

厚积薄发 识途老马踏新途



时隔八年之后，马良行再次回到上海女足总教练的岗位上。

乐见老马识途。祝愿马到成功。

相比2011年，如今马良行肩上的担子更重。但挟全运会U18三连冠暨U16冠军之势，重新出山的马良行或已有了比2011年更高远的目标！

本版撰稿 本报记者 林龙



秦天 摄



“想把上海女足整个体系理顺”

东方体育：马导您好。作为2011—2017年就担任过上海女足总教练的老法师，此次重新出山是怎样一种考虑？

马良行：其实大家都看到了，上海女足（一线队）在这近八年时间里没赢过冠军，包括联赛和全运会。从我角度来说，从青训总监变成总教练，就是要把一线队也纳入我们的管理范围。整个训练体系主要看一线，一线队需要什么方向和要求，我们就放到下面青年队的培养体系去做，这样就把上海女足这条“线”连起来了。

东方体育：现在做总教练和2011

年相比有什么不同感受？

马良行：差不多吧。女足联赛还没有完全走向市场。从体育局和足协角度而言，全运会是考核女足工作的主要标志。所以这次回来主要还是为四年之后的全运会，希望能在下个周期取得一个比较好的成绩。

东方体育：您将如何处理总教练和一线队教练之间的相互关系？

马良行：之所以要挂总教练的名，因为我一直想把上海女足的整个体系理顺。培养运动员需要一个体系。从区体校到市体校，再到我们这儿的青

年队和一线队，如果有一个统一的训练理念和打法体系的要求，这样上来的就比较顺。

东方体育：为什么从2018年到2025年期间就没有再设总教练？

马良行：这其中有很多种原因。这期间我做青训总监成绩还不错，U18在全运会实现三连冠，U16这次也拿了冠军，各U系的比赛我们也基本都囊括了全部的冠军。此外，也出了些优秀球员，总体成绩得到了领导的认可。所以，这次就让我把一线队也管起来，让体系变得更顺。

“要出人才，先培养专业教练”

东方体育：在您的青训总监任上，U18队伍赢得全运会三连冠以及今年大满贯，U16也赢得了全运会冠军。您认为最主要的成功密码是什么？

马良行：从我们最初的分析来看，上海女足的人才基数可能和北京、天津差不多，但明显少于江苏、广东、四川、山东等省份。以江苏省为例，他们13个地区都有女足，选材的面比我们大很多。就像这次U16队伍，我们能选的队员总共就差不多40个左右，其中还有技术不太好的，但像江苏或山东在这个年龄段就有200多名队员可供选择。基于这个客观情况，我们就需要找准训练方向，要求教练员精细化训练，提高效率。另一方面，教练员的观念和训练思想也会直接影响到球队的水平。

东方体育：上海市体育局和足协扮演了怎样的角色？

马良行：他们提供了非常好的保障。比方说，给了我们东方绿舟这么优秀的训练条件。

东方体育：和您上次就任总教练的2011年相比，如今上海女足的人才基数有怎样变化？

马良行：没太大变化。但比起1990年代我带女足的时候是少了很

多，当时每个区都有女足队。

东方体育：以前普陀女足很长时



林龙 摄

“留洋不是目的 提高水平才是”

东方体育：您支持中国女足队员去留洋吗？

马良行：应该出去，这毋庸置疑。但这里有个观点，我跟队员们也说过：去什么球队，以及能有多少比赛时间，这是留洋与否的决定因素。如果去英超，去巴萨，我马上放行。但如果去小联赛，从专业角度而言，这种留洋带不来任何帮助。

东方体育：但现在有个悖论。好的联赛很难去，能去的联赛却带不来帮助。怎么办？

马良行：提高自己的水平，而不是被不专业的经纪人误导着一定要去留洋。留洋不是目的，提高自身水平才是最终的目标。

“联赛全运，我会兼顾”

东方体育：在您看来，中国女足目前的全国格局是怎样的？

马良行：我之前没有管一线队，所以了解不多。接下来我会再多看看上赛季女中甲联赛的比赛才能有一个比较清晰的认识。

东方体育：今年联赛有怎样的目标？

马良行：其实今年的形势比较严峻。农商银行的赞助已经结束，另外还有一些球员要离开队伍。尽管有困难，但目标还是要定高一些，至少不会比去年（联赛第四名）差。

东方体育：在这种困难局面下，如何最大限度挖掘自身潜力去争取一个最好的成绩，您心中是否已有规划？

马良行：这不是说出来，而是做出来的。每个教练有每个教练的训练理念，我认为这属于我马良行的秘密。

东方体育：此次上任之初，您安排了一线队、预备队和U18三支队伍六套阵容之间的多轮交叉选拔赛。结果是否有惊喜？

马良行：这只是为组队必须要做

的工作。我不会放过任何一个好的球

员，所以也要考察每一个队员。目前队伍的调整基本结束，新周期的上海女足一线队已基本组建完成。从U18及预备队选拔上来的队员还是挺多的。

东方体育：接下来的比赛是否会更倾向于年轻队员？

马良行：这要按照我们的任务

超联赛，二者之间我会兼顾。

东方体育：上海足协公告中称您的主要职责是“负责统筹上海女足各级队伍，同时兼顾培养有潜力的年轻教练员”。如何解读这种“职责”？

马良行：前几年我已经把青训培养工作基本理顺了。现在做总教练，尤其一线队教练肯定有比较繁忙的工作，可能对统筹会有时间和精力上的限制，但我会做好的。就像我这次来了之后就把康复团队和科研团队建立起来了，这个团队不仅服务于一线队，而是面向三支队伍。这都属于体系的范畴，接下来工作会更顺畅。

东方体育：带一线队去打联赛和培养年轻教练之间又如何取得平衡？

马良行：国外也有一线教练兼总教练，主要就是帮助和观察年轻教练的工作和训练方法。我们会有定期会议，三个队伍的所有教练都会参加。我也会看他们的训练计划和总结，分析他们的比赛录像，然后再互相讨论。

东方体育：当年您是如何培养孙雯和水庆霞的？

马良行：给她们独立带队的机会，通过比赛来提高。如果不独立带队，一辈子也不可能提高。

东方体育：目前的年轻教练中是否有重点培养对象？

马良行：教练的培养不是这么快的，需要很多积累，包括相应的证书。像国外就很明确，从C级升到B级，从B级到A级，都需要一定的带队时间。不是说考完证书就能当教练的，而是需要带队的，最好带青少年，慢慢成长起来。必须要经过这个过程。