游走在后防线的缝隙，对手的软肋是他的目标

杭州民间的这个“王牌影锋”不简单

本报记者 薛 原

学生时代，他曾是杭四中的羽毛球高手，毕业后又爱上滑板、跑酷等运动，是杭州民间一位“极限达人”。不过说起他的最爱，还要属足球。他就是29岁的李硕，被球友们取了一个外号“王牌影锋”。

李硕在场上司职边锋，专攻对手的侧翼软肋，他转身灵活、瞬间启动速度迅捷、脚下技术凌厉。平时看球，也不忘汲取营养：“那些世界级球星，像亨利、埃托奥、桑切斯等人，除了技术底子硬朗之外，身体条件也是致胜关键，拥有闪电般的冲刺速度、灵敏的门前嗅觉和抢点意识，更有清醒的头脑、犀利的视野，以及超前的球商，明白什么时候迂回，等待最佳时机，什么时候启动‘引擎’，一锤定音。我学到了很多，用在业余比赛上也屡试不爽。”

谈到自己曾经的羽毛球经历，他直言：“羽毛球技术中的急停急转，让我的足球水平也受益匪浅，毕竟很多运动的道理是相通的。”当然，羽毛球是个人项目，而足球是团队运动，更需要默契配合与整体战术，团队凝聚力必不可少。“如果能助攻，我就尽量不自己射门，把更好的得分机会让给队友，这样不仅能确保进球几率，更能增进队友之间的信任。”

5年前，李硕受过一次重伤，突破对手的时候，由于激烈的碰撞导致身体失去平衡，不慎扭伤了自己的膝盖，为此他休息了半年。“高挂免战牌的日子很难熬。”李硕回忆起伤病的日子，还有些唏嘘，“就算足球踢得再好，还是需先保证身体的健康。不过可能是因为我踢球太较真了，每球必争、寸土不让，导致我有点‘玻璃人’易伤体质。”伤愈以后，李硕踢球变得小心翼翼起来，尽量避免与对手的身体对抗。

如今，李硕学会了避其锋芒的踢法，寻找对方后防线的空隙“乘虚而入”，游走对手后方线上，他摆正了自己“影子前锋”的定位。“我擅长寻找本方柱式中锋身后留下的空位，抢第二落点，在中锋的掩护下‘白衣渡江、暗渡陈仓’，神不知鬼不觉地出现在对手最危险的地方，给出致命一击。”李硕爱球如命，他深知，只有这种聪明的踢法，才能延长自己的运动寿命：“我希望踢到60岁，也能活蹦乱跳。”

足球世界之外，李硕也是一位职场上的“万金油”，作为公司的文案，他还兼职广告策划、活动策划，也将自己的爱好融入工作中。“我的文案作品，常常将足球元素无缝接入，因为足球不仅是一项运动，更代表了一种健康阳光的生活态度，以及积极的处世哲理。”未来，李硕计划设计专属自己的足球博物馆，珍藏多年来的足球“信物”和青春记忆。

萌娃间的足球比赛 让孩子享受足球之乐

日前，龙港首届幼儿足球联赛历时2个多月后在龙港镇第八小学落下帷幕。此次联赛共有15支幼儿代表队、125名小运动员参加。

通过本次联赛的锻炼，孩子们不但收获了快乐，还培养了勇敢、拼搏的品质，增强了团队合作意识。赛场下，教练、家长和小小运动员们一起收拾垃圾，保持环境卫生，涌现出一批批可爱的“绿茵环保小卫士”。

（温体）

宁波这支球队个个是学霸

从球场走向学堂，用双脚踢出广阔未来

本报记者 王品燚

姜山镇实验中学以足球起家，凭借高超的足球硬实力，为宁波市青年足球队提供了不少的后备人才，在去年年底公布的中国室内五人制U20青年队集训名单中，也有5名为该校毕业生。在最近公布的“2018—2021周期浙江省体育传统项目学校阳光体育后备人才基地”名单中，这所学校也凭借着足球项目成为宁波鄞州区唯一入选的学校。

走进姜山镇实验中学，教学楼里一片宁静，一条通幽小径和两旁常青树林透露出一股浓浓的书香气息；转向校足球场，一群挥汗如雨的少年，则正在教练的带领下，进行紧张激烈的训练。宁波市足球青年队主教练高山告诉记者：“姜山镇实验中学和宁波体育运动学校合作，有4名足球专职教练来给孩子们教学，这对孩子们的球技增长有着很大益处。”这位师出浙江绿城、斯文白净的教练站在一边，如果不是亲眼感受他一堂专业丰富的训练课，在他身上完全感受不到这是一个在足球青训圈摸爬滚打了十多年的资深足球人。反观教练员吕世春，倒是有着和队员一样黝黑的皮肤，这是和队员一起沐浴骄阳留下的印记。

