

确保未来的竞争力

中国 U15 男足国家队荟萃这一年龄段
的优秀选手。在东亚足联 U15 男足锦
标赛中国队面对韩国和日本队的比赛前，
中国队教练组相信本队球员的实力，鼓励
他们在比赛中勇敢进攻。

孩子们用冠军奖杯回报了教练组的信
任，在 9 月 8 日的决赛中通过点球大战以 4:
2 击败日本队，此前的小组赛上以 1:1 战平
韩国队。

一位中国队教练说，中国球员在本次
锦标赛中碰到的日本和韩国球员，不少可
能是他们整个足球职业生涯要一直面对
的对手。中国孩子在比赛中证明自己并不
逊色。当务之急是确保他们能够持续地、
稳定地提高，成年之后也能与日韩球员
抗衡。

足球运动员的成长需经历千锤百
炼。高质量比赛是至关重要的锤炼手
段。这是国际足球界的共识。

中村雅昭表示，日本球员从小就能参
加众多高质量比赛，是日本足球成功的最
重要原因。他说：“日本青少年每周都能
参加高质量的足球比赛，他们能不断积累
经验，提出更高的自我要求，确定更高的
目标。因此，他们一直在进步。”

与日本相比，中国青少年足球领域严
重缺乏高质量的比赛，现状堪忧。

优质比赛的价值

在备战与韩国、日本队的比赛时，中
村雅昭提醒球员：一定要在比赛
中提升节奏，加快攻防转换。

节奏快、强度高，是中国队员对这
两场比赛的最深感触。队长张洪福说：“
与韩国队的比赛，一开始我们感觉不适
应。国内比赛没有这样的节奏和强度。
他们的节奏快，逼抢凶狠，我们需要更
果断地处理球，要比对手节奏更快。”

中场球员姚俊宇说，他在比赛中发现
自己处理球的时间和空间都被大幅压缩。
“他们给我的压力，比国内同年龄段的
比赛大，所以，我们必须踢得更简练一
些。”

激烈的比赛，迫使队员动脑
思考去应对压力，去提升自我。他们的
心理抗压能力也在潜移默化地提升。

大赛中的心理压力是看不见、摸不
着，但却能切身感受到的。中国队教
练组认为，中国有的球员在比赛中出现
失误，是因为初次参加国际比赛，心理
压力太大，导致身体发紧，技术发挥失
常。在与韩国、日本队的比赛中，中国
队都创造出了单刀球的机会，但未能破
门，他们技术失误的背后也有心理层面
的原因。

压力既需球员自身克服，也需教练帮
助。对阵韩国队中场休息时，中国队队
内氛围有些凝重，球员显得心事重重。
中村雅昭小声提醒神色严肃的教练组
和工作人员“微笑”。大家的微笑驱散
了凝重的氛围，球员也随之显得轻松起
来。

“我们赛前有些紧张，因为有种未知
感，以前没有和韩国队碰过。”张洪福
说，“通过这场比赛，我们了解了他们
的打法、

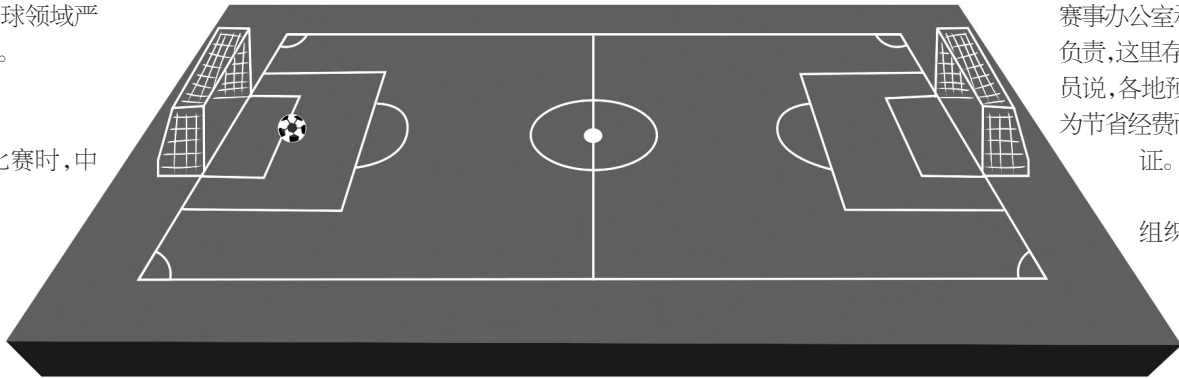


9月8日，东亚足联U15男足锦标赛，中国队在颁奖仪式上庆祝胜利。

高质量比赛匮乏

——中国足球后备人才成长之痛

新华社青岛 9 月 9 日电 （记者 马邦杰） 中国 U15 男足国家队主教练中
村雅昭三个月前从日本来到中国时，惊讶地发现中国有不少优秀的足球苗子。
他说：“我和很多日本教练都认定中国足球后备人才不足。事实并非如此。”



