



“邵帅”首秀，请多包涵

——255天后再次参加国际A级赛，国足有追求也有需求

用人趋向以老带新 为攒排名积分而努力

王钰栋、刘浩帆、徐彬以及拜合拉木等球员，如果不是这些年轻人的身边还有张玉宁、颜骏凌和刘殿座这些老将，拥有多达10名U23球员的这支中国男足国家队，很容易被误认为是刚刚夺得亚洲杯亚军的那支U23国家队。

一口气召入超过全队球员总数三分之一的年轻队员，邵佳一的目标，显然不仅仅是将国足的平均年龄下调几岁，掀起一场表面上的“青春风暴”。一方面，经历了U23亚洲杯洗礼的这批年轻队员，大多获得了在中超赛场上的稳定出场机会，王钰栋等人更是各自球队的绝对主力并且有着不错的表现，眼下无论身体还是竞技状态都处于非常好的阶段，对国足而言都属于“来之能战”的类型；另一方面，参加完上届世预赛亚洲区18强赛小组赛之后，一批“30+”的老将确实很难坚持到四年之后，如果不能尽快完成国足的新老更替，让跟多的年轻队员得到锻炼和成长，在亚洲强队大多已经完成“换血”的情况下，无疑会输在新的世界杯周期“起跑线”上。

事实上，自从去年6月份无缘美加墨世界杯决赛阶段之后，中国男足国家队在连续三个国际比赛日高挂“免战牌”，在将近九个月的时间里，没有参加一场正式的A级国家队比赛，某种程度上，已经错过了三次让年轻

队员通过实战顶上来的机会。好在随着国际足联系列赛的推出，由国际足联统一组织，指定承办地并且提供赛事补助，解决了一些球队因为找不到合适对手以及比赛时间冲突等问题，首次打进世界杯决赛圈的库拉索（世界排名第81位）以及非洲传统强队喀麦隆（世界排名第45位），就这样被“送”到了国足新帅邵佳一的面前。

从目前的情况来看，由于连续255天没有参加过国际A级赛事，中国男足国家队在过去九个月中没有国际排名积分入账，眼下的世界排名已经跌至第93位，在亚洲区排名第14位，处于亚洲第三档球队末端，如果能够与库拉索和喀麦隆队的两场比赛中表现出色，拿到更多的排名积分，对接下来的亚洲杯和世界杯预选赛档，无疑会起到相当大的作用，而这也正是邵佳一之前在接受采访时表态“全力以赴”的重要原因之一。

最近两天的训练当中，邵佳一安排了11对11的分组对抗，虽然在比赛过程当中会随时进行调整，但总体看来，国足首战与库拉索队的这场比赛，他大概率会采取以老带新的策略，尤其是在中轴线上，颜骏凌、朱辰杰、韦世豪和张玉宁等正值当打之年的“老将”，势必也要承担起更大的责任，而这同样也是邵佳一在国足更新换代问题上“饭要一口一口吃”思路的体现。



北京时间今天下午2点，由主教练邵佳一领衔的中国男子足球国家队将在澳大利亚举行的FIFA系列赛中对阵库拉索。不管对上任之后第一次在A级国家队比赛中亮相的邵佳一，还是这支重组之后肩负着冲击下一届世界杯入场券重任的新国足，面对库拉索这样一个陌生的对手，打好首秀的压力不难想象，但是战胜“世界杯级别”对手的动力和决心，同样不小。

本版撰稿
本报记者 李冰

邵帅训练课 严谨又细致

跟很多前中国男足国家队的队友一样，邵佳一是在2000年的国家队中认识那个叫博拉·米卢蒂诺维奇的神奇教练的，除了外界熟知的那句写在帽子上的“Attitude is Everything(态度决定一切)”之外，后来转行做教练的邵佳一更能直接感受到的，还是米卢对于场内场外一些细节的认知和处理能力，这一点上，作为曾经的国足队友的李玮锋同样印象深刻：“比如训练当中有一个球没处理好，作为教练来讲，他可以当场指出来甚至骂上两句，也可以等训练间歇或者结束的时候单独跟你沟通，米卢接手国足之后，很快便了解和熟悉了每个队员的性格脾气，针对不同的人会用不同的招数和方式，大家都能接受，他的目的自然也就达到了。”

