



申花终于“领先一步”

——稳定发挥背后，是“司机”在准备会上的两次重要提示

从3月29日到5月17日，在49天时间里，联赛要不停歇地连打11轮。平均不到五天一场球。而这11场连轴转的比赛，终于在上周六告一段落。上海申花在这11场比赛中获胜九场，平了一场输了一场。

目前，球队积分排名第一，总进球数暂列中超第一，净胜球也暂列第一，赢球场次也是中超目前的最多。虽然在现场观战的球迷看来，教练席上的斯卢茨基没有哪场比赛是能在自己的座位上稳稳坐住的。但事实上，他在心理层面对申花气质的重塑，和战术层面一样效果显著。

专题撰稿 首席记者 姬宇垚

坚定打法，摒除投机思维

客场踢梅州客家赛前的准备会，那时候球队刚刚在成都遭遇了本赛季的首败。在这么短的时间里，如何让球员以最快速度走出失利后的阴霾？

斯卢茨基在准备会上传递给大家的消息是：一支强队必须要敢于面对失利，并擅于保持自己的稳定性，坚定地执行既定的战术和打法，不因输一场比赛就产生慌乱和相互埋怨。那场比赛，申花在上半场没有打开局面的情况下，下半场连入两球，最终以一场胜利重启了球队的连胜。

和青岛西海岸赛前准备会，主教练斯卢茨基没忘记反复给球队

上紧发条。他特别强调：但凡我们中有一个产生了可以缓一缓，可以用不着拼尽全力的想法，球队就无法取得胜利，这些投机取巧的思维必须彻底摒除。

而那场比赛，赛前在拿到对手的名单时，教练组也注意到了青岛西海岸把两名重要的外援放在了替补席上，他也读懂了对方想把比赛拖到下半时，然后通过后手和申花搏一搏的想法。

所以赛前在更衣室，斯卢茨基再次强调，对手对于这场比赛是有想法的，而我们要做的就是上半场全力以赴，早一点打开局面，获得领先的优势。



独家揭秘

对手掉链子 申花胜在稳

由于最近三场比赛，申花队的首发前锋组合都是刘诚宇加米内罗。教练组在部署进攻时，也要求球队如果有机会就要把球打到对手身后，然后让米内罗利用速度去冲击对方的防线。

米内罗也成为自从2012年有统计以来，首位连续三场中超联赛有进球有助攻的申花球员。而之前的四个头球进球，也让他成为2012年以来申花单赛季并列头球进球最多的球员。

在申花和大连英博的比赛刚刚结束时，米内罗一度也在中超射手榜和助攻榜上双双占据了榜首。

刚刚被申花大胜的青岛西海岸可以在客场逼平成都，在主场被申花击败的海牛可以在主场绝平国安，今年中超的乱战之中，“稳定”两个字变得更加重要。

联赛进行了13轮，无论是申花全队还是球员，这一路走来并非一帆风顺。其间球队不止一次遇到过主力伤病的考验，但到目前，球队的总体发挥仍然比较稳定。这背后，与日常训练的高质量、球队板凳深度的优势以及医疗康复等各项保障工作的高效和依靠整体的战术打法都有着密不可分的关系。

5月的中超完美收官，但挑战和考验还远没有结束。球队也希望能保持这样的、不断完善进步的步伐，保持这样的、平稳中透着自信的心态。昨天下午刚刚从大连回到上海的申花队，第一时间回到基地进行了恢复训练，本周三在无锡客场进行的足协杯全华班较量，同样也是球队认真准备去全力打好的一场比赛。

