足球教练工作其实是个细活儿

有人推迟度假也要来参加这场省级教练员培训

本报记者 潘笑坤

为提升全省足球教练员执教水平，提升教练员队伍专业能力，促进各地市足球教练员经验交流。8月5日-8日，由浙江省体育局主办，省体育服务中心（浙江省全民健身中心）、省足球运动管理中心承办的2025年浙江省体育局“送体育下乡”足球教练员培训班在温州乐清举行。

“每个年龄段的小队员都有不同的练习目标，要按部就班层层推进，不能急。”Stefan Stoica认为，年龄越小基本功就要越扎实，随着年龄增大再灌输战术思想。这位欧足联职业级教练、西班牙足协教练课讲师，同时也是省足球运动管理中心U12的主教练，为40余名教练员带来欧洲青训经验。

Stefan Stoica虽说是球队主帅，但他也做着“张飞绣花”的细活儿。在战术实践的课上，连球场的一粒小石头他都能发现并放到场外。Stefan Stoica对细节的把控不止于此，在讲解中他要求教练员站成一个半圆形，这样他能看见每个人，同时声音也能传到每一个人的耳朵里。“教练是队伍的一个魂，上课中要声音洪亮，掷地有声，到了比赛中也是如此。”

“这些细节是在平常教学中比较容易忽视的，越发觉得足球教练要学的东西实在太多了。”来自长兴第六小学的丁浙辉感慨道，他在这次培训班学到了之前不一样的东西。在大多数教练都要求球员“快快快”的情况下，丁浙辉学到了足球中慢也有自身的优势：“比如说一个动作，一定要把它做完整了才能发挥作用，不是说越快越好。”他还学到了当教练要有人格魅力，比如幽默，他会在以后的教学中多保持幽默感。

亚足联职业级教练、省足协讲师导师杨戟带领乐清的小队员上了一堂训练课，而教练员则在一旁观摩。课上，杨戟不断用语言和肢体动作告诉小球员，在传接球的过程中一定要做到“观察、呼应、移动”。三个步骤看起来简单，但综合实践起来存在很大难度，他不断给小队员和教练员示范如何做好传接球的衔接。曾是足球运动员的赵源目前在兰溪少体校带队，他认为授课内容非常贴合基层教学，很多知识点可以拿来就用。“接球时身位、防守时降低重心以及必要的‘吓唬’式威慑对方等，都比较受用。”赵源认为这次培训比以往常规培训更加具体，也不枉他推迟度假来学习，“本来和家人约好去度假，机票都订好了。为了这次培训更改了行程。”赵源说。

据悉，本次培训班为期4天，授课内容涵盖足球训练方法论、运动伤病防治、体育心理学和教学训练实践现场指导等，为基层青训教练员推广先进理念，提升执教能力。此外，省全民健身中心将通过开展更多丰富多样的体育项目培训班，为体育爱好者及参与者们带去专业的体育技能教学，营造浓厚的全民健身氛围。

为期三周 70多名球员参与

浙江U14男足开启新一轮选拔

本报记者 潘笑坤 文/摄

本报讯 8月5日，2025年浙江省男子足球U14组暑期训练营的队员在温州乐清体育中心进行了12分钟耐力跑和门前包抄射门。这是本期训练营考察项目中的其中2项。

主教练李繁清告诉记者，这次训练营为期3周左右的时间，总共有70多名球员参与。“这里面有部分首期集训队的，有刚从省锦标赛中挑选出来的，还有来自全国的自荐球员。”李繁清表示，自4月下旬集训队经过几个月的训练和挑选后，淘汰了部分不符合要求的队员，对于25人的大名单，要补充一些新鲜血液。

相比第一次选拔主要靠地方推荐，这一次有不少队员是李繁清亲自从省锦标赛中选出来的。来自温州的刘家铭就是其中一位，他在整个系列赛中总共打入了7粒进球。在当天的射门测试中，刘家铭3次机会打进2个表现不错，尤其是2次进球均是有力的头球攻门。刘家铭表示，来到这个训练营除了让他见识到了省内其他优秀的球员，“我会在这次选拔中好好表现，争取能入选集训队。”

本次选拔所有的球员都站在同一起跑线上，即便是首期集训队的球员也要参与每项考核。来自宁波的宋富豪参加了首期的训练营以及后来的集训队。这一次他仍然和其他新球员一样，要经历考核才能重新入选集训队。“还是有压力的，这次集结了更多优秀的球员，争取能再次选上。”尽管压力在身，宋富豪仍相信自己的实力。场上司职中后卫的他，在经历集训队的训练后，他明显感觉自己提升了很多：“以前总想一下子把球断下来，现在认为破坏对手的组织和干扰对手，也是一次成功的防守。”

“我们主要考察球员的个人综合素质，比如速度、技术能力、耐力，更多考察他们对比赛的理解和处理。”李繁清透露，除了一些规定项目的测试，他们还会安排比赛，通过实战更能直观反映球员的能力。接下去，教练组会根据评分，拟定新一期的正式集训名单。

宁波这家社会青训机构为何被“国家队”青睐？

本报记者 郭乐天

烈日炎炎，在位于宁波海曙的训练基地内，宁波首发俱乐部的梯队小将们正挥汗如雨地训练着。传球、接球、1对1……场边的教练们不仅关注着小球员们的动作细节，还考察他们对于战术和比赛的理解，以及如何与队友配合、如何进行心态调节等多个维度。

首发足球俱乐部成立于2015年，是宁波唯一被连续两年评为浙江五星级青训机构的俱乐部。就在上周，首发足球俱乐部与杭州市临平区乐茵足球俱乐部、台州市鸵鸟足球俱乐部、浙江省黄龙绿鹰足球俱乐部等4家我省社会足球青训机构入选中国足球发展基金会“社会足球青训质量提升行动计划”中的2025年度资助名单。其中，首发足球俱乐部入选全国A组。

据了解，“社会足球青训质量提升行动计划”是在国家体育总局青少司和中国足协指导下，由中国足球发展基金会设立的公益项目。该项目资助内容主要包括支持机构聘请高水平教练、系统组建U12和U13梯队进行常态化训练和外出参赛等，以解决基层青训发展中的关键问题，助力高质量青训体系建设和高水平后备人才培养。

“这次能入选名单主要有两方面原因，一方面是俱乐部成立时间相对较长，另一方面是俱乐部的整体规模在省内算是比较大的。”俱乐部负责人乐建承介绍，目前俱乐部拥有包括欧足联A级教练在内的50余名全职教练，在宁波、舟山、江苏镇江等地设13个教学点，合作学校28所，每年培训的球员超2000人。此外，从小学到初中，俱乐部共设有7个年龄段的梯队，小球员人数达到百余人。

2024年，俱乐部旗下的海曙好美首发队夺得浙超联赛冠军，成为宁波第二支登顶浙超的球队。在此之前，球队还在甬超联赛、宁波足协杯、宁波市八人制超级联赛和浙江省五人制冠军联赛等多项赛事中夺魁。“队中有不少球员是俱乐部的青训教练，他们在浙超夺冠的经历成为孩子们的榜样，激励更多的青少年参与足球。”

在乐建承看来，此次入选资助名单是对俱乐部多年来培养优秀足球人才的肯定。自成立以来，俱乐部不仅注重学员的足球技术提升，更关注学员的综合素质培养。未来，首发足球俱乐部将再接再厉，不断提升自身的教育水平和服务质量，为广大青少年提供更好的足球教育服务。“如果有可能，我们还将往职业俱乐部方向靠拢，为浙江足球的发展贡献更多力量。”