



短，本次全运会上，水庆霞感受到最大的变化是各队之间的水平更加接近。全运会的女足成年组大部分参赛队是以各地的女超球队去掉外援之后为基本阵容，在她看来，从联赛到全运会，每个队伍都不好打，交手双方的水平常常在伯仲之间。过去曾出现的某几支队伍水平特别突出的情况，而如今已完全不同。

事实确实如此。本届全运会进入四强的成年女足队伍，再加上四分之一决赛中被上海女足淘汰的以本赛季女超联赛冠军为班底的北京女足，这五支球队都有争冠的实力。尽管在纸面实力上可以排出高低来，但到了充满不确定性的赛场，谁都没有百分之百的把握拿下对手，就看谁抓住机会的能力更强。

“女超联赛中有七八支队伍都各有特色，整体的感觉是攻防转换速度更快，拼抢更加激烈。全运会上的队伍则更加务实，会更直接地利用自身优势向前，向两个边路的发展速度更快，再通过高中锋来完成得分。”在她看来，俱乐部球队的整体水平提升，这对中国女足的发展是好事。

虽然成年女足遗憾未能夺牌，但在全运会开幕之前已经提前结束的U16、U18女足比赛中，上海队包揽了金牌，其中U18组实现了三连冠，让上海队成为全运会历史上足球项目首次实现



三连冠的队伍。

在水庆霞看来，上海青少年女足在技术层面一直位居全国前列，但相对来说在身体和对抗方面不占优势。国内女足的攻防转换不断提速的情况下，今后上海队若想在全国比赛过程中占得先机，需要重视对抗中的技术应用。

“首先你要跑得动，在这个基础上有很好的技术发挥，还要有强大的心理抗压能力。”

她希望，今后的年轻女足运动员在训练过程中多给自己制造难度，也就是勇于真刀真枪地对抗，养成习惯，这样在比赛过程中即使对手施加很大压力，也能把平时训练中的技战术运用自如。

虽然已经卸任女足国家队主教练，但水庆霞仍旧保持对中

上图：2023 女足世界杯小组赛D组首轮比赛，时任中国女足主教练的水庆霞赛后谢场。

国女足的关注。2025 年，武汉女足经过顽强拼搏，夺得了首届女足亚冠的冠军；中国队在U17女足世界杯上首次实现小组出线，创造了历史最佳战绩。U17女足国家队的主帅是来自上海的王洪亮，上海也为球队今年征战世界杯的大名单贡献了八人。

这样的突破对于中国女足而言意味着什么？水庆霞认为，首届女足亚冠上的成功，不仅证明了武汉女足的优秀，也是中国女足职业化整体水平发展的里程碑。

在U17女足世界杯比赛过程中，“大家都觉得眼前一亮，确实有很好的苗子”。

水庆霞认为，这群年轻人需要参加更多的国际大赛，看看外面的世界，然后再对比自己哪方