

徐楠:我是时间管理大师

本报记者 马碧茹



“当我走上绿茵场地,感受现场2.7万余名观众一起呐喊助威,我在想,这才是足球比赛该有的样子。”时隔几天,谈及2026浙商银行浙江省城市足球联赛(吴越杯)揭幕战的执裁经历,杭州市风华中学体育老师徐楠眼中依旧闪烁着激动的光芒。

4月6日,“吴越杯”正式拉开战幕。在这场万众瞩目的揭幕战上,徐楠凭借精准果断的判罚、沉稳从容的气场,成为赛场之上道格外亮眼的风景。

作为风华中学体育教研组长,徐楠平日一周要承担约16节体育课教学任务,同时还要带队训练、指导校园足球开展,在同事眼中,她是不折不扣的“高精力人士”。当她换上裁判服、踏上专业赛场时,便立刻切换状态,以哨声为剑、以规则为尺,一丝不苟守护着比赛的公平与秩序。

自2017年正式投身裁判工作以来,徐楠在绿茵场上深耕不辍、步步成长,2024年成功跻身女甲联赛裁判员行列,实现了个人执裁生涯的重要突破。常年高强度执裁,参与上百场赛事,让她积累了扎实的专业功底与丰富的临场经验。谈及此次“吴越杯”揭幕战,她感叹:“这是我执裁过现场观众人数最多的一场比赛,甚至比很多专业赛事的氛围都热烈。”

如今在赛场上从容笃定、判罚清晰的徐楠,也曾有过青涩和忐忑的起步阶

段。初登赛场时,因经验不足、判断不够精准,她不仅不够自信,还时常受到教练员的质疑。正是在一次次历练与打磨中,她不断沉淀、持续精进,才练就了如今的专业与底气。

让徐楠欣慰的是,在本届“吴越杯”的赛场上,她不再是“孤军奋战”,本次赛事共有13位女性裁判并肩作战,这与她大学时期的经历形成鲜明对比:“我上大学参加校内‘新生杯’时,就我一个女生在队里。”而如今,一群志同道合的女裁判经过系统培训、通过理论考核与体能测试,共同站上“吴越杯”的赛场。她们私下也时常围绕判罚案例交流探讨,各抒己见,在专业路上成为“同频共振”的好伙伴。

徐楠执裁“吴越杯”的消息,也让风华中学校园女足队员潘嘉许倍感骄傲与敬佩:“她平时既要给我们上体育课,又要带队训练,没想到还能担任专业赛事裁判,真的太厉害了。”在学生眼中,徐楠一向公正严谨,“她平时带队训练、组织校内比赛时就不偏袒任何一方,我们都相信,她在赛场上一定也是一名公平公正的好裁判。”

对于徐楠的身兼多职、这种连轴转的工作节奏,难免让身边人好奇,给自己安排这么多事,不累吗?对此,徐楠笑道,支撑她一路坚守的,从来不是所谓的超强精力,而是刻在骨子里对足球的热爱:“我从小学就喜欢足球,就爱那种带着球在场上奔跑的感觉,只要一踏上绿茵场,不管之前多累,瞬间就满血复活,浑身都有劲儿。”

一边是三尺讲台,教书育人,用体育传递力量;一边是绿茵赛场,秉公执裁,用哨声守护热爱。徐楠在两个身份之间从容切换、风生水起,将每一份责任都扛在肩上、做到极致。

随着“吴越杯”的战火越燃越旺,徐楠也会继续带着这份赤诚与热爱,在绿茵场上坚守。她说,能见证这么多浙江人对足球的热爱,能为草根足球出一份力,是她最大的荣幸。



(左三俞祺豪)

俞祺豪:执裁与执教双向奔赴

4月6日,2026浙商银行浙江省城市足球联赛(吴越杯)战火点燃,在湖州队对阵杭州队的赛场边,身着裁判服的俞祺豪眼神专注、判罚果断。他不仅是本次赛事的裁判,也是嘉善技师学院的体育教师、校足球队教练。

当晚,俞祺豪跑动沉着、精准示意,哨声清脆、手势利落,全程稳稳把控比赛节奏,用专业与公正守护赛场秩序。很少有人知道,这位在省级联赛中从容执裁的裁判,平日里是校园里最受学生欢迎的“足球引路人”。

在嘉善技师学院的操场上,俞祺豪总是最早到场、最晚离开。在热身、传接、战术跑位等环节,他对每一个细节都严格要求,甚至会趴在草坪上,观察学生的跑位线路。这个看似有些“怪异”的动作,其实是他独创的训练方法:“只有站在球员的视角,才能真正看清跑位问题出在哪。”

俞祺豪的足球之路,本身就是一个关于坚持与传承的故事。他从嘉善县吴镇教育集团吴镇小学的操场起步,几年后进入嘉善实验中学校队,继而登上浙江绿城足球学校的专业舞台。严苛的训练磨砺了脚下功夫,也助他叩开高等专业体育院校的大门。如今,他选择回到嘉善,站在技师学院的操场上,一身运动装、一枚哨子,看着眼前追逐足球的少年们,心中始终坚定一个信念:做好学生的体育引路人。“能站上赛场,就不想留下任何遗憾。”这是俞祺豪常说的话,也是他和学生们共同的心声。

在学生心中,俞祺豪早已超越了“教练”和“老师”的身份。“俞老师不仅教我们踢球,更教会我们怎么面对输赢、怎么和队友合作。”嘉善技师学院男足球队队长顾祥说,“他是老师,更像朋友。我们缺乏比赛经验,他会分享自己的经历,告诉我们不仅要提升个人能力,更要明白团队协作的重要性。”正是这样的言传

身教,让俞祺豪带出的学生不仅球技见长,更懂得坚持与合作的意义。

在他的带领下,学校足球队在2025年“县长杯”高中生校园足球联赛中,包揽男、女子组双冠军,并在嘉兴市校园足球联赛中拿下了第三名,这也是该校迄今为止最好的成绩。

更动人的是,俞祺豪早已把“赛场”与“课堂”融为一体。不久前,他还和弟子顾祥并肩征战“嘉冠”联赛,师徒同场、同心同力;如今,他又以裁判身份亮相“吴越杯”,用另一种方式守护足球、传递热爱。

从校园教练到省级联赛裁判,身份转变,对足球的热爱不变。自2017年开启裁判之路以来,他一路深耕,能够执裁“吴越杯”,是对他专业能力的认可,更是他足球人生的一次全新跨越。他也将继续奔跑在绿茵场上——课堂育桃李,赛场守公平,用热爱照亮更多孩子的足球梦。

(通讯员 孙鑫婷 鲍引欢 盛伟峰)



徐楠指导学生训练