

# 英超最快百球，哈兰德，牛！

2024年12月2日，曼城客场0比2不敌利物浦，哈兰德全场仅触球16次，只完成了两次射门，没有进球也没有助攻，赛后被讽刺为“范迪克的玩具”。三天后主场再战诺丁汉森林，曼城虽取得胜利，哈兰德依旧没能取得进球，连续九轮比赛仅仅打进了两球，对挪威前锋的批评铺天盖地，说他迷失了方向，已失去魔力，不再神奇。

本版撰稿 特约记者 谢勤德

铛铛铛，猜猜一年后发生了什么？2025年12月2日，曼城客场5比4击败富勒姆，哈兰德打进了本赛季英超第15球，各项赛事第20球，同时也是自己的英超第100粒进球，超越希勒，成为英超历史上完成百球用时最短的球员。

哈兰德的英超首球在2022年8月7日，2022-2023赛季英超首轮客场对西汉姆，那个赛季他英超出场35次打进36球，处子赛季就打破了希勒与科尔共同保持的34球单赛季进球纪录，尤为值得一提的是希勒和科尔创纪录时英超都要踢42轮，现在英超只要踢38轮。

2023-2024赛季，哈兰德火力不减，英超出场31次打进27球，再次拿下英超金靴。上赛季，挪威前锋英超出场31次打进22球，射手榜上“仅”排名第三，本赛季强势反弹，14轮过后打进15球，百球共用去111场，将希勒的原纪录提高了13场，之后分别是百球用时141场的哈里·凯恩、147场的阿奎罗与160场的亨利，萨拉赫排在第六位，用了162场。

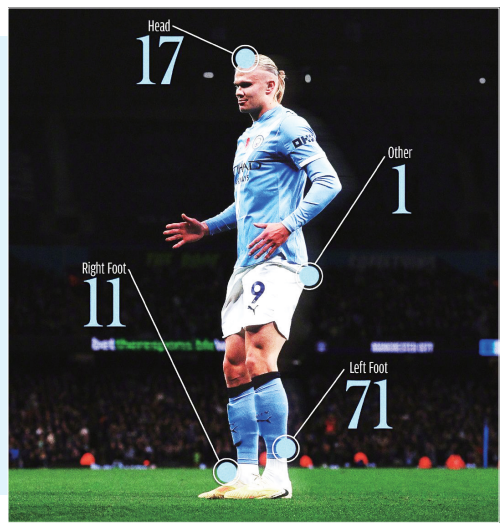
受害最深的是狼队，六次交锋共10次被哈兰德攻破球门，之后是西汉姆，被挪威人打进了九球，接下来是被进八球的曼联和被进七球的富勒姆，其他强队中切尔西和热刺面对哈兰德都丢了四球，利物浦丢了两球，丢球最少的是维拉、卢顿、纽卡斯尔和谢菲联，都只丢了一球——对了，哈兰德对所有自己交锋过的英超球队都有进球，没有例外。

从进球部位来分析，哈兰德的百球中有71球是用左脚打进的，11球来自右脚，17球来自头球，还有一球来自上赛季客场4比4平切尔西那场，挪威人接应队友传中，包抄破门时启动稍快，皮球打在他裆部后反弹入门，算是其他部位取得进球。

从射门地点来分析，哈兰德的百球中94球来自禁区内，六球来自禁区外，远射能力并不差。在此期间，曼城一共取得了294个英超进球，哈兰德的百球占比达到34%，为英超同期之最，第二名是伊普斯维奇前锋德拉普，占比33.3%，但伊普斯维奇仅在英超踢了一个赛季只打进了36球，真正有比较意义的是第三名萨拉赫，同期打进70球，占利物浦全部英超进球的26.2%。



(5场)、亨利(160场)、萨拉赫(162场)等巨星，空前的门前效率载入英超史册。场就打进了英超100球，打破了希勒(124场)的纪录，也领先凯恩(141场)、阿圭罗、拉文农球场，见证了英超史上最快达成100球的传奇时刻。25岁的哈兰德仅用111场，经历了连续9场进球荒后，哈兰德终于刷新了英超进球效率纪录。富勒姆的克



## 前场美如画，后场豆腐渣

有哈兰德，进球不用愁，但能不能拿冠军就不好说了，上赛季曼城两头堵，本赛季算是解决了进攻端的问题，但防守依旧一团浆糊，联赛16轮踢完进32球排名第一，丢16球却是前六最差，比榜首的阿森纳多丢了足足九球！欧冠也差不多，五场比赛打进10球的进攻依旧在线，但丢五球场均一球的防守就让人没法看了，过去四场各项赛事，曼城打进八球丢了九球，成绩是两胜两负，赢的两场分别是一场3比2和一场5比4，哈兰德再猛也无济于事，这种级别的防守是不可能拿冠军的。

上周末对富勒姆，曼城44分钟3比0领先，54分钟5比1领先，猜猜后面发生了什么？第57分钟、第72分钟与第78分钟连丢三球，若不是补时第八分钟格瓦迪奥尔门线解围，这场比赛就要写入俱乐部耻辱史。瓜迪奥

拉赛后半认真半调侃地说球员不尊重自己：“我都已经一把年纪了，他们不该这么吓唬我。”

