

独家
专访提升
【新目标】

臧玉瑛

2024年乒超第一阶段结束后,华东理工大学未能拿到总决赛入场券,当时主教练臧玉瑛带着歉意对记者说:“不好意思,我们没有打好,无法与大家上海相见。”而在2025年12月落幕的乒超联赛总决赛中,这支由纯华理学子组建的女子俱乐部,以第四名的成绩收官。在国内最高水平的联赛中,这样的成绩实属不易。总决赛结束后,华理主教练臧玉瑛接受本报记者专访,复盘赛季征程,分享培养心得。

本版撰稿 本报记者 程超

“

从1月份到12月份,每个月都有不同的挑战,但全队上下齐心协力,在克服困难的过程中不断成长,这份经历非常宝贵。

从无缘相见到跻身四强



臧玉瑛(左四)和华东理工大学女队

四强之路彰显拼搏本色

2025乒超联赛分为三个常规赛阶段和一个总决赛,先后在雄安、厦门、乌鲁木齐三地完成常规赛角逐,最终于南京展开总决赛较量,赛程跨度长达半年,竞争强度大。华东理工大学女团由王艺迪、王晓彤、李雅可、梁家怡、张翔宇、金梦妍六名华理学子组成,队伍以老带新,梯队分明。

作为队伍核心,王艺迪在四个赛段中展现了极强的担当,每场比赛都竭尽所能为队伍拿下关键分数,成为球队前进的定海神针。臧玉瑛教练在接受采访中坦言:“我们能拼进前四非常不容易,尤其是李雅可在赛季中途脚伤复发,对整个队伍的排兵布阵造成了不小影响。”即便面临主力队员伤病的困境,队伍依然保持高昂斗志,每位队员都获得上场机会,在实战中积累经验、提升自我。

年轻队员的快速成长成为球队一大亮点。王晓彤历经世界大学生运动会、全运会以及乒超联赛的多重磨练,综合能力显著提升。在2025年全运会上,她作为主力代表山东队夺得女团冠军,这份荣誉让她在乒超赛场更加沉着稳健。“今年的王晓彤比去年、前年都成熟了不少,无论是场上节奏的把握,还是技战术的稳定发挥,都能把自己的技术优势充分展现出来。”臧玉瑛对弟子的进步看在眼里。

总决赛对阵上届冠军山东鲁能的比赛中,尽管两队综合实力存在差距,华东理工女团依然展现顽强作风。首场双打比赛,队员们与对手激战五局,最终2比3憾负;单打赛场,王晓彤奋力拼下陈幸同,展现了年轻选手的冲击力。“虽然最终1比3输掉比赛,但运动员们的表现让我很满意。”臧玉瑛表

示,连续征战让队员们在体能恢复上面面临挑战,若准备更加充分,球队完全有机会创造更好成绩。

这场关键战役也得到学校高度重视,华东理工大学党委副书记沈海涛、党委副书记龚跃以及体育学院院长叶心明亲临现场督战,为队员们加油助威。“学校领导的到场是对我们最大的支持,这种正面鼓励让整个队伍都备受鼓舞。”臧玉瑛说道。从2024乒超未能晋级决赛的遗憾,到2025年跻身四强,华东理工女团的进步有目共睹。臧玉瑛将这一成绩归功于全队的精心准备和明确目标:“从第一阶段开始,我们就认真对待每一场比赛,该拿下的场次绝不犯错。虽然第二站因为赶世界大学生运动会赛程,队员们面临时差等问题,但大家始终抱着冲进前四的目标,齐心协力完成了任务。”

体系支撑筑就发展根基

华东理工大学乒乓球俱乐部的优异成绩,背后是一套成熟完善的培养模式在支撑。这种模式既注重竞技水平提升,也兼顾人才全面发展;既重视教练团队建设,也强调梯队培养的连

续性,正是学校自1994年起率先构建的“大、中、小学‘一条龙’人才培养体系”的生动实践。

在教练团队建设方面,华理形成了老中青结合的合理梯队。2025年博士毕业留任的马越斐,成为教练团队的新生力量。乒超总决赛期间,她与臧玉瑛、回波两位教练并肩作战,在后勤保障、赛前准备会、赛事报名、运动员衔接等各个环节协同发力,让球队运转更加高效。