进攻变化，吴曦长传策动

和大连的这场客场比赛，同样在赛前也得到了教练组的高度重视，虽然大连英博的排名不是很靠前，但是这样一个“魔鬼主场”对于客队必定会是一个不小的考验。

大连英博最近四场比赛一共打进六球，其中五个球是在上半场打进。上半场开局阶段，往往是大连英博对对手冲击最猛烈的时候。

这场比赛开局阶段，英博中场对申花持球队员抢得确实厉害，另外他们的三中卫安排，也是对申花很有针对性。

好在申花还是顶住了对手的开场猛冲。反倒自己本赛季第一

次做到了在客场的上半场取得进球，并且上半场一进就是两个球。

值得一提的是第三个进球，李可从廖锦涛脚下完成断球，刘诚宇回传吴曦，吴曦准确一脚长传打对手身后，米内罗高速插上，左脚冷静单刀破门。

申花的第三个进球，参与的四名球员，把一次对方的进攻，瞬间变成自己锁定胜利的进球。

而申花本场比赛第二和第三个进球，一脚长传打到对手身后让米内罗获得机会的都是吴曦，这也是申花在客场对梅州的比赛之后，教练组对于进攻新的一种变化。



赴美以赛代练，中国女足要挑“精锐”打

本报记者 李冰

没有畏惧，只有期待——15个小时的长途飞行后，当地时间5月18日凌晨飞抵美国的中国女足姑娘们，正式进入了此次赴美集训的“堪萨斯时间”——对这支正处于新老交替时期的中国女足国家队来讲，没有什么能比跟美国女足这样的世界强队交手更让她们兴奋的了。

按照计划，除了要代表武汉车谷江大参加女足亚冠联赛半决赛的王霜、姚伟和吴海燕三名球员之外，其他21人以及主教练米利西奇和工作人员都在17日中午于上海浦东机场集结，并且搭乘当天下午的航班飞往美国，备战北京时间6月1日5点30分与美国女足队的热身赛。在此之前，中国

女足将在堪萨斯进行两场教学比赛，对手分别是堪萨斯城女足预备队(24日北京时间2点)以及堪萨斯城女足(28日北京时间5点30分)。

4月初的永川国际女足邀请赛中，中国女足先后以5比0和5比1战胜了乌兹别克斯坦和泰国女足，第七次获得了这项国际邀请赛的冠军。考虑到对手的整体实力并不算强，在外界一些人看来，中国女足此次捧杯的“含金量”并不算高，毕竟作为明年女足亚洲杯赛上的主要对手，日本和韩国女足在上一个国际比赛日的热身赛对手分别是世界排名第21的哥伦比亚和排名第16位的澳大利亚队，而乌兹别克斯坦和泰国队都排名第40开外，中国女足想要真正检验和提高自身实力，应该找更多的“硬柿子”去捏。

米利西奇和他的中国女足国家队显然有自己的备战计划和节奏，而作为原世界杯冠军得主，中国队此次集训将要面对的这支目前世界排名第一的美国女足，显然是一个硬得不能再硬对手了。能够有机会跟这样的“高手”过招，在女足国脚佳丽看来，无疑是一次非常好的练兵机会。“因为美国队现在属于世界强队，面对她们肯定会有更大的挑战，可能比之前的比赛更加艰苦，对于我们来讲，会是一次非常好的经历。跟强队交手，能够发现自身存在的一些问题，帮助我们更好地进行提高，希望能够通过这次集训，能够调整好身体和状态，跟队友形成更好的默契与配合。”同样作为老国脚的李梦雯在接受采访时表示，希望通过跟美国女足这样的强队交手积

累更多的经验：“好不容易出去一趟，肯定希望能多打比赛，通过实战的磨合，积累更多的经验。不论面对什么样的对手，我们都应该拿出应有的信心和勇气，不会惧怕对手。”

作为中国女足队中的“新生力量”，刚刚在永川完成了成年国家队首秀的姚梦佳一直把C罗当作自己前行的动力：“他(C罗)对足球的热爱和坚持一直激励着我，我希望像他一样在足球道路上不断前进，为球迷带来更多精彩瞬间。”这位曾经在2023年遭遇过重伤却又顽强地回到了赛场的姑娘跟C罗一样坚信“打不倒我，只会让我更强大”，而这样的信念，也将成为中国女足面对美国队时的动力所在。“首先是享受比赛，然后按照教练的部署，把我们的实力发挥到最好。”

2025赛季 中超联赛积分榜

排名	球队	积分	净胜球
1	上海申花	32	18
2	成都蓉城	30	15
3	北京国安	26	15
4	上海海港	24	10
5	山东泰山	21	5
6	天津津门虎	19	0
7	云南玉昆	18	-2
8	青岛西海岸	17	-2
9	浙江队	16	2
10	大连英博	14	-8
11	梅州客家	12	-8
12	武汉三镇	12	-9
13	河南队	11	-3
14	深圳新鹏城	11	-13
15	青岛海牛	8	-6
16	长春亚泰	5	-14

(截至2025年5月18日)