是尽可能地多跑动，用这样的方式逼着他们上量。”

话虽如此，但是作为中国队备战卡塔尔亚洲杯赛的第一场热身赛，扬科维奇不可能真的做到完全“无所谓”，这一点，从他排出的国足上半场首发阵容当中不难看出来。门将位置上，颜骏凌是理所当然的“男1号”，后卫线上从左至右分别是李磊、蒋光太、王上源和张琳芨——在并不十分清楚对手情况和实力的情况下，扬科维奇选择用五名老将先稳住后防线的阵脚，确保在防守方面不会出现什么意外。

如果说上半场45分钟的“零失球”在扬科维奇的预料之中，进攻端球员的表现，则算得上是“惊喜”了。11月份的两场世预赛亚洲区36强赛，国足对阵泰国和韩国队两场比赛1胜1负，第一场2比1客场赢下泰国，在第二场主场0比3输给韩国之后，扬科维奇也谈到了球队的进攻问题，而这次对阵地区体育队时打进两球的林良铭和为国足首开纪录的张玉宁，当时并不在队中。也就是说，至少从理论上讲，明年1月份的卡塔

尔亚洲杯赛上，扬科维奇的手中多了两杆能够打得响的“枪”。

相比国足上半场由戴伟浚、高天意、刘彬彬和林良铭组成的中场，下半场比赛中，更换了全部11名球员的第二套阵容的中场虽然有效地控制住了对手，但是受球员个人状态以及相互之间缺少配合等多方面因素的影响，在进攻的创造力方面略有欠缺，第一次代表成年男足国家队出场的年轻门将蹇韬把守的球门，也被对方攻破置

了一次，而中国队则由蒋圣龙打进一球，两队在45分钟内战成了1比1平，中国队以5比1的总比分取得了这场热身赛的胜利。

“知道大家很累，但还是要求他们在比赛中多跑，越是累的时候，越要多想想技战术方面的东西。”此前的集训当中，扬科维奇一直要求队员根据场上的情况主动向

前压，通过位置更加靠前的防守和抢断，创造出更多的进攻机会，他希望这样的理念能够深入到每个队员的脑子里和行动当中。“上半场，我们4比0领先，大家可能觉得这个比赛很容易，但下半场踢了个1比1，说明根本就没有什么容易踢的足球，比赛当中的任何时刻，都要全力以赴并且保持专注。总体来讲，这场比赛我看到了想看的東西，整体情况还是令人满意的。”



复仇马来西亚，成耀东找到国奥新箭头

首席记者 刘闻超

12月26日下午，在中国足协中国之队的热身赛中，中国奥林匹克男子足球队（以下简称国奥队）在上海金山体育中心足球场，再次迎战马来西亚国奥队。结果，上周末遭遇绝杀的国奥凭借陶强龙的传射建功，以及杜月微的进球，以2比1击败对手。

相比几天前的那次交手，主教练成耀东对阵容再度做出一些调整，陶强龙首发出场担任场上队长，首场比赛中他就曾用任意球击中过立柱，个人能力和状态都在往上走。门将位置由黄子豪换成了于金永；后防线上分别是杨梓豪、梁少文、阮奇龙、徐彬，其中阮奇龙顶替了朱越。中场方面段德

智、木塔力甫、拜合拉木联袂首发，海港小将刘祝润也继续亮相，杜月微以箭头身份顶在最前面。

三粒进球都出现在上半场，开场仅5分钟，陶强龙开出任意球，杜月微抢在对方门将解围前将球顶进空门。丢球之后，马来西亚国奥队加强了逼抢，并在第35分钟通过门前补射得手。不过很快，进球功臣尤斯兰因领到第二张黄牌被罚出场。半场补时阶段，陶强龙利用间接任意球破门，帮助国奥队2比1反超比分。下半场比赛中，国奥虽占据主动但没能改写比分，最终两队在金山的热身赛以各胜一场告终。

对国奥来说，锋线球员获得进球显然是个积极信号，而从杜月微连续

两场获得首发来看，未来在球队当中他应该会成为箭头位置的重要候选。此外，球队中还有如向奎望、王钰栋这些人员，预选赛中出任前锋的埃菲尔也是一个选择，当然如果前场有中锋的话，他同样可以去到边路寻找机会。

值得一提的是，比赛结束后在国奥教练组的提议下，双方还进行了数轮不计分的点球比拼，目的是为了让大家“找找感觉”，也算是为此次集训画上一个句号。未来一段时间，国奥队员将返回各自俱乐部进行系统冬训，对国奥教练组而言，也将适时观察和监测所有球员在此期间的体能和状态表现，为明年的备战做好准备。