



# 望陈莫及，一脚定江山

上个赛季，也是在这个场地，陈晋一跟申花队友们一道，3比1战胜了北京国安这个对手，对于第二次在客场经历京沪大战的他来讲，除了报2024年8月那次1比2输球的一箭之仇外，在职业足球赛场上已经厮杀了30多年的两支球队的恩怨情仇，在陈晋一的心里，可能没有上周六这个下午来得那么深刻，毕竟这一次，正是他的进球，帮助申花队1比1战平国安，又一次在北京工体这个名副其实的“魔鬼客场”，在全场64118名球迷的注视下，全身而退。

专题撰稿 本报记者 李冰

## 争顶成功率提高了“三成”

在京沪之战打入那颗石破天惊的任意球之前，陈晋一有一种极为强烈的感觉，那就是“我们不能空着手离开这里（工体）”。在不少现场观看了申花队比赛的业内人士看来，跟上个赛季相比，“陈晋一明显涨球了”。

数据显然是最好的证明，尤其是在防守方面——2025赛季，陈晋一在出场的28场中超比赛中，场均抢断1.32次，场均解围3.21次，场均争顶2.77次，而这个赛季的前三轮中超比赛的数据分别是2.33次、3.33次和2.79次，但变化更大的，则是他的争顶成功率，从去年的48.7%，提升到了今年的75.1%，也就是说，去年陈晋一与对手10次争顶，抢到球的概率不到5次，而今年则有将近8次获得成功。

虽然身高达到了1米85，但至少从前两个赛季的表现来看，头球并不是陈晋一的强项，比赛中也不止一次出现过他在头球解围时直接将球顶给对方进攻球员的状况，这也成为影响陈晋一跻身中超真正顶尖防守队员行列的重要一环，用熟悉他的业内人士的话说，就是“他（陈晋一）有非常好的身体条件，但是没有用到最好”。

### 陈晋一前三轮核心数据

场均抢断 2.33次  
场均解围 3.33次  
场均争顶 2.79次  
争顶成功率 75.1%

场均传球 28.7次  
传球成功率 73.3%  
场均传中 3.33次  
传中成功率 30%

场均触球 54.3次  
关键传球 6次

\*数据来源：懂球帝

本报记者 李一平 摄

## 团队+心理疏导 薛庆浩真的在进步

本报记者 林龙

相比第二轮对浙江的客场，申花本轮远征北京时的伤情更加严重。除了盖伊和李可之外，吴曦和特谢拉也都没能出场比赛。如此困难的情况下能从工体带回1分，确实不易。正如斯卢茨基赛后所称赞的，球队的“团队精神非常出色”。

斯卢茨基也表示“点评团队合作胜于点评个人”。不过在球迷心目中，除了进球功臣陈晋一之外还有一个球员是值得单拎出来夸奖的，这就是门将薛庆浩。他对比上赛季第79分钟时那脚射门的扑救堪称“神扑”。这脚射门不仅离门近，而且打上了力量，也有角度，但薛庆浩完全凭本能和肌肉记忆伸出大长腿将球挡出。这是一次能获评本轮最佳的扑救，不仅守住球门不丢，而且也在一定程度上击垮了北京国安的斗志。此后15分钟左右时间内，国安再没制造过真正的威胁。能守住平局，薛庆浩所做贡献和陈晋一相得益彰。

本赛季虽然只踢了三轮，但薛庆浩如此“神扑”已经出现了好几次。首轮5比3赢大连英博的比赛，斯坦丘在第74分钟的直接任意球质量非常高，但薛庆浩的扑救质量更高。第二轮客场1比1平浙江的比赛，薛庆浩第16分钟连续上演两次神扑，先是门将特里策的射门扑出，然后又迅速起身

扑出托利奇的补射。上半时补时阶段，瓜里拉帕小禁区线上接米特里策任意球后头球攻门，球直奔死角，但还是被薛庆浩扑出。

连续三场比赛贡献“神扑”，而且状态保持稳定，鲜有失误。薛庆浩相比上赛季确实有了不小的变化，申花球迷对他的态度也明显不同。上赛季有过的批评声大多发生了180度的转变。这其中也有他个人的努力，同样也离不开球队给他的帮助。

首先是薛庆浩的训练更加刻苦，所以能一直保持着很好的状态。而且，薛庆浩也在努力从之前的失误中吸取教训，所以本赛季虽然前三场比赛1胜2平，场场都有丢球，但看过比赛的球迷都能明白，这些丢球并没有门将的责任，而上赛季曾让球迷揪心的失误也几乎见不到了，这种进步还是很明显的。

在李帅去U19国青队当门将教练后，申花请来了曾在阿森纳、AC米兰等多家俱乐部担任守门员教练的托尼·罗伯茨。薛庆浩近几轮比赛的稳定发挥，以及另一名门将马镇再次入选国足，有他的功劳。此外，斯卢茨基及其教练组对薛庆浩保持着“用人不疑”的态度也至关重要。虽然上赛季有

过主场对山东泰山比赛中的那种严重失误，但俱乐部坚持给他信任。因为门将所处的敏感位置，这种信任非常重要。所以，薛庆浩也就能越踢越自信，每场比赛都做出重要“神扑”实属偶然。

据了解，申花俱乐部本赛季请来了专业的心理咨询师来为个别球员做专业性的心理辅导，薛庆浩可能也受益于此。本赛季的三场比赛，薛庆浩除了发挥稳定，偶有“神扑”，精气神也很值得称赞，他赛后露出的神情也比上赛季多了很多正能量，这或许就是心理咨询师所做的贡献。



## 与高天意耳语迷惑对手 陈晋一信心来自训练积累

主罚那个北京国安队禁区前定位球之前，陈晋一一直跟站在自己身边的高天意在“耳语”交流，后者只要在场上，肯定是目前申花队中定位球的“第一操盘手”，甚至在现场解说员和一些申花队友看来，眼睛始终死死盯着国安队球门的陈晋一“在那里迷惑对手”。

作为国安队本场比赛首发门将的张健智，显然也是这么想的，所以由此也不难解释，为什么他会在安排人墙时，一门心思要挡住高天意右脚可能兜射的远角，自己也站在了球门中线偏左一点的位置上，反倒给陈晋一的面前留出了差不多半个球门的射门空间。

更多的信心，显然来自于陈晋一对自己的感觉，这也是他在主裁判鸣哨之后毫不犹豫起脚就射的主要原因。“定位球训练一直都是我跟高天意，刚好是那个角度，我们商量之后，我觉得我很有信心，就是能打出平时训练的那种感觉。”

考虑到人员尤其是外援方面的变化，从今年赛季前的冬训开始，申花主教练斯卢茨基将前两个赛季主打的442中场菱形站位阵型改为433，在高天意一度无缘主力阵容的情况下，陈晋一承担起了主罚定位球的责任。随着高天意重新首发，陈晋一虽然直接罚球的机会少了，但是在平时的训练当中，他对自己这方面的要求并没有降低，教练也鼓励他在定位球上多下点功夫，于是才有了陈晋一所说的“平时训练的那种感觉”。

从2024赛季中期加盟、刚开始只能替补上场踢十几分钟的“新人”，到眼下左边后卫位置上的绝对主力，一直坚信“爱拼才会赢”的陈晋一也有着自己的目标：“这已经是我来到中超的第三个赛季，相比之前，从习惯上来讲，已经慢慢适应了在上海踢球。对于今年，我也是希望能够超越去年的自己，然后一步一步做得更好，跟着球队不断地往前走。”