



【集训动态】两场热身效果不错，五名国脚明日归队

国脚将信心传递回申花

斯帅：明年要冲击冠军

11月20日晚上，也就是客场与浙江队的热身赛结束之后，申花全队从杭州回到了上海，而教练组随后安排的训练内容，也跟平时踢完联赛没什么两样。

一周之后的11月27日，申花将在韩国光州世界杯体育场对阵光州FC，随后回到主场，在12月4日迎战另外一支韩国球队蔚山HD。一定程度上，这两场“韩战”的结果，很有可能决定申花队在2025年到来之前提前拿到一个晋级淘汰赛的名额，而“亚冠精英联赛晋级淘汰赛”也正是球队主教练斯卢茨基之前接受采访时透露过的“2024年度心愿”之一。

本版撰稿
本报记者 李冰



“说实话，那天(11月19日)比赛中看到蒋圣龙坐在地上摸自己的大腿后侧，心都一下子悬起来了。”尽管距离中日之战已经过去了几周时间，但是谈起当时比赛中的那一幕时，专程飞到厦门为中国男足国家队加油助威的申花球迷小江仍然心有余悸：“比赛之前我们申花球迷就在说，蒋圣龙这个赛季从国家队到俱乐部，从中超到亚冠精英联赛，一直都没有停过，这个时候可千万不能受伤啊，但真的是越怕什么越来什么……”

从厦门回上海的时候，有球迷在机场遇到了搭乘同一航班的蒋圣龙，按照他们的说法，就是“至少走路什么的比较正常，看上去精神状态也不错”。候机期间，对于索要签名以及合影的球迷，蒋圣龙都相当配合，这也让他现场收获了不少新的“粉丝”。不过，具体受伤部位的情况如何，以及是否会影响到接下来出战与光州FC的亚冠精英联赛，要等到蒋圣龙以及其他国足队员归队之后，由球队医疗团队和教练组做最终的决定。

对这个赛季不止一次受到过“FIFA病毒”影响的申花队来讲，即便蒋圣龙受伤缺席，斯卢茨基应该也已经做好了应对的准备。与日本队的那场比赛中，首发出场的四名申花球员除了蒋圣龙在第79分钟时因伤被替换下场之外，朱辰杰、徐皓阳跟杨泽翔都踢满了全场，汪海健则是在第91分钟时替补上场。比赛结束后，上半场成功单防日本队中的超级球星久保建英赢得现场观众热烈掌声的徐皓阳在接受采访时表示，虽然输掉了比赛，但是在主场打出了气势并且一度压制住了对手，是因为全队上下带着一起延续胜利的想法站到了球场上：“第一场输给日本队之后，第一循环的后四场比赛当中，我们的进步和提升大家是有目共睹的，相信以后能做得越来越好。”

这样的一份自信，同样也是斯卢茨基想要在申花队员身上看到的。这个赛季的中超联赛，申花队以1分

的差距位列第二，而在倒数第三轮联赛结束之后，他们还曾一度领先竞争对手，而斯卢茨基日前在接受媒体采访时，也非常坦然地提到了关于“1分”的话题。“我非常希望能克服这1分的差距，以便明年(2025年)能实现中超冠军这一目标。”我希望我们申花明年能够进步和发展，我真的期待能见证这一切，拿到中超联赛的冠军。

从质疑到接受再到拥戴，还没有完全结束的2024赛季，斯卢茨基用一支面貌一新的申花队，交出了一份让申花球迷满意的“答卷”，而他未来能够带领申花队达到一个什么样的高度，自然也成为了外界关注的又一个话题。同样是近期接受采访中，斯卢茨基表示，下个赛季自己将继续率领申花队向联赛冠军发起冲击：“年初我们签了两年，所以我还有一年合同。”对于两年合同到期后是否会续约的问题，斯卢茨基也给出了自己的回答：“这个问题还没有和俱乐部讨论过。在中国，一切都非常规范，比如每一轮联赛结束后，都会制作比赛报告和技战术解析，到了什么时候自然会做什么样的事情。”



在厦门参加完与日本队的世预赛亚洲区18强赛后，五名申花国脚难得地“享受”了一把这个赛季少有的“慢节奏生活”，至于原因也很简单，斯帅给了他们三天假期，所以不用像之前国家队集训结束之后，第一时间便要回到上海报到。

