

(上接 04 版)



2021年，石门五小足球队获得湖南省青少年俱乐部足球超级联赛冠军，队员们奔向奖杯。摄影/符涸雨

“在小学阶段主要是抓学生的基本功，提高学生个人的脚下控球能力。”在谢波看来，他们取得出色竞技成绩的奥秘在于“扬长避短，用脑子踢球”，“学生们整体上偏矮偏瘦，在身体对抗上不占优势，我就结合孩子的身体特点制定训练方式，脚下

技术参考日韩训练为主，攻防转换则是借鉴欧洲的体系。”最终，谢波研究出了一套“小灵快”踢法——脚下频率快、头脑反应活，以己之长攻人之短。

“我的足球队也要像狼一样团结。”谢波常用“小狼崽子”形容这群小球员。比赛中，他们就

像小狼，热血、好胜、勇敢又倔强。

这群小球员中，王奕博是谢波心目中踢得最好的孩子，他踢球已经超过5年。从一年级开始，他就在球队训练，是球队的“元老级”球员。他小时候看到邻居哥哥踢球就

觉得很有意思，从此爱上了踢球。

在球场上，王奕博以自己的行动诠释了拼搏精神。“刚进球队的时候，我的个子在三十多个人中最矮。”王奕博说，但他一直努力训练，现在不仅成为能带动整个球队的队长，也是整个石门五小的“明星球员”。“足球给了我机会看到外面的世界，也认识了很多厉害的同龄人，让我想要继续进步。”

2021年10月，王奕博参加在江苏南京举行的2021第六届全国少儿足球邀请赛。“最初自己心里



石门五小足球队队员在比赛。

也没底，不知道会踢成什么样，但我们很有干劲、拼劲。”最后，球队一鸣惊人，以黑马之姿夺冠。“那次比赛中，几个孩子是绷紧的状态，满脑子都是什么时候踢球，什么时候比赛，跟谁

踢，晚上也问，吃饭也问。”谢波说，这次冠军是他们目前获得的最有含金量的冠军。

五年的训练也让王奕博和谢波结下了深厚的情谊。在常德市第八届运动会的决赛中，球队一直迟迟进不了球，在最后阶段王奕博抢先头球破门，加上随后队友一记角球射门，2:0赢得了比赛。“那天是谢教练的生日，这是我们给他最好的礼物，他特别开心！”

“王奕博有非常强的拼搏精神，训练时非常专注，会全身心投入去训练，在关键时刻会站出来解决问题。”谢波说，他轻伤不下火线，有时候流鼻血受伤，他都是简单处理后就继续比赛，一直到比赛结束才下去休息。

易鑫是四年级球队的队长。为了专心踢球，易鑫没有参加别的兴趣班。“经过几年的训练，我的抗压能力比以前更好了，个人能力也在变强，遇到困难很能坚持，不再轻言放弃。”

“虽然谢教练很凶，但他经常冒着风雨来教我们。”易鑫笑着说，“未来，我打算加入俱乐部，走职业球员发展之路，努力练球，做一个优秀的足球运动员。”



## 湖南奥星：球场“双职工”守护小门将大梦想

12月3日清晨8点，长沙天心区的星动湘府球场已经热闹起来。每周六，湖南省奥星青少年体育培训俱乐部精英队（简称“奥星”）的球员都会来这里进行模拟比赛训练。球员们在球场上肆意奔跑、挥洒汗水，他们的足球梦想正在蓬勃生长。

“那个妹子跑得好快哟！”正在迅速跑动尝试拦截对手的熊佳乐是球场上唯一的女孩，观看U10队对U11队友谊赛的家人们对她的速度惊叹不已。

“我从小就喜欢足球，但学校和奥星都没有专门的女子足球队，因此常常跟同龄的男生一起踢球。”熊佳乐说。

熊佳乐练球，还曾遭到父母

的反对。“一到三年级的时候我们都是反对的，但她特别喜欢，年级里有比赛她都是班上的主力队员。”后来，熊佳乐爸爸被她她对足球的热爱所打动，送她来奥星踢球。“为了让她得到更系统的训练，我们就送她来了这里。她把对足球的热爱也带到了学习上，因此成绩也一直保持得不错。”

上午刚结束在奥星的训练后，熊佳乐就要赶着参加南雅女足的预选培训。“相比男足队，长沙中小学的女足队相对少一些。南雅是长沙的女足强校，我要抓住这次机会，以后去南雅踢球。”

来自清水塘北辰小学的她也是U11队的中场球员，在奥星已

训练四年。他的爸爸也是一名足球爱好者，从何也读幼儿园起就带着他去球场看球。

由于家住得较远，何也在路上来回就要花费近两个小时。为了不落下文化课，他利用碎片时间学习，还在课外学习了西班牙语，希望之后可以去西班牙学习交流足球。

8号安子泉是U11队的前锋，最近世界杯开赛，安子泉和爸爸每天都会看球赛。“我是左撇子，传球也习惯用左脚，右脚还是弱了一点。所以，我最近定下了提升右脚能力的目标。”在奥星，安子泉还认识了很多热爱足球的同龄人，大家周末还会一起约着聚餐。

刘凌云是U11队的教练，在他的培养下，U11队球员的进攻、防守、传导都很好，夺取了湖南省首届青少年足球联赛冠军。

在记者采访过程中，U8队对U9队的友谊赛正如火如荼地开展。U8队的守门员唐炜鑫完成了一个准确的飞身扑救，球场传来了一阵欢呼。



2022科勒杯全国青少年足球挑战赛（湖南），朱昱焱踢球转为进攻。



受访的湖南奥星青训球员：安子泉、熊佳乐、何也、郭首骛。

“我很喜欢守门，以后想做足球国家队守门员，为国争光。”采访过程中，唐炜鑫给记者看了他腰上因为一次次扑球留下的大片紫色瘀伤，“尽管受伤次数多，但我不怕疼。”

这些瘀伤让唐炜鑫妈妈很是心疼，“不只是腰上，经常球打到脸，鼻子出血，手指的骨头也痛，小拇指平常都是弯着的”。但她还是很支持儿子，“练体育嘛，哪有不受伤的。看到儿子在球场上不怕球，勇敢出击，一点点地进步，我为他感到自豪。”

“我们就是球场‘双职工’家庭哟！”唐炜鑫父亲告诉记者，自己和爱人基本上每次训练都来

陪着儿子，哪怕孩子去外地打比赛，他也坚持接送，“虽然很花时间，但陪伴就是最好的支持，只要他愿意又有合适的机会，我们也全力支持他走职业路线。”

湖南奥星副总经理、奥星青训负责人张文颖告诉记者，奥星俱乐部在2017年引进了西班牙青训体系，目前建立了U7-U12五支青训精英梯队。

“传统的足球训练以面向个人为主，而西班牙青训体系更强调长线的综合性培养，不掘苗助长，也不会为了成绩拉体能，所以球员的伤病也相对较少，培养出来的球员往往后劲很足。”张文颖说，“我们就是想为球员打好基础，未来无论是走职业球员道路，还是高水平运动员继续求学，都能够长远发展。”



玛丽莱杯总决赛，李国豪教练给队员们做赛前动员。