2022 年 7 月 10 日，在第一届中国青少年足球
联赛（浙江赛区）男子小学 U11 组比赛中，杭州濮
家小学对阵浙江鸵鸟足球俱乐部。



2022 年 8 月 17 日，中国青少年足球联赛，山东
泰山 U15 队球员郝富博（左）与重庆凤中 U15 队球
员罗洪在比赛中拼抢。

他们的重点球员，知道如何应对、如何寻找
突破口。下次碰到他们，就不会紧张了。”

在经历与韩国队激烈比拼的洗礼之
后，中国队在与日本队的比赛中表现明显
提升，敢于放开手脚与对手打攻势足球。
“与韩国队的比赛增强了我们的自信。对
于日本队，我们觉得也没什么可怕的。”一
位球员说。

中村雅昭认为，球员参加大赛心理方
面的收获最为重要。他说：“比赛和训练
效果不同。训练是在一种自由的、没有压
力的环境下进行的。高水平比赛强度高、
节奏快，给球员带来的压力也大。心理有
压力，技术发挥就会受影响。心理抗压能
力提升了，技术也就能更多发挥出来。”

高质量比赛的巨大价值，在训练中无

法取得。有关专家认为，这支 U15 中国男
足每年至少需踢 15 至 20 场高质量的比赛，
才能持续成长，未来可与同年龄段的
日韩球员抗衡。

优质比赛的缺失

张洪福和姚俊宇都是 6 年前开始接受
较为专业的足球训练，一个在恒大足校，一
个在鲁能足校。两人一个是中后卫，一个
是攻击型中场，多次在比赛中直接对抗。

“过去六年，我们就和他们比赛了。”
姚俊宇在接受记者采访时说。

姚俊宇此言反映了一个现实：国内
U15 年龄段球队中，实力接近的，仅有恒
大、鲁能足校等寥寥几支队伍。他们之间
的比赛质量较高。

据记者了解，全国各地 13 岁以下即小
学阶段的比赛很多。某地方足协的青训
教练说，有的小学生一年要踢 100 多场比
赛；比赛太多，让孩子产生厌烦情绪。但
13 岁到 16 岁之间的球员能够参加的比赛
骤然减少，有质量的更少。比如对于 U15
这个年龄段的球员，一些地方就举办所谓
的“锦标赛”或“联赛”，为期大约一周，主
要目的是为了考核球员办理等级证书。
比赛结束后，球员就无固定赛事参加，很
多时间都在训练。

为了解决青训球员比赛较少的问题，
中国足协希望能打造出如“太阳系”一般
的全国青少年足球竞赛体系。中国青少
年足球联赛（以下简称“中青赛”）是这个
“太阳系”的核心。

中青赛为很多球队提供了难得的比赛
机会。南京雨花台中学负责足球事务的体
育老师吴伟说，他们球队是南京冠军，鲜有
对手，缺乏高质量比赛一直是他们头痛的
问题。“我们每年需踢 40 场高质量比赛。
中青赛有些比赛质量较高，但数量不够。”

记者在采访中发现，中青赛现在面临
一个问题和一个担忧。

根据赛制设计，中青赛分为预选赛和
全国总决赛两个阶段。全国总决赛由联赛
赛事办公室承担，组织有序。预选赛由地
方负责，这里存在隐患。一位地方足协工
作人员说，各地预选赛组织情况好坏不一，
有些为节省经费而有应付之嫌，赛事质量
无法保证。这是一个亟待改正的问题。

有些地方组织者用心，比赛
组织得有声有色。中国足协一位
负责青训的工作人员说，重
庆足协 2021 年创办的重
庆市足球青训联赛，正在成为
一个地方精品赛事。比赛
设 U13、U14 两个年龄组，
实行主客场双循环赛制，由
于多支球队实力相当，彼此
之间的比赛打得精彩激烈，
对于球员的锻炼价值很高。
“我们需要各地有更多
重庆青训联赛这样的赛
事。”这位工作人员说。

中青赛为不少球员提
提供了一个难得的参赛和成
长的平台。记者在采访中发
现，各地普遍担心中青赛赛
制会有大的改动，更怕推倒
重来。一位地方足协工作者
说：“很多足球特色校和地
方队都是根据中青赛确定招
生

和建队计划。如果中青赛赛制大变或者停
办，牵一发而动全身，地方学校和球队都
得随之而变，大量球员将受到影响。中
青赛是中国足协协调各个方面苦心设计
和组建起来的平台，务必要保持稳定发
展，千万不要折腾了。折腾伤害的是孩
子和中国足球的未来。”

稳定是质量的保证。随着中青赛持
续良性发展，赛事质量也将逐渐改善。这
是一个长期工程。

中国 U15 男足国家队的一位技术专
家认为，为保证这支国家队球员今后实
力稳步提升，眼下之计是创造条件让他
们多参加高水平的国际赛事，同时赛事
组织者需努力调整中青赛等国内赛事，
提升质量。这也需要长期的耐心。