



今日出征，邵安勿躁

——武磊、朱辰杰回归合练队伍，补召高天意填后腰短板

随着本赛季中超联赛前半程赛事全部落下帷幕，中超各支球队迎来短暂休整期，中国男足也开启新一轮集训备战工作。

按照备战计划，5月31日国足全员于上海完成集结，6月5日和9日分别对阵新加坡、泰国队。其中，武磊有望完成个人国足生涯百场纪念，而值得注意的是，在完成两场比赛后，中国足协还规划了赛后继续拉练集训，在实战与长期集训结合中打磨队伍阵容的想法。

专题撰稿
首席记者 刘闻超



本版摄影 张玮

毛伟杰：入选很激动，争取打上比赛

本次国足上海集训地点设立于上汽浦东足球场外场，最近几年这也是国足比较熟悉的训练地点。5月31日下午，全体球员于上海的下榻酒店集中，首日的公开训练环节，国脚们的身体状况成为外界关注焦点。

经过中超5月密集赛程的鏖战，多名入选国脚身体出现不同程度劳损，首堂训练课以适应性恢复为主，并未直接开启高强度合练。训练现场，武磊与朱辰杰并没有在最初跟随大部队参与分组对抗，两人在场边进行慢跑等恢复性训练。其中，武磊自本赛季复出以来基本都是替补出战，日常训练则需要注意强度和赛后反应，通过适度调整来确保身体能够为比赛服务。朱辰杰则是连续打满了申花近期的比赛，身体也处于较为疲劳的阶段。好在，在国足昨天下午的训练课中，武磊和朱辰杰都回到了全队合练的阵营。此外，由

于胡荷韬、程进因伤无法跟队训练，国足在集中后决定补召来自申花的后腰球员高天意。

后卫线上蒋光太、韩鹏飞同样并未处于百分之百状况，尤其是蒋光太的身体情况不禁令人担忧。自海港主场对阵武汉三镇复出以来，蒋光太为海港后防增添了速度和硬度保障，但其小腿肌肉以及跟腱旧伤受比赛负荷影响没少出现不适，这也是为何在不少场次中，穆斯卡特都没让蒋光大打满全场的原因，某种程度上来说，有伤在身的蒋光太也需要通过日常的不间断治疗和护理、适度调配训练强度，才能为比赛条件提供基础。昨天的训练课，蒋光太留在了驻地酒店的健身房进行恢复。

相比于前两天的训练，国足昨日的训练内容明显丰富了许多，除了传球训练外，教练组还根据比赛需要安排了其他技战术内容的训练，并在训

练的后半程分别安排了11人对11人、7人对7人的分组对抗训练。对抗训练范围安排在两个半场的禁区线之间，教练组对球员传球的速率及准确性提出了非常严格的要求。“邵指导对于球员的要求跟以往是一样的，给对手压力，进攻和防守都是一个整体。”队长张玉宁在接受采访时表示，“每期国家队集训都会有新球员来，不管是新队员还是老队员，来到国家队的要求都是全力以赴，没有任何保留。代表国家队就是保持初心，来到这里就没有什么多想的，就是要赢下比赛，不遗余力。”

此外，在本期国足集训队伍中，首次入选的U23国门李昊和毛伟杰备受外界关注。“入选国足很激动、很开心，我会发挥自己的优势和特点，争取能够打上比赛。”本赛季改踢边后卫的毛伟杰腼腆地表示，“感谢邵导的信任，我会努力打好这个位置。”

国脚“加班”，热身赛后还有“节目”



按照计划，中国男足将在今日上午启程离开上海飞赴新加坡城。打完同新加坡队的比赛后，全队转战浙江金华，进入到同泰国队比赛的备战过程中。对国足教练组而言，在5月密集赛程后迎来集训是一个挑战，接下来两场比赛，科学轮换成为保障两场比赛竞技质量的关键。

本次集训期间两场比赛对于武磊而言具备特殊纪念意义，只要登场参赛，武磊就将迎来自己国家队百场里程碑时刻。而无论是在哪场比赛的哪个时段登场，在国足与泰国队的主场比赛前，中国足协预计为武磊颁发百场纪念物品。从留洋到重返中超，常年为国出战的武磊历经了多届世预赛与亚洲杯，百场国脚生涯是其职业生

涯的重要里程碑，球迷也十分期待这位国足队长的里程碑之战。

两场比赛结束之后，国足的集训并未就此止步。按照中国足协整体备战部署，全队将离开比赛赛区，先后奔赴贵州和大连两座城市开启下一阶段行程，其中在大连期间球队将继续磨合训练，这一点倒是有别于其他国际比赛日的安排，效果如何值得关注。部分业内人士看来，借助国际比赛日窗口期开展长线异地集训，能够让球员摆脱俱乐部赛事干扰，全身心投入战术磨合。但也有人指出，由于足协杯赛事最快将在19日、20日打响，国足17日结束集训后，留给国脚们备战的时间极其有限，因此对这一安排持保留意见。

男女足各国字号队伍厉兵秣马，练兵正忙。备战明年亚青赛的U19国青在法国打响了第一枪。

土伦杯首场比赛，国青1比0战胜沙特。继U17亚少赛四分之一决赛后，国足一个月内完成对此“宿敌”的两连杀。中国足球U系列队伍重返亚洲中心舞台的“系统性事实”又进一步被夯实。昨晚，土伦杯第二轮比赛中，国青0比3不敌民主刚果U23队。

