

从女足队长到女孩之王

浦玮扎根校园足球希望更多人同行



浦玮(中)和她的队员们

体育之育

青训岗位 更需要高水平教练

当年的一代“铿锵玫瑰”曾经各奔东西，浦玮也一度移居到国外，换一个环境生活。但没有足球的生活，总是缺少那么一点颜色。

2018年，时任上海市足协主席朱广沪的一个电话，把浦玮重新拉回了绿茵场。他看中了浦玮的沟通和公关能力，邀请她加入足协，负责对外沟通事宜。浦玮欣然应允。恰逢上海成立四个年龄段的精英队伍，原本浦玮做幕后工作，正好08队伍缺一主教练，足协高层见浦玮同孩子和家长相处融洽，再考虑到她是顶级球员出身，于是，浦玮被推上了教练的岗位。

在浦玮看来，这是一次破圈尝试。“女教练执教男队，这是相当少见的。”半年后，包括

浦玮所执教的队伍在内，四支队伍全部拿到全国冠军。别看浦玮是女教练，此前也没有执教经验，但她的能力得到了家长和孩子认可。时至今日，家长和孩子依然和她保持联系，向她汇报成绩。

也就是从那时起，浦玮深深感到，“基层培养，更需要高水平教练，这对孩子从小打好基础非常重要。”反过来，高水平教练更能带好基层队伍。以浦玮自身为例，虽然她没有带队经验，但此前的国家队运动经历，令她受益匪浅。像她这样的顶级足球运动员，当初的运动经历很重要，她能及时发现运动员身上存在的问题，进行调整和改变，也就是所谓的感同身受。

执教高校 也要有所担当

如今带大学生队伍，又是另外一个全新的挑战。“毕竟大学生的动作已经定型了，在理解和认知方面也很难再做大的改变。”浦玮明知这是一次全新的挑战，但面对上海大学的邀约，她再次接受挑战。

上海大学成立女足项目的高水平运动队才刚进入第二年，目前只有12名运动员，平时连对抗都打不了。浦玮每次都和助理教练身体力行、上场示范。训练时还不能随便上强度，以防受伤，避免非战斗性减员。至于训练的时间，必须按照学生的课表来，通常下午训练两小时后，学生就要回教室上课。

带这批球员，又要换一种思路。首先从学生的积极性入手，让她们在屡战屡败中磨炼意志，重建信心。事实上，的确有些学生会认为，进入高校，她们就应该同其他人一样享受普通学生的正常生活了，而足球训练不必在乎质量和成绩。对此，浦玮在训练之余变换身份，仿佛一名知心大姐，同她们谈心。她问道：“你是单纯地享受足球，还是为了高考才练足球的？足球运动的魅力，在教育里扮演着更重要的角色，做一个球场上和生活里有爱、有责任、有担当的人，才是成功的。踢球和做其他任何事情一样，只有你喜欢了，才能有更大的发展和进步。”

于是，每一次比赛和训练中的小进步，浦玮都会为她们点赞，更多的鼓励帮助她们逐渐树立起信心。为了帮助球员获得更多训练机会，她常常和复旦大学联系，组织周末友谊赛，从安排接送车辆，到协调比赛场地，亲力亲为。

目前，上海市校园足球联赛大学高水平组有5支女足，其中复旦和上大都是只有12人，其余三支都是传统强队，学生都有专业底子。因此，每次比赛，上大赢球并不是常态。但浦玮给自己设立了一个小目标，“我要带她们冲击全国比赛。今年9月份，又将有6名学生入队，届时我们的队伍就愈发壮大了。”

干一行、爱一行。暑假里，浦玮带领学生开展集训，她也爱上了这支从零开始的大学女足队伍，“大学足球队同样是一个相亲相爱的团队，在这个团队里，通过交流和合作，对她们将来融入社会、适应社会将大有裨益。”

投身校园 带去更好的理念

执教四年不到，浦玮又被教育部相中。今年，教育部正式成立校园足球国家队。在专业人士的推荐下，浦玮成为了初二女足的主教练。通过全国海选，44名初二女生汇聚在四川内江，浦玮和教练组再从中选出22人，组建一支国家队。

这些学生，虽没有专业背景，但一个个脸上都洋溢着对足球的热爱，在场边的浦玮看了，不禁感叹道：“她们比我们以前的训练条件好太多，应该给她们灌输更好的足球理念。”

她常常会想到自己小时候，起初父母不怎么同意她参加专业训练。才二年级的她硬是用行动证明自己的决心，每天早晨5点45分准时起床独自坐公交车去训练，为此还放弃了舞蹈和电子琴，最终感动了父母。“只有发自内心的热爱，才能真正做好一件事情。”这是浦玮反复跟孩子们说的一句话。

别看校园足球开展的都是业余足球训练，但浦玮认为，作为专业足球人，有责任将先进的足球理念带到校园中去，让更多孩子首先对足球有全面的、正确的认知，这样才能培养他们的兴趣，让更多人爱上足球。

回到上海，只要有空，她会参与各类校园足球活动。前不久她特意前往闵行区浦江三小，为“班班足球赛”开幕式授旗。她还津津有味看完了整场比赛，结束后，主动找小球员们一一谈话，鼓励他们。“不论他是专业的还是业余的，我们都不能放弃任何一个孩子。”浦玮认为，足球最根本的，是加深孩子对生命的理解和对生活的热爱，教会孩子如何在规则的约束下赢得胜利，也教会孩子如何正确地面对失败，帮助孩子形成全面的人格。

扎根青训、投身校园，浦玮希望有更多的足球专业人士齐心协力来一起努力。

本报记者 陶邢莹



场边指导

浦玮供图

科院虫草 2021新草全新上市



一年一度 新草相约
优惠专享 价低物美 更营养



上海科院药房冬虫夏草为每年5月中旬开始采集的新鲜虫草，分别为四川阿坝虫草、四川甘孜虫草、青海玉树虫草、西藏那曲虫草！

新草全部上架，尝新有好价 老草全程冷链不输新草精品

两大藏区（西藏、青海）2021年新草售价列表

产地	年份	等级划分区间（单位：克）							
		0.2以下	0.2-0.3	0.3-0.4	0.4-0.5	0.5-0.6	0.6-0.7	0.7-0.75	0.75以上（虫霸王）
西藏那曲	市价	258元	348元	438元	508元	598元	648元	678元	698元
	2021	194元	261元	329元	381元	449元	486元	509元	524元
	2020	168元	售馨	售馨	330元	389元	售馨	售馨	售馨
青海玉树	市价	246元	326元	386元	446元	486元	526元	586元	
	2021	185元	245元	290元	335元	365元	395元	440元	
	2020	售馨	售馨	251元	290元	316元	342元	售馨	

科院虫草三大优势

- 1. 诚信优势：年份不混/产地不混/优劣不混
- 2. 团队优势：系统配有专业服务团队
- 3. 冷链优势：从采集到销售全程冷链

上海科院药房原名中国科学院上海生命科学研究院科院药房。广告

咨询订购热线：021-64311772 / 34010789
上海科院药房地址：肇嘉浜路526号（近岳阳路）