记者了解到，宁波市青年队是为准备参加今年的省运会而组建，队员选拔从四年前就已经开始。和其他教练不同的是，高山在选拔球员的时候除了关注小队员们的基本功之外，还特别会问球员的学习成绩。用高山的话说，能踢好球的，一定能读好书；读书不行的，踢球也好不到哪里去。“别看我们的队员皮肤黑，但和那些一脸书生气的学生比起来，他们的学习成绩一点都不逊色。”说到这里，高山脸上露出自豪的神情。

高山2011年从杭州来到宁波，接手球队主教练一职已经7年了，场上的这批孩子也已经是他带的第二届队伍。上一届的队员有3人选择进入职业梯队，其他的队员也都考上了各类本科院校。当被问及要如何才能做到德智体共同发展时，高山想了想，说：“我们建队的初衷就是要成为一支全面发展的球队，对于那些以踢球为由放弃学业的学生，球队的大门也不会对他们开启。”对于这一点，高山十分坚定，“其次我们实行的是半军事化管理，有着详细的训练和作息制度并严格执行，对于不遵守纪律的队员，处罚非常严厉。在这一届的队伍中，就有中途被勒令退出的。”

首先是一个学生，其次才是球队队员，这是高山经常挂在嘴边用来教育队员的一句话：“学生该遵守的他们都应遵守，只有保证良好的习惯，才能保证超人一等的战斗力。”随着管理制度的不断完善，宁波市队在保持足球成绩在省内名列前茅的同时，他们在学习方面取得的进步也抓人眼球。用高山的话来说，只要孩子们愿意读书，他就一定会努力为他们创造继续学习的机会。

提前保级死磕宿敌

温州民间足球联赛高潮迭起

本报记者 马二龙

在即将迎来收官阶段的第三届温州业余足球超级联赛上，去年饮恨的“黑马”泰顺鸿鑫凭借着一波突如其来的四连胜，将自己锁定在A组前三的席位，提前一轮保级成功，也算是完成了赛季初的既定目标。接下来，末轮面对宿敌平阳，他们只需打平即可杀入四强，从而达成泰顺足球的历史最佳战绩。

以前在温州，泰顺是足球欠发达地区，去年还亲自披挂上阵的泰顺足协副会长郑浏泉介绍，泰顺足球的群众基础薄弱，外出做生意和打工的年轻人比较多，经常踢球的人不多，“4年前，我们还是在水泥地上踢球，而且踢的人很少，这两年，五人制球场增多了，夜间踢球的人也多了起来。”郑浏泉说。从去年的蓄势待发，到今年的扶摇直上，为何泰顺足球会取得如此长足的进步，郑浏泉说：“当地体育部门建起了不少球场，让爱球的人有场地可踢，与此同时，泰顺足协也为球队倾注了大量心血，队内气氛和谐，队伍凝聚力强，队员哪怕是无法上场踢球，也会到场加油助威。”

要说泰顺足球目前能够高居A组次席的秘诀，跟核心包俊伟突出的个人能力是分不开的。前些年在南昌大学读大学时，他就是是南昌衡源俱乐部的梯队球员，技术出众。今年温超，他以10球领跑射手榜，他个人的进球数甚至已经和排名第四的苍南全队持平。不仅如此，就连本赛季泰顺队做的针对性补强，新引进的两位外援，后腰李若琨和边前卫蒋昊成，也都是包俊伟之前的队友，彼此之前的默契度自然不是多言，有了这样强悍犀利的锋线，泰顺队6轮狂轰20球的攻击力，自然也在情理之中了。

俗话说“不是冤家不聚头”，绿茵场上也是一样，去年泰顺队没能一黑到底，就是在最后残酷的点球大战时倒在了平阳队脚下。今年联赛首次引入升降机机制，竞争更为激烈，两队依然同组，而且巧合的是迄今为止两队积分相同，泰顺仅依靠净胜球的优势暂时压平阳一头，所以说最后一轮的决战显得尤为重要，带着复仇火焰和对于最佳战绩的渴望，本周六的温州体育中心，泰顺将和老对手平阳，再来一番较量，虽然说是打平即可，但想必蓄势待发的泰顺队，不会甘心接受一场平局。