20多年后，邵佳一“隔空”从米卢的手中接过了中国男足国家队的教鞭，虽然与当时还可以跻身亚洲一流的那支国足相比，眼下邵佳一手中的“牌”要差了不少，甚至连亚洲层面的顶尖本土球员都寥寥无几，但他依然坚信，足球是一个团队项目，不可能依靠某一个人能做好所有的事情，必须通过团队的协作和共同努力，才能达到最后的目标，而正是这种团队意识，“让我对未来的比赛有了更多的战术期待，希望在赛场上看到更多通



过紧密协作实现以小搏大和以弱胜强的经典瞬间”。

也正因为如此，邵佳一非常注重对国足这个团队每一处细节方面的打造。此前效力北京国安和天津津门虎队时，巴顿大多踢的是左边锋和前锋，但是从上个赛季开始，他经常会把主教练放到右边后卫的位置上，在攻防两端也都有着不错的表现。进入国家队后，哪怕前场边路的攻击力不是那么充足，邵佳一也没有急于将巴顿的位置前移，训练中还是让他踢右边后卫，充分体现了“让队员做自己最合适的事儿”的思路。除此之外，带队抵达澳大利亚之后，虽然队员经历了长途飞行之后多少有些疲劳，但邵佳一还是在抵达当天的傍晚安排了一堂训练课，

除了主动唤醒身体机能之外，他也希望通过这样的方式，将上个周末分别参加了中超联赛的国足队员调整到同一个“频率”之内，为接下来的训练和比赛做好准备。老将王上源在接受采访时也表示，对于库拉索和喀麦隆两个对手，以邵佳一为首的国足教练组已经提供了详尽的战术分析报告，对国足和对手都做了深入的解读：“当年邵(佳一)指导做(国足)助理教练时，我就能感受到他对细节的苛求，如今担任球队主教练，工作态度依旧严谨，我们也会尽最大努力执行他布置的每一项战术安排。”

队内无伤病隐患，对手压迫性很强

对绝大多数中国球迷而言，“库拉索”这三个字，或许要上互联网或用AI搜索一下，才能知道这是一个位于加勒比海的岛国，他们的男子足球国家队在2026年世界杯中北美及加勒比海地区预选赛中，以B组头名的身份晋级世界杯正赛，就此成为世界杯历史上人口最少(约156万)、国土面积最小(444平方公里)的参赛球队。

用国足队员自己的话说，就是第一次看库拉索队比赛录像的时候，感觉“对手在比赛中展现出来的那种压迫感还是挺强的”。

作为一支极具荷兰足球特色的球队，库拉索队中大部分球员都在荷兰踢球，按照业内人士的看法，这支

打进了美加墨世界杯决赛圈的球队的整体实力，大致相当于荷甲中下游球队的水准，球队风格融合了加勒比地区球员的个人技术与今年2月份因家庭原因卸任的荷兰老帅艾德沃卡特打造的团队整体性。踢球比较简练，强调对抗和拼抢，值得一提的是，库拉索队前锋陈达毅曾有意归化加入中国男足，虽然最终没能成功，但也因此获得了登上世界杯决赛圈舞台的机会。

成为中国男足国家队主教练之前，在青岛西海岸队执教的邵佳一，显然也深刻体会到了最近几个赛季中超赛场上的一些变化，随着比赛对抗强度以及攻防转换速度的提升，本土球员也正在习惯着由此带来的比赛节奏上的变化，

而这也是他上任之后几次集训当中跟队员们强调最多的，杀上门来的库拉索这个对手，无疑是一块最好的“试金石”——从这个角度来讲，无论国足与库拉索队这场比赛的结果如何，跟世界杯参赛球队直接交手的这次经历，都将帮助邵佳一和国足队员对于现代足球有更好的认识跟感受。

对邵佳一而言的一个好消息，就是眼下国足队员基本没有受到伤病的困扰，到澳大利亚第一天因为身体有些不适只能在当晚训练时慢跑的朱辰杰、张玉宁和韦世豪都没什么大碍，正常参加了之后的训练，这也让他能够排出一套自己心目中的最强阵容，与库拉索队好好地掰一掰手腕了。



中国 VS 库拉索
3月27日 14:00
悉尼澳大利亚体育场
CCTV5 直播

■国足预计首发

(442)