问题还不好解决，曼城后三个丢球如出一辙——左路没防住传中，中路二点没人保护，禁区前沿空当太大，被对手劲射破门。为啥明知对方的套路是啥却防不住？因为左后卫奥莱利本就是中场客串，首发后腰尼科·冈萨雷斯比罗德里本就差了一个档次，他下场后只能用斯通斯客串后腰，后者毕竟中卫出身，习惯性往禁区里跑，禁区弧顶于是成了空白地。

没法解决，今夏买来的左后卫努里伤病不断，本赛季只踢了318分钟，奥莱利在一干替代者里已经是矮个里拔出来的高个了，尼科本来就是罗德里替补，金球先生现在膝盖又出了问题，尼科只能扛起主力之责，瓜迪奥拉也无可奈何。

## 英超历史最佳射手早晚得是他的

哈兰德的下个目标是什么？希勒说还能是什么，260个英超进球呗：“他肯定早就瞄上这个了。”这位原纽卡斯尔与布莱克本前锋在英超出场441次打进260球，是英超历史最佳射手，之前人们一度认为哈里·凯恩是最有可能超越他的人，但原热刺前锋打进213球后就去了拜仁，就目前来看是乐不思蜀，没有回来的想法。

现役球员中排名最高的是萨拉赫，311场打进190球，利物浦前锋的最大问题在于年龄，本赛季结束就34岁了，和利物浦的合同2027年夏天到期，一个半赛季想要打进70球完全不可能，而且从目前的趋势来看，萨拉赫的状态已经明显下滑，能不能履行完这份合同都不好说。

哈兰德的情况与萨拉赫正好相

反，打进第100球后，挪威前锋在英超历史射手榜上排名第34位，身前是打进103球的C罗，距离希勒保持的260球纪录还差160球，看起来远得很，但挪威人够年轻，出生于2000年7月21日，本赛季结束后还不满26周岁。

当今足坛职业球员普遍“高寿”，将巅峰期保持到30岁以后的例子比比皆是，哈兰德又极其自律，只要不遭遇严重伤病，再延续个六七年巅峰期不成问题。加盟曼城三年多，挪威前锋只缺席了14场联赛，算下来曼城每踢一场英超，哈兰德就能取得0.8个进球(无论他是否出场)。

按这个效率，曼城再踢200场英超，哈兰德便能追上希勒，完成自己的第260粒英超进球。本赛季英超还剩

24场，剩余176场只要差不多四个半赛季就能踢完，也即是说2030年下半年哈兰德就能破纪录了，英超官方预测的速度要稍慢一些，破纪录时间在2031年3月或4月。

即便稍微放慢些脚步也没关系，今年年初哈兰德与曼城续约9年半，合同要到2034年夏天才到期，本赛季剩余部分就按半个赛季来算，哈兰德也还有八个半赛季英超可踢，每个赛季只要打进19球就能破纪录，板上钉钉。

至于哈兰德最终能将纪录提升到何种高度就不好说了，英超官方的预测是380球左右，其他各种数据统计机构给出的数字也差不多，当然前提是没有遭遇严重伤病，且能履行完这份合同。

## 弥补头球短板，进球机器升级

最可怕的是哈兰德还在进化，对富勒姆比赛第70分钟，挪威前锋后点高高跃起头球攻门，皮球虽被立柱挡出，一个不争事实仍摆在所有对手面前——头球已不再是挪威前锋的弱点，如果谁还抱着三年前的想法，觉得只要收缩防守，不给空间让他冲起来就行，那就等着被砸穿球门吧。

说起来有些怪异，哈兰德身高1米95，对抗能力极强，但无论在挪威联赛还是多特蒙德，甚至加盟曼城初期，都不擅长头球，最喜欢的进球方式是一路狂奔撞开对方后卫单刀破门，就连伊布都啧啧称奇，说如果自己像

他这么满场飞奔反复冲刺，膝盖不到一年就会废掉。

加盟曼城后，哈兰德并未立即撕去不擅头球的标签，2024年全年仅仅打进了五个头球，但在进入2025年，尤其是本赛季后，挪威前锋的头球功夫见长，本赛季前15个进球里就包括了三个头球，甚至比右脚取得的进球还多，上个月世界杯预选赛客场对意大利，哈兰德再次头球破门，完成了2025年的第10个头球进球，五大联赛中同期仅次于哈里·凯恩。

需要说明的是，同期曼城战术并没有发生太大变化，本赛季传中数量与质量甚至比上赛季还下降了——上

赛季曼城场均传中17.3次，其中51.8%成功找到队友，本赛季前两个半月的数据是场均传中13.47次，其中只有41.2%能成功找到队友。

今年7月，原曼城球员沃克加盟伯恩利后给出自己心目中完美球员模板，左脚梅西，右脚德布劳内，速度迭姆巴佩，头球则出人意料地选了哈兰德。当时沃克就说哈兰德的头球能力被大大低估了，刚加盟曼城时他确实不喜欢头球，但近两个赛季越来越好，瓜迪奥拉和教练组一直都在帮他进步，做好各种细节，挪威人自身天赋摆在那里，爆发只是迟早的事。