



差强人意，大家都很拼

——首战0比0战平伊拉克，李昊屡现神扑力保球门不失

凭借门将李昊最后10分钟的多次神勇救险，中国队在U23亚洲杯的首轮比赛和伊拉克0比0战平。虽然未能获胜，但一场平局对中国队依然很重要。先结束的本小组另一场比赛，泰国意外取得1比0领先，但却因为很快被罚下一人，最终还是1比2输给了澳大利亚。

本报记者 林龙

本场比赛之前，亚足联官网上对比赛的预热介绍中提到，中国队是U23亚洲杯历史上输球最多的球队（10场），而伊拉克则是所有参赛队中平局最多的（9场）。确实挺尴尬，如果要算上更名之前的U22亚锦赛，国足的输球场次更是达到了13场，获胜的就只有两场。一是2018年在主场3比0击败阿曼，另一场是上一届在卡塔尔2比1赢了阿联酋。

亚足联的预热没给留面子，国足只能靠自己把面子赢回来。比如说本场比赛，中国队的表现并不输给对手，尤其是上半时获得更多机会。下半时，王钰栋接杨希传球后的射门还差一点取得领先。虽然最后阶段伊拉克踢得更好一些，但中国队毕竟是没有让输球的场次增加，而是取得参加U23亚洲杯史的第一场平局。一场普通的平局，但或许更是一个拐点！

经过一年多各项赛事的锻炼以及更年轻优秀球员的相继补充入队，目前这支国足可以算是国内2003年龄段球员中的最强阵了。所以，尽管历史战绩带来巨大压力，但球队依然对小组晋级、从而创造历史最好成绩充满信心。

此前在肇庆和阿联酋的集训，国足完成的质量都很高。先是储备了



充足的体能，然后在阿联酋的两场热身赛都有很好的展现。两场热身赛1胜1负，赢的是对吉尔吉斯斯坦，而且是在长时间少一人的不利局面下，而后者在亚洲杯首轮长时间少一人的不利局面下却差点逼平了东道主。输给了伊朗，而且是不太走运的乌龙，而后者在首轮小组赛则是同韩国踢成0比0。两场热身赛对手在亚洲杯正赛中的表现和成绩也能从一定程度上证明国足的实力。

国足的实力甚至在本场比赛之前就已经赢得了对手的足够尊重。伊拉克主帅伊马德赛前就表示，要用“高位逼抢与防守谨慎相结合的策略来防止中国队的快速反击”。到了比赛中，他们也确实这么做的。门将也好，边后卫也好，往往是拿球后就直接向前开。开得次数多了，门将甚至

出现脚软而踢出低级失误的大脚。边后卫也多次给队友传出偏得离谱的球。下半时，伊拉克恢复了自信心，也给中国队造成了更多的威胁。“今天大家都很拼。第一场比赛，虽然比分不是特别理想，但是大家都努力地完成了比赛，踢得都挺好的。”拜合拉木表示。

在国足原先的备战中，伊拉克是被当做强队来应对的。但该队的备战质量和我们远不能比，他们甚至只带来了20名球员，比组委会允许的少三人，而首场比赛的门将只是他们的第三门将。但中国队的后防核心刘浩帆也因为伤情没有痊愈而未能出场，这算是和伊拉克的劣势打平。所以，从各方面而言，中国队在伊拉克身上拿到0比0的开局算是一个不好不差的成績。

国足·“邵一期”的几个亮点——

重拾“态度决定一切”

本报记者 林龙

邵佳一在媒体见面会上第一次公开亮相后，他任上的第一期男足国家队开始集训了。虽然三分之一，甚至接近一半的国脚或准国脚正在沙特参加U23亚洲杯，这支国家队因“临时”性质而略显尴尬。但成立的意义大于内容。在上任两个月后，作为国家队主帅的邵佳一也必须要开始履职了。

过去的两个月，邵佳一并没闲着。可以想象，他上任第一天起就开始谋划这份名单，而构建第一期国家队的工作是这两个月的重中之重。如今名单出炉，他也可安心投入到下一阶段工作中。

名单没太多惊喜，但也有几处亮点。尤其是，有多达十名30岁以上球员入选。邵佳一的解释是，“不会为新老交替而交替，只以联赛表现为考量。”很多U23队伍中的国脚和准国脚会在亚洲杯结束后入队，但并不代表大多数年龄偏大的国脚会被淘汰。

踢完亚洲杯之后，安东尼奥的队伍今年还有9月份的名古屋亚运会重任。所以队伍会保留，而亚运会之前的备战过程也势必会与国家队形成冲突。这意味着邵佳一的队伍还将面临类似此次亚洲杯的人员短缺。所以，如今成立的这支国家队就更显出其重要性。

“热身赛同样重要！”邵佳一认为国家队的每一场比赛都是“生死战”，而张玉宁则进一步解释了重要性：“为了国际足联更好的排名而战。”今年的四个国际比赛窗口期都是国足的“生死战”，所以球队需要足够的战斗力，而老将的经验对于年轻的邵佳一以及新成立的这支队伍而言就很有必要。