“一个队伍的发展离不开年轻教练的成长,我已经带了马越斐三届大赛,从意大利到成都再到德国,就是希望她能身临其境积累经验,未来超越我们。”臧玉瑛的话语中充满对年轻一代的期许,这种传帮带的传承精神,让华理教练团队始终保持活力与战斗力。

回望2025年,臧玉瑛用精彩、充实、有意义三个关键词概括。“从1月份到12月份,每个月都有不同的挑战,但全队上下齐心协力,在克服困难

的过程中不断成长,这份经历非常宝贵。”对于2026年的发展,她有着清晰规划和更高期待。

资金保障是球队发展的重要基础,臧玉瑛首先希望能为球队找到合适的赞助商,注入新的资金支持。“有了充足的资金,我们才能更好地保障主力队员的训练和比赛,也能吸引更多优秀人才加入,组建一支更强的队伍。”她表示,2026年乒超联赛的目标是冲击冠亚军,这不仅需要队员和教练的努力,也离不开资金支持。

此外,华理还将继续深化全国一盘棋的培养理念,加强与各地体工队、少体校的合作,吸纳更多优秀乒乓球人才。同时,学校也将进一步完善训练设施和后勤保障,为队员提供更好的训练和生活条件,让他们能够全身心投入到训练和比赛中。“我们的教练梯队和运动员梯队都在不断完善,队伍的整体实力也在稳步提升,我相信未来会越来越好。”臧玉瑛说道。

男队崭露头角 青春力量 未来可期

在聚焦女团的同时,华东理工大学始终坚持男女队同等重视的发展理念。如今男队已达到甲A联赛水平,一批年轻选手正在快速成长。其中,代表中超电缆·迎福台俱乐部出战乒超联赛的小将李天阳表现尤为亮眼。

这位由华理培养的削球手,此前在全国青年锦标赛中以男单第一的成绩跻身国家二队,2025乒超赛场中,他先后与樊振东、林诗栋、许昕等多位世界冠军交手,即便未能取胜,也让外界眼前一亮。“李天阳第一次参加乒超,表现让人印象深刻,从默默无闻到被大家熟知,他用实力证明了自己。国家队对他也非常重视,刘指导(刘彬)和申指导(申超)一直重点培养他,还给他安排了WTT赛事的参赛机会,希望他能走得更远。”臧玉瑛介绍道。

团队的稳步发展离不开教练团队的辛勤付出,以老带新,黄金健、回波、张瑜、马越斐、于迪杨、李昊等教练组成专业团队,形成了华理、上中、徐汇少体校联动的培养体系。“我们的教练团队涵盖不同层面,能够为队员提供全方位指导,无论是日常训练还是赛事安排,都能做到科学规划。”臧玉瑛说道,这种多元化的教练配置,为男队持续发展奠定了坚实基础。

全运幸福时刻 见证培养成果

2025年全运会乒乓球项目中,华东理工大学成为最大的“赢家”之一——共有44位来自华理的教练员、运动员、裁判员参与其中,成为赛场上一道独特的风景线。

尽管臧玉瑛当时正带领队伍在意大利参加世界大学生运动会,未能亲临全运会现场,但通过直播观看比赛的她,内心被欣慰与幸福填满。“看到这么多华理培养的孩子在全运会上展现风采,那种感觉非常幸福。”臧玉瑛坦言,这份成绩的取得并非华理一家之功,而是全国乒乓球培养体系一盘棋的成果。

以王晓彤为例,她从小在山东队接受基础训练,从青岛到济南,再到进入国家队,而后进入华东理工大学深造。“学校为她提供了更多资源和机会,让她在兼顾学业的同时,能够继续提升竞技水平。”臧玉瑛表示,与同龄选手相比,王晓彤不仅在赛场上收获成长,学业上也没有落下,这种量的积累最终促成了质的飞跃。

臧玉瑛认为,华理乒乓球培养模式的最大优势在于整合各方资源,实现了输送单位与学校的无缝衔接。“这些孩子都非常优秀,只要给他们足够的比赛机会和认可,他们就能达到很高的高度。”无论是来自各地体工队的选手,还是学校自主培养的队员,华理都能为他们提供适合的发展平台,让他们在竞技体育和学业之间找到平衡。

“全运会结束不是终点,而是新的起点。”臧玉瑛表示,从全运会赛场归来的队员,将宝贵的大赛经验带回学校,为球队整体提升注入新活力。这种输出-培养-回归的良性循环,也让华理乒乓球人才梯队更加完善。