专题撰稿 本报记者 林龙

以小打大，国青玩得转

中国队是土伦杯的常客，上世纪70年代末就第一次参加了这项被称为“青年世界杯”的传统赛事，并曾经打进过决赛。但上一次参加土伦杯已经要追溯到2019年了，当时是希丁克带队参加，成绩1胜3负，最终获得第八名。这一次国青首战就“平”了上一次的成绩，考虑到球队多名主力即将归队，在本届土伦杯取得相较于上一届的反弹大有希望。

此次土伦杯的参赛年龄要求是2003-2008年之间出生。理论上说，安东尼率领的U23国足也可参加。但此次代表中国参赛的是2007-2008年龄段的U19国青，是参赛队伍中年龄最小的。同组的沙特、民主刚果、哥伦比亚和突尼斯中，只有哥伦比亚是U19，其他都是U21或U23，像首个对手沙特就是U21队伍。所以，U19国青本场比赛以小打大而加大了难度，但凭借团队精神和严格的战术纪律，以及一点点运气成分，小伙子们1比0赢得首胜，为接下来的征程打下了很好的基础。

沙特U21是去年U20亚青赛四分之一决赛淘汰中国队的那支队伍，那场比赛给中国球迷留下了难忘而苦涩的回忆，而中国队主帅久尔杰维奇也正是去年那支国青的主帅。所以，他对沙特的去年就更熟悉一些。虽然队内缺少多名主力，但中国队依然不落风，整场比赛都没有让对手得到什么好的机会。上半时第12分钟，张家鸣在沙特禁区内的射门被对方6号球员挡自家球门，中国队早早取得1比0领先。随后，沙特越踢越急躁，8号队员拉坎·加姆迪在第60分钟还吃到第二张黄牌而被罚下场。最终，中国队守住了1比0的胜果。

六名随各俱乐部征战本轮中超中甲联赛的队员都已飞赴法国和球队会合，剩下两轮小组赛可以出场。届时，中国队的实力将有明显提升，而首战告捷带来的自信心也会助力小伙子们去取得一个好成绩。相比成绩，此次以小打大的锻炼价值更宝贵，这有助于国青在明年亚青赛上去应对更大的困难。

还没调整到“最佳状态”

因为足协国管部从今年开始取消了长期集训的政策，所以留给国青的集训时间非常短。5月25日球队才集中，29日就飞往法国备战31日的首场比赛，连时差都来不及倒过来。但这不是唯一的困难。

四个小组赛对手中只有哥伦比亚是U19，其他三支队伍都是U23或U21，以小打大是第二道难关。而北京国安的邓捷夫，青岛西海岸的杨展鹏、贾伟伟、王庚睿，大连英博的杨铭锐以及代表山东泰山B队征战中乙联赛的门将依合散都是踢完本轮联赛才飞往法国和球队会合。其中，邓捷夫、杨展鹏、杨铭锐、贾伟伟以及依合散都是球队近半年来的主力。除此之外，主力中卫吴启鹏因伤无法成行，等于是大半支主力阵容缺席，国青首战能1比0赢沙特，所带来的意外之喜可想而知。

更大的惊喜是，面对平均年龄比自己大两岁的沙特，“残阵”出战的国青丝毫不落下风。考虑到阵容不整，久尔杰维奇排出了之前较少使用的541防守阵型，这本是无奈之举，但却收到奇效。队长岳瑞杰、郭五岳和黄晟豪组成的三中卫很好地抑制了沙特的进攻，尤其是黄晟豪。来到法国之前，国青与海港踢了一场教学赛，当时黄晟豪出任右后卫，但和队友还不够默契而造成开场阶段的丢球，但同沙特比赛中的黄晟豪却成为一大亮点。中非混血的他，身体素质本就出色，比

赛中的状态进入特别快，无论是上抢的迅猛还是后场的出球都可圈可点。国青能战胜沙特，黄晟豪功劳不小。

与黄晟豪形成鲜明对比的是，赛前被寄予厚望的苗润东却发挥一般，踢了60分钟左右就被换下场。主要原因是，在久尔杰维奇的541阵型里，苗润东出任左边翼卫。这对习惯于左边锋的苗润东而言是个陌生的位置，他要兼顾防守和进攻两个职责，边路奔跑的距离加大很多，所以3月份1比0赢澳大利亚时的犀利突破也没有了。而且看得出来，苗润东的体能也明显不是最佳，一部分原因是，他效力的江苏常晋目前在踢中冠，还不算职业联赛，比赛的强度和锻炼价值或许较低，而“苏超”给他的提升空间也有限。

苗润东不是个例，他在常晋俱乐部的队友张桐瑞和宋恒达此役表现平平。记得去年11月份在上海集训的时候，这几个队员的表现都颇多亮点，半年之后，处于最佳提升能力阶段的他们却鲜有进步，着实可惜。中国足协等各部门或应有所动作，为他们创造一些更好的平台和机会。

不过，困难情况下的首战告捷给小伙子们带来的自信心极为宝贵。而经过首战的磨合，包括苗润东在内的所有球员也都逐渐找回了一些状态。等杨展鹏、邓捷夫等主力队员归队之后，他们还是很有希望打好接下来的比赛。