



“残阵”从工体全身而退，这些细节你注意到了吗？

“穷”则思变，申花缓口气

2026赛季首场京沪大战，上海申花以残阵出征客场。面对密集伤病，斯卢茨基临场变阵442并大胆调整站位，战术思路耳目一新。陈晋一用一记训练中打磨的圆月弯刀任意球扳平比分，成为比赛高光。米内罗再度伤退、泪洒赛场，让申花伤病雪上加霜。而即将到来的联赛间歇期，或将成为球队喘息补齐阵容的关键窗口。

本版撰稿 特派记者
李一平 发自北京



李一平摄

张玉宁 23'

陈晋一 68'

1:1

“司机”临场的几处变化

斯卢茨基会排出怎样的阵容和阵型，是赛前外界最关注的问题之一。赛前一天的适应性训练中，斯卢茨基安排徐皓阳顶替特谢拉，刘诚宇搭档拉唐与米内罗，吴启鹏接替受伤的李可参与分组训练，看似准备采用433阵型。但首发名单公布后，实际阵型变为442，拉唐回撤组织中场，与汪海健、吴启鹏、高天意组成中场配置。

赛后，斯帅针对变阵解释道：“特谢拉因伤病无法登场，综合考量后，选择让拉唐顶替他的位置。”事实证明，脚下技术出色的拉唐仍然很难完全取代特谢拉的位置。变阵同时也让高天意承担了更多持球任务，在以往的比赛里高天意一般第70分钟左右就被轮换下场，而本场比赛则是一直坚持到了第85分钟被徐皓阳替换下场。

除首发变阵外，斯帅在比赛中还做出一次大胆调整。第60分钟左右，他用杨泽翔换下汪海健，但杨泽翔并没有像往常一样顶替陈晋一的左边后卫位置，而是顶替马纳法出任右边后卫，马纳法则前提至中场位置。这次换人调整极大程度解放了马纳法，从比赛的场上情况来看，马纳法位置变动对于申花进攻防守两端的加强是显而易见的。

与以往下半场相对固定的对位换人调整，本场斯帅的战术换人令人耳目一新，斯帅的“变化”令人欣喜。

判罚屡遭抗议，陈晋一“骗”了对手

马宁一直是中超联赛中颇具个性的裁判，上赛季京沪大战，马宁共出示四张黄牌，三张给了申花，一张给了国安。2026赛季首场京沪德比，再度由马宁执裁。

上半场补时阶段，申花主帅斯卢茨基因对界外球判罚不满，向边裁表达抗议，被马宁出示黄牌；替补席上的王世龙同样因表达不满吃到黄牌。颇具巧合的是，斯卢茨基执教申花后共吃到两张黄牌，上一次是2024年中超客场对阵青岛海牛一役，当时执裁裁判同样是马宁。

京沪大战火爆异常，球迷除了问候对手也没忘记问候裁判，上半场补时阶段，看台声浪甚至大到需要主场

DJ不得不临时播放起了音乐。

比赛第67分钟，申花在禁区弧附近获得任意球机会。以往申花这个位置的前场任意球多由高天意主罚，但开球前，陈晋一上前与高天意“密谋良久”，最终由高天意假动作助跑吸引防守，陈晋一打出一记漂亮的圆月弯刀，直挂球门右上角。国安门将奋力扑救，仍未能阻止皮球入网。

接受采访时，陈晋一透露了两人当时的交流：“当时那个角度我觉得很有信心，就和他商量，最后确定由我来罚。能靠这粒进球帮助球队扳平比分，我很高兴。”事实上，陈晋一就是申花队内日常加练任意球的球员之一，近期训练状态出色，且这一位置也

更适合他的左脚主罚。这粒进球同样离不开高天意逼真的假动作，不仅迷惑了防守球员与门将，就连场边不少摄影记者都表示：“真以为是高天意主罚，镜头完全错过了陈晋一的射门。”

纵观整场比赛，申花的破门机会并不多，陈晋一和高天意导演的这场“假射真让”抓住了为数不多的机会，帮助球队成功扳平比分。

可惜不久后，米内罗带球时右腿不慎拉伤，倒地等待队医入场。尽管之后申花多次获得控球权、具备吹停条件，米内罗仍在地上等待约2分钟，比赛才得以中断。其间国安外援孔特也出现受伤情况，直至形成死球，主裁判才吹停比赛。

米内罗洒泪伤退，间歇期太及时了

第三轮联赛结束后，受国家队赛事影响，中超将迎来短暂间歇期。这对伤病情况严重的申花而言，堪称宝贵的喘息机会。

本场比赛特谢拉缺阵，斯卢茨基在赛后新闻发布会上确认是伤病所致。具体情况为：上轮对阵浙江队时，特谢拉上半场便出现拉伤，仍坚持踢满全场。京沪德比前的适应性训练，特谢拉也仅在助教带领下进行单独恢复。出于稳妥考虑，斯帅未安排他出