11月2日的中超联赛第30轮比赛结束之后，当大多数球队“刀枪入库，马放南山”的时候，申花全队当晚便从成都赶回上海，并且在第二天出发前往澳大利亚，备战5日与澳超球队中央海岸水手队的亚冠精英联赛客场比赛。2比2战平中央海岸水手队之后，申花队员兵分两路，大部队从澳大利亚返回上海，朱辰杰、蒋圣龙、徐皓阳、

汪海健和杨泽翔五名国脚则直飞西亚与中国男足国家队会合，备战与巴林和日本队的两场18强赛小组赛比赛，继续着从俱乐部到国家队“全年无休”的状态。

对于志在亚冠精英联赛小组出线的斯卢茨基而言，五名国脚加上代表中国香港队出战的11月份两场比赛的陈晋一的重要性不言而喻，而因为这些队员缺席训练给申花队带来的影响，也不止一次地在联赛中得到过“验证”，但即便如此，斯帅还是给了他们一个“小长假”，用他的话说就是“有的时候休息是为了更好地训练和比赛”。用一位申花队员的话说，就是“现在跟之前参加中超联赛时差

不多，该训练就训练，该调整就调整，毕竟对我们来讲，还有两场亚冠(精英联赛)要打，这个时候肯定不能(放)松啊”。

按照计划，五名国脚将在明天(23日)正式归队，备战接下来与光州FC的比赛，不过即便是在假期当中，不少队员还是自觉地保持着一定的训练内容和强度，确保自己能够在回到申花队之后，第一时间跟上全队的训练节奏。至于连续的高强度比赛是否会给身体和状态带来影响，一名申花国脚表示，现在需要做的就是咬牙坚持：“比赛完了睡一觉差不多也就缓过来了，实在不行的话那就再睡一觉，问题不大。”



半主力“摸底”考高分

11月20日下午，申花与同样要参加亚洲赛事的浙江队进行了热身，不管是对教练组还是队员来讲，都是一场相当有价值的“摸底考试”。

结束了本赛季在各自球队的比赛任务之后，戴伟浚、王浩、薛庆浩、何龙海等之前租借在外的申花球员也归队报到，并且随队参加了最近一段时期的训练。虽然按照规程，这些今年下半赛季没有在申花队注册的球员无法代表申花出战亚冠精英联赛，但是从球队以及球员个人的未来发展来看，接下来这两个多月的时间，同样至关重要。

虽然在亚冠二级联赛小组赛的出线前景并不乐观，但是对于跟申花队的这场热身赛，浙江队方面还是非常

重视的，这一点，从浙江队教练组在首发阵容中派上了奥乌苏、埃夫拉、弗兰克和卢卡斯四名外援以及钱杰给和李提香这些中超联赛中的绝对主力的举动当中不难看出。而反观申花队，除了国家队的五名球员和港脚陈晋一之外，阿马杜、路易斯和马纳法三名外援都没有出战，斯卢茨基只能排出一套半主力的首发阵容与对手周旋。

或许是延续了中超联赛最后阶段的经常性“慢热”，与浙江队的这场热身赛中，申花队再次出现了被对手先攻破大门的情况，但是好在虽然进行了一定范围的人员调整，但是经过一个赛季的磨合之后，申花球员对于斯卢茨基的战术理念和打法要求有了更

加深刻的领会，场上执行得也相当坚决，很快便完全掌控了比赛，上半场结束之前，便凭借着于汉超和马莱莱的梅开二度以及谢鹏飞和高天意的进球，将比分改写为6比1。

下半场比赛踢了15分钟之后，申花队进行了大幅度的换人调整，虽然被对手打进两球，但特谢拉、韩嘉文和周俊辰也先后进球，申花队最终以9比3战胜对手，取得了这场内部教学赛的胜利。

在按照一周两赛的节奏打完与浙江队的热身赛后，斯卢茨基和申花队也正式进入到了与光州FC队的备战节奏当中。对斯卢茨基而言，虽然通过直播观看了中国队主场与日本队的比赛，对代表国足出战的申花球员也基本心中有数，但具体情况如何，肯定要等到他们归队训练之后才能做进一步的了解。