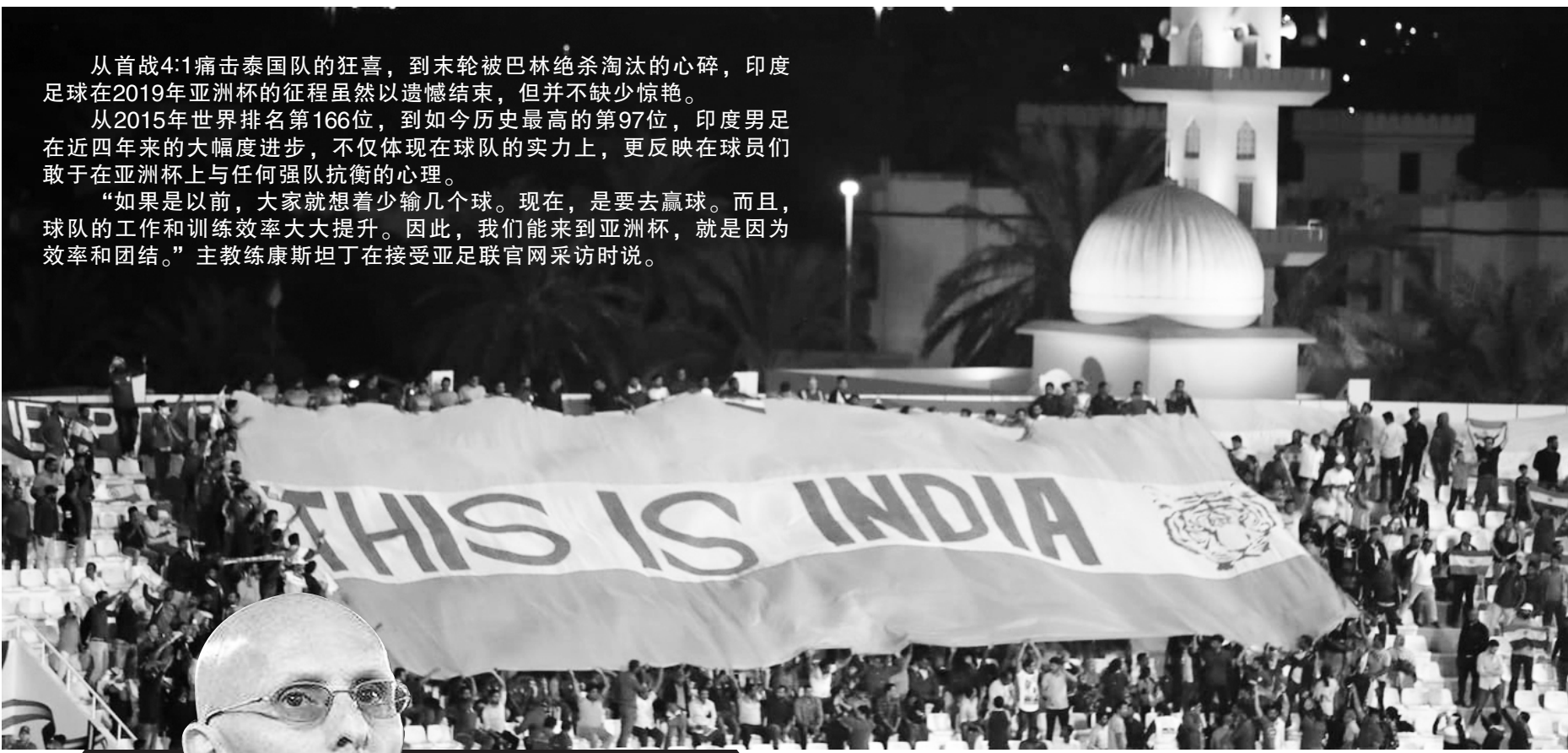


从首战4:1痛击泰国队的狂喜，到末轮被巴林绝杀淘汰的心碎，印度足球在2019年亚洲杯的征程虽然以遗憾结束，但并不缺少惊艳。

从2015年世界排名第166位，到如今历史最高的第97位，印度男足在近四年来的大幅度进步，不仅体现在球队的实力上，更反映在球员们敢于在亚洲杯上与任何强队抗衡的心理。

“如果是以前，大家就想着少输几个球。现在，是要去赢球。而且，球队的工作和训练效率大大提升。因此，我们能来到亚洲杯，就是因为效率和团结。”主教练康斯坦丁在接受亚足联官网采访时说。



▲主帅康斯坦丁在印度家喻户晓

从“求轻虐”到拼出线

——印度男足进步的背后



▲印度队在本届亚洲杯的表现令人印象深刻

印度球员变了

正如康斯坦丁所言，印度队在本届亚洲杯前两轮的表现让人看到了自信和无畏。

此次出战亚洲杯，仅仅是印度男足历史上第四次晋级这一杯赛的决赛圈。比起上一次参赛的2011年，球队的改变已令对手印象深刻。小组赛首轮，印度以4:1横扫东南亚劲旅泰国，迎来55年来在亚洲杯决赛阶段的首胜，直接将对手主帅拉耶瓦茨打下了课。第二场对阵阿联酋，印度一度让东道主无力还击，若不是运气不好两次击中门框，或许已提前出线。

