

探访沈阳城市足球俱乐部青训建设

外教主抓训练 球队更看重文化课

新赛季中甲联赛2月末开赛,作为中甲新军,沈阳城市队受到外界关注,上赛季他们创造14场连胜、15个主场不败的纪录,以中乙总冠军的身份冲甲成功。这些成绩与荣耀,其实是与重视青训体系建设分不开的。打造自有人才培养体系,各梯队呈现出蒸蒸日上的奋进势头,这是球队未来打开上升瓶颈的关键所在。近日,本报记者探访沈阳城市足球俱乐部青训体系。

成绩
2019年拿下多个全国冠军

2019赛季中国足球协会乙级联赛颁奖典礼中,沈阳城市足球俱乐部拿下四项大奖,其中就包括32家俱乐部中的3家优秀青训俱乐部之一。2019年,是沈阳城市足球青训的第3个年头,从零开始到现在的注册队员200多名再到在全国重大比赛中屡创佳绩,俱乐部的青训工作开始受到外界的关注。

在沈阳城市足球俱乐部的梯队中,07梯队是成绩最为出色的。去年,他们获得了“健力宝”杯全国总决赛冠军,青训“联盟杯”冠军,长沙“玛丽莱”精英赛冠军,中国足协青训中心“希望杯”季军,“东北联盟杯”沈阳赛区、大连赛区、亚泰赛区、黑龙江赛区冠军等。除了战绩骄人,这一批十二三岁的孩子,在比赛中展露出的自信和团队意识,给记者留下了深刻印象。

07梯队的教练张永海,也是沈阳城市足球俱乐部的青训总监。2014年因伤退役后,张永海一边养伤,一边带着儿子练足球。2017年的春天,原本想进入职业队做教练的他,机缘巧合地来到了沈阳城市足球俱乐部,开始组建青训梯队。最初阶段相当于只有2支半梯队,都是在一起训练。

2018年9月,刘小平到俱乐部担任总经理后,开始扩大梯队建设。“新成立的俱乐部最困难的是组队初期,外界对我们俱乐部没有了解,家长对把孩子送到这里会有迟疑,但是现在通过我们整个团队的努力,已经开始得到圈内的认可”,刘小平说,现在已经开始有不少外地的孩子主动来到俱乐部试训。

特色
外籍主教练+三名国内教练

2018年,中国足协印发《中国足球协会职业俱乐部准入规程》,要求中甲俱乐部需下设5级



小球员在俱乐部球场训练。

本组图片由俱乐部提供

梯队。目前,沈阳城市足球俱乐部不仅早已完成这一要求,还正在逐步完善9级梯队。目前,俱乐部拥有6名外籍主教练,近20名国内教练,每个梯队除了外籍主教练,还有三位国内教练,组成了强大的教练团队。

外教中除了去年中国足协启动“百名外教下基层”下派的三名教练,俱乐部还聘请了三位来自塞尔维亚的外教。虽然在选择外教的过程中,也有介绍西班牙、荷兰等足球强国的外教,但为什么选择克罗地亚和塞尔维亚的外教,俱乐部认为关键是要找到适合自己的教练。目前,俱乐部中方教练员整体比较年轻,执教的同时,也是向外教学习的过程。

2019年3月,克罗地亚外教萨沙来到沈阳,正式带领U12(07)梯队开始训练。“他有一些欧洲的训练方法,包括传接球的训练方法、理念,比我们要多一些”,张永海觉得,萨沙来到球队后,确实给了小队员们很多帮助,而对于教练组来说,他的职业精神和对足球的热情,值得大家学习。

看球队打对抗比赛,萨沙十分投入,球员们每一个动作、每一次拼抢他都全神贯注地盯着。在场边,他不时地用简单的英语和汉语提

醒场上队员,还会蹲下来在本子上记录。

曾经在多个国家工作的萨沙很喜欢这批小队员们,也很喜欢在沈阳的生活。

硬件
5片真草球场供青训使用

沈阳城市足球俱乐部的梯队队员们,特别幸福的一点就是俱乐部自有场地可供训练。俱乐部除了有上赛季比赛球场——可容纳2万人的标准体育场1个,还有国际标准化足球场8个。其中包括天然草皮7块、人造草皮3块,5人制4块,室内足球训练馆2个。而在这些场地当中,有7片场地是供青训使用的,其中5片是真草球场,只有2片是人造草。

之前,即便天冷,球队也坚持在室外球场训练。下雪的时候,家长还会帮着一起扫雪。沈阳去年冬天的一场冻雨后,训练场地结冰无法训练,球队又申请到气膜馆内训练。

去年年底,沈阳城市足球俱乐部的各级青训梯队已经分别前往广东、广西进行冬训。在出发冬训之前,俱乐部领导、教练、工作人员聚在一起,各梯队教练分别总结2019年的工作,并