有些老将会继续被委以重任。比如说29岁的张玉宁，这个年龄不老，但十年国脚履历让他兼有老将之名和当打之实。所以，在2030世界杯周期伊始，他被委以队长重任。类似的还

有韦世豪，作为1995年龄段的佼佼者，他在2025赛季的表现证明自己还有很多余热可以发挥。颜骏凌和刘殿座，虽然各为34岁和35岁，但经验本就是门将最宝贵的价值。新加入的马镇和闫炳良可以接受考察，但若真想通过热身赛提升排名，两名老将还有足够的竞争力。

新人中，来自大连的吕焯毅算是突出的亮点。24岁的他虽是国家队新人，但过去一个赛季做到了29场联赛全部首发，这个机会是他自己争取来的。来到国家队的吕焯毅，外形有了变化，染成黄色的“爆炸头”不见了。“进国家队了，精神面貌很重要。”这个“精神面貌”就是邵佳一就职演说中强调的国足荣誉感，也是“邵一期”国家队最让人期待的亮点。闫炳良和李扬也是通过联赛表现而第一次实现国家队的梦想。接下来，他们三个都需要比其他人更努力去证明自己，“因为国家队的选人是动态的。”

未来一年，球队的每个人都没有长期饭票。邵佳一的建队思路已逐步清晰，联赛表现加“精神面貌”及“态度”将是贯穿整年的考察。



申花落地迪拜完成首训，人员调整并没有结束

特约记者 甘慧

阿联酋当地时间1月7日18点45分，申花搭乘的航班飞抵迪拜。与此同时，主教练斯卢茨基、新外援拉唐等外教、外援也陆续抵达迪拜。全队在迪拜完成集结，正式开启备战2026赛季的冬训。

阿马杜随队，阿苏埃暂未归

球队出发迪拜前，俱乐部先后官宣了前锋拉斐尔·拉唐以及中后卫杨帅加盟。1月7日，杨帅随大部队一同飞抵迪拜，拉唐则是从巴西直接前往迪拜。

此外，申花还宣布戴伟浚、鲍亚雄、费尔南多转会离队，艾迪、路易斯、周俊辰、崔麟、周正凯合同到期离队。不过，这并不意味着球队的人员调整工作已经结束。据悉，俱乐部仍在按

照计划推进着相关工作。

新赛季，中超大概率会延续2025赛季“6555”的外援政策，即单季各俱乐部累计可最多注册六名外援，单个窗口期同时注册最多五名外援，单场比赛可报名五名外援，同时最多五名外援出场。申花与米内罗、阿马杜和阿苏埃都还有合同，在宣布引进拉唐、与特谢拉、马纳法续约之后，目前球队有六名外援。所以，中超外援政策不调整的话，申花还需要对现有的外援做减法。

球队抵达阿联酋的首个训练日，阿苏埃并没有出现。另一焦点外援阿马杜则是出现在迪拜，跟随球队进行训练。

门将外教上岗，防线影响大

“一日之计在于晨，一年之计在于春”。对于中超球队而言，每个赛季前

的冬训非常关键。通过冬训，球队要打好体能的基础，同时磨合阵容。

申花选择前往迪拜冬训，一方面考虑到西亚天气适宜、训练条件比较好；另一方面这段时间有很多球队在阿联酋训练备战，可以约到高水平的球队进行热身比赛。但是，受国足集训以及球员伤病等因素的影响，申花有多人缺席此次冬训，尤其是防线，受到的影响比较大。

根据安排，1月4日集中的国足，将于1月12日飞往迪拜，进行两周左右的集训，并安排多场热身赛。此次国足集训一直会持续到1月27日结束。申花共有朱辰杰、徐皓阳、马镇三名队员被抽调，刚退役转型做教练的于汉超以训练员的身份参与本次国足集训。由于国足的集训时间正好与申花迪拜冬训冲突，所以这三名申花国脚以及于汉超全都无法参加

申花冬训。

因伤没有入选本期国足集训名单的蒋圣龙，同样没有随队前往迪拜。2025年12月15日，蒋圣龙在嘉会国际医院进行了微创穿刺手术，从肾脏部位抽出了六管总共330毫升的积液。去年下半赛季，蒋圣龙带着这些积液征战了半个赛季。根据医生的建议，蒋圣龙还需要静养一段时间，不会前往迪拜。至于何时能够恢复训练，还要根据身体恢复情况而定。

斯卢茨基曾表示，他会利用准备期的时间，进一步丰富球队的技战术打法。朱辰杰、蒋圣龙是后防中坚，也是后场进攻的主要发起点。所以，他们缺席冬训，对磨合新阵容影响不小。至于马镇，上赛季一直租借在外，而且守门员教练托尼·罗伯茨刚到位，也需要一定时间的磨合，但马镇本月底才能归队。