战客战国安的比赛，经过间歇期调整后，预计可顺利复出。

同样缺阵的盖伊未随队出征，据俱乐部消息，其伤情已基本恢复，间歇期后复出概率较大。加之已恢复一段时间的李可，间歇期结束后申花阵容将得到明显恢复。

但坏消息是，本场比赛中，刚刚复出的米内罗在无对抗情况下再度大腿拉伤，伤情疑似与之前和阿不都海米提的对抗有关。离场时，米内罗情绪

激动、泪洒赛场，尽显再次受伤的沮丧与遗憾。但随后来到替补席边，于汉超、特谢拉等队友也纷纷起身与米内罗拥抱，这份温暖也许一定程度上也冲淡了米内罗内心的沮丧。

这场京沪大战，申花在阵容上有着多名主力队员的缺阵，对斯帅的用人来说可谓“山穷水尽”，但他用一招“穷则思变”做出应对，并取得了不错的效果，为球队保下了珍贵的1分。

京沪大战“双城记” 球迷父子的热爱传承

3月21日的这场“京沪大战”，吸引了超过64万观众到场观赛，刷新了北京工人体育场上的座人数纪录，同时作为客队的申花也有超过2500名球迷参与了远征，为申花加油呐喊。

热爱不限地域 揭秘“申花京城球迷会”

这一轮客战北京的比赛是下午3点半开球，还不到中午，上海申花北京球迷会的成员们就在北京工人体育场南门外支起了一个小小的摊位，为前来客场观赛的申花球迷们递上一杯热咖啡或者热茶。

据了解，申花北京球迷会的成员大多都是在北京生活工作的上海人，当然也不乏土生土长的北京“土著”。虽然身在北京，但他们依然保持着对于上海申花的热爱。在几名创始人的牵头下，这些身在北京的申花球迷成立了这样一个小团体，在北京为申花加油助威的同时，也希望为上海的远征球迷提供一些力所能及的帮助。目前，申花北京球迷会已经有接近60名成员。

2026赛季的京沪大战，也是申花北京球迷会首次组织远征服务志愿者，在比赛开始前，为前来观赛的申花球迷提供一些饮品和食物的补给。虽然3月底的北京已经没有那么寒冷，但准备入场的申花球迷从这里获得一杯热饮，也能感受到申花北京球迷会带来的温暖。

这次参加申花北京球迷会远征服务志愿者的刘思琛介绍，除了首次尝试在北京客场提供远征服务外，申花北京球迷会还准备在接下去几个在北方举行的客场同样复刻远征服务。“可能会尝试去大连、辽宁、天津等客场。”刘思琛说，他们本身就身在北方，提供服务总比上海出发的球迷方便点，希望所有参加远征的球迷有一个更好的观赛体验。



蓝色“基因”传承 申花拉近了父子的距离

无论是在申花的主场还是客场，每每遇到比赛，都能看到不少以家庭为单位的球迷观众，这次的北京客场远征同样不例外。球迷老孙上周五就带着自己的妻子和两个孩子到了

北京，主要是为申花加油助威，顺便也带孩子游玩一下独具历史文化气息的首都。

老孙接触申花主要是受到了自己父亲的影响，从小就因为父亲喜欢看球的原因接触到申花，申花也陪伴着他从小孙成长为了老孙。“看了这么多年球，经历过辉煌，也经历过低谷，但对我来说最重要的其实是把申花和上海足球的文化传承下去。”

老孙的两个孩子今年一个5岁一个3岁。大儿子从两年前就开始跟着老孙看球，此前还客场远征过南通，现在也算是一个资深的小球迷了。当问起孩子喜欢申花队哪个队员时，他告诉说是“特斯拉”。老孙说虽然现在孩子还小，经常会把特谢拉的名字说成“特斯拉”，但每次跟儿子说起去看球，他都会兴奋不已，在他看来至少申花的氛围会感染他积极向上。“以前是比较内向的性格，但看了两年球，现在活泼了许多，碰到不少球迷叔叔阿姨问话都能对答如流。”

小儿子虽然刚刚开始看球，但跟在哥哥后面同样乐此不疲。老孙说，身边已经开始出现不少“00后”“10后”的年轻球迷，他的使命则是把自己两个“20后”的儿子培养起来，接续上申花球迷的这份传承。“就像我受父亲的影响开始看球，现在这根接力棒从我手上传给了我孩子。”

同样也是父子组合前来看球的还有父亲陈怡达和儿子陈歆皓。陈怡达是上海知青的孩子，从小在江西长大，一直到上世纪90年代读大学时考回到了上海。“后面大学时期就开始看申花，到现在一直是申花球迷。”陈怡达说，一日为蓝，终生为蓝，这份对于蓝色的感情现在也传递给了自己的儿子。

去年，陈怡达主场全勤，并带着陈歆皓看了近半数的主场比赛。今年儿子读高二，学业的压力小了不少，陈怡达便决心带着儿子一起客场远征。除了浙江和北京，后面他还打算带着儿子一起去天津、河南和大连的客场。“包括铜梁龙、辽宁两支升班马的客场比赛，只要他的时间允许，我都会和他一起去。”

拥有相同的爱好，也拉近了陈怡达和儿子的距离，在学习之余，父子俩也会谈论起申花的话题，这也是独属于他们的相处方式。