07梯队去年斩获多个冠军。

介绍冬训训练计划。会上,所有教练结合自己的PPT进行发言,训练多少次、比赛胜负多少,都用数据说话。大家直面问题,相互交流这一年工作的成功与不足。

软件
小队员从训练到吃住行全免费

目前,俱乐部所有梯队的小队员,从训练到吃、住、行,所有全部是免费的。除了训练条件好,小队员的生活和学习条件也都很好,住在俱乐部的4支队伍,每天由大巴车从俱乐部到学校之间往返接送。目前,队员住在公寓楼内,据介绍,未来俱乐部还将专门建造运动员公寓楼。

以往,大部分的球员都是采取体校、专业队的方式进行培训,并不重视文化课学习和心理教育,这也导致了不少球员虽然技术不错,但是心理素质和比赛的阅读能力偏弱。沈阳城市足球俱乐部非常注重小队员的学习,队员中有许多能考入班级前十名的,甚至还有班级前三名、年级组前十名的。

例如07梯队的队长赵佳铭不光球踢得好,学习上也是佼佼者。队员王浩丞在队中还客串翻译,别看他只有12岁,在帮着外教翻译时,展现出的从容和自信还真是有模有样。

在俱乐部内有一项要求,小队员考试不合格的就先停训,文化课赶上了,再回来训练。正是在这样整体注重学习的氛围中,绝大部分小队员的文化课学习都没有落下。

就像张永海说的,“现在踢球的孩子少,我们队这些孩子现在真的挺幸福的,训练的条件好,比赛的机会多。”

辽沈晚报记者 王冠楠

五轮比赛三胜两负 专家解读了篮近期表现

伤病之下没能发挥出真实水平

CBA即将迎来全明星周末活动,各家俱乐部也得到了一个宝贵的联赛间歇期。尤其对于辽宁本钢男篮来说,他们在此前一段赛程中,郭艾伦、韩德君、贺天举、刘志轩以及小外援史蒂芬森都不同程度地受到了伤病影响,缺席比赛,辽篮已经连续五轮没能拿出完整的阵容。

不过在这五轮比赛中,辽篮还是拿到了3胜2负的战绩,而且输掉的两场比赛也都是实力强劲的对手,在缺兵少将的情况下也算是情理之中。著名篮球专家牛洪波认为,在这一个阶段辽篮受到伤病影响比较严重,所以始终没能拿出自己的真正实力。

在牛洪波看来,这一段辽篮受到的影响主要分为两个方面,内线方面是状态没有回到最佳,外线方面则是受困于体能影响。

“内线的位置上,大韩也同样受到感冒的影响,虽然只缺席了一场就复出了,但是他的状态明显还没有回到最佳。因此李晓旭这一段时间承担的压力很大,他的状态也有一些起伏。只有巴斯的状态好一些,几场比赛的表现还是可圈可点。所以现在内线还没有恢复到我们最好的状态”,牛洪波说道。

而对于球队的外线,牛洪波首先肯定了赵继伟和高诗岩在这一阶段的出色表现,但是除了这两人之外,外线遇到了很大的伤病影响。“郭艾伦大家都知道,一直是肺部疾病导致他没法参加比赛,贺天举也因为感冒缺席了好几场,



高诗岩防守血拼,进攻端为球队增加火力。

辽沈晚报记者 查金辉 摄

包括刘志轩的状态在前一段伤病康复后也没有恢复到最佳的状态。”

多名外线球员受到伤病困扰,让辽篮的阵容轮换有些捉襟见肘,“现在的轮换就比较麻

烦,体力消耗比较大。尤其是场上输一点分儿的情况下,到第四节我们要追的话,大家的体能保障确实是大打折扣。”

不过在牛洪波看来,这些问题随着辽篮逐

渐度过伤病潮,应该会明显地得到好转。真正值得辽篮从这一阶段中总结的问题,其实还是在场上的战术执行方面,仍有很多细节需进一步完善。

首先就是关于联防,辽篮在攻对手联防的时候,常常是一个比较困难的环节,但是在自己的防守端,其实对于联防的使用或者说变化,也应该再多一些。“我觉得,对方经常会采用高位挡拆来针对韩德君这一点,所以说在大韩很难换防出去的情况下,球队还是应该多练一些综合性的防守、混合式的防守,比如说是一些针对性的联防,23、32或者131,但是在近几轮当中还看不到这方面的变化。”

其次的问题就是罚球,牛洪波认为辽篮在罚球线上的效率并不是很好,本赛季截至目前辽篮场均可以获得27.9次罚球机会,在联盟中也算比较靠前的,但是他们的命中率只有75%,排在联盟中下游。“这个问题应当引起球队的重视,因为这个环节的失分实在是太可惜了”,牛洪波说道。

不过牛洪波认为,目前辽篮的士气还是非常不错的,尤其是在客场大胜深圳队之后,让大家很好地缓解了前一段时间里连败的压力,然后再借助这周全明星的机会去恢复一下身体,对这些细节进行调整,相信后面辽篮的表现还有上升空间。

辽沈晚报首席记者 高鹏