“印度队的大部分球员，和以前看起来完全不一样了，他们身材越来越高，体格也更加强壮，可以说正在全方位取得进步。”拉耶瓦茨说。

现年56岁的主帅康斯坦丁，是印度家喻户晓的人物，早在2002到2005年间他就曾执教过这支南亚球队。2015年1月，他生涯第二次担任印度队主教练，并率队取得了队史纪录上最大幅度的世界排名进步。

康斯坦丁认为过去四年来已

证明，印度队已经变成一个难以被击败的对手。“虽然我们还不具备一些强队的特质，但我认为，从身体对抗和竞争力来看，我们可以与亚洲任何球队抗衡。”

除了球员身体素质提高外，康斯坦丁分析，训练的提高和联赛的进步，是进步关键。

他举例，现在的印度队引进了“体育科学”的训练手段，能够通过设备掌握每一名球员在场上和场下的身体状况。

此外，上届亚洲杯前，印度队曾进行过6个月的集训，而现在虽没有了那么长备战时间，但国家队球员所参加的国内联赛竞争也很激烈，而且，注重细节，是印度队进步的另一个重要原因。

“我们会不断通过录像分析球队哪些方面做得好，力争让球队在每一天都能有进步。”

正是在这样的努力下，康斯坦丁颇为自豪地表示，在他带领下，印度队第一次在预选赛获得所在小组的第一名后直接晋级亚洲杯决赛圈。“我们为这届亚洲杯的艰苦准备从2015年开始，并且还将延续下去。”

“对我而言，这个过程不会停止，我们必须继续提高，继续

变强。”

足球不再是板球的“绿叶”

有了进步，就有了关注度。康斯坦丁希望印度队力争打进亚洲杯16强，能够在为一个为板球疯狂的国度里，让足球获得更大影响力。尽管最终功亏一篑，但印度足球已让人看到积极的变化。

“对印度人来说，（亚洲杯）是非常重要的。”他说，“希望今后印度队成为亚洲杯的‘常客’，因为它在全国的带动效应将是巨大的。”

在2017年举行的世界足球论坛上，印度足坛人士曾介绍说，当年承办的U-17世界杯已成为印度推动足球发展的催化剂，重金打造的足球联赛吸引了更多粉丝，足球逐渐开始动摇板球在这个国家的霸主地位。

在首场小组赛两度建功的34岁老将切特里曾回忆说，印度在2017年成功举办U-17世界杯后，足球越来越火，也让印度国内对国家队的进步和未来的成功有了更大期盼。

“世界杯期间，各个社区的孩子们、各地乃至整个国家的球迷，都对赛事高度关注。而且，

对足球成功的渴望，带给我们每一个人压力，可以说是一种‘甜蜜的压力’，督促大家要非常努力地发展足球。”

一个孩子，一场比赛，一个足球梦，或许就能改变未来。就像印度主力中卫杰欣甘的个人经历。

“2011年我看到印度在亚洲杯被淘汰，我躲在家里的洗手间哭成了泪人，我当时发誓未来有一天我要进入国家队，要小组出线。看看现在，真是不可思议，足球对我来说是如此浪漫，让我有幸能经历这一切。”

教练和青训依然是努力方向

可惜杰欣甘的梦想没能完全实现，但25岁的他和这支年轻的印度队，未来仍大有可为。

据亚足联统计，参加本届亚洲杯的印度队是所有参赛队中第二年轻的球队。康斯坦丁表示，不论本次亚洲杯能走多远，他都将带领印度队朝更高目标努力，比如，成为亚洲足坛一支公认的强队，而主要办法就是抓青训和培养教练。

“我认为，最主要的是教练员培养。如果我们有更好的教

练，就会有更好的球员。”

“而且，我们需要让足球普及到全印度，从而在全国范围培养球员。毫无疑问，我们有天赋的球员很多，但我们需要更早去发现他们。”

在这方面，印度足坛已有大的动作。全印度足球联盟高级副总裁苏布拉塔·杜塔曾介绍，近些年，印度足球逐渐得到政府层面的支持，2014年还在国际足联的帮助下制定了10年规划，目标是跻身世界排名前50。

此外，他们还在2017年以举办U-17世界杯为契机，计划向15000所学校的1100万学生推广足球。印度专门制定青少年足球教练的资格考试体系，6-12岁的学生得以在正规指导下练习足球。令人惊讶的是，现如今在印度年轻人当中，足球比板球更为流行。而这预示着巨大的潜力。

老将切特里对印度足球的未来充满信心。

他说：“要确保联赛发展好，同时青训方案也要落实好。我认为，印度需要全方位压力带来的刺激。因为，我们有足球天赋。”