

要在亚运会上捍卫主场荣誉

——专访U23国足主教练扬科维奇

来到中国三年多时间，塞尔维亚人亚历山大·扬科维奇很少出现在聚光灯下。受疫情影响，他执教的U23国足自2020年以来从未参加国际比赛。

即将在3月23日开幕的“迪拜杯”国际足球邀请赛，是这支U23国足建队后真正意义的首秀。今年9月，他们将参加杭州亚运会。对于“寒冬”中的中国足球来说，这支球队代表未来，承载希望。

近距离观察这支U23国足，能明显感受到扬科维奇鲜明的个人烙印：强调纪律、身体对抗和牺牲精神。在接受新华社记者的专访中，扬科维奇毫不避讳自己的目标——他的球队要在杭州捍卫主场荣誉。

要求：从体脂率低于10%做起

只要和扬科维奇接触，都会对他近乎严苛的自律印象深刻：每天雷打不动10公里跑、极为健康的饮食……而在他的队伍里，所有球员必须在8点前吃完早饭，体脂率超过10%的球员不能上场比赛。

“我的要求很简单，不是针对某一个人。这是足球世界的规则，想在高强度对抗中获胜，必须要有强壮的身体。体能和力量达不到要求，我们就会输球。”扬科维奇说，“一个体脂率15%的球员，就不可能踢出高水平比赛。”

“我不试图改变中国人的饮食习惯，但球员必须清楚什么是不健康的食物。你可以吃一点，这也意味着明天训练你必须更加努力。”扬科维奇表示，希望督促年轻球员能养成自律的习惯，而好的习惯会感染全队。“纠错并不容易，但我很高兴所有队员



都遵守了要求。”

“三年来我一直在学习中国文化，试图理解中国球员的想法和习惯，我也在研究如何将中国在其他运动项目，比如北京冬奥会取得成功的经验应用到我的球队。在这个过程中我和球员都成长了很多，只有我真正了解我所处的环境，才能运用我的专业知识，打造出一支真正代表中国价值观的队伍，让所有球员都愿意为球队付出一切。疫情下足球遇到很多困难，需要球员的牺牲精神。”

球队工作人员告诉记者，扬科维奇已有近一年半没有回国见家人。对此扬科维奇显得很坦然：“让别人做牺牲说起来总是很容易。我希望成为球员们的榜样，督促他们去付出。只有我自己先做到了，我才有资格去要求他们做到同样的事情。”

“等到杭州亚运会，我的要求是球员体脂率不能超过9%。”扬科维奇补充道。

选人：选球技更是选态度

在扬科维奇的足球理念里，态度是排在首位的。“我们不只考察球员的球技，更是考察他们的性格。球员首先要有团队精神，在场上愿意吃苦。在我这没有训练和比赛之分，每时每刻都必须拼尽全力。”

“我们是代表中国出战，身穿国家队战袍，球员们要有强烈的荣誉感。我们会选择这样的球员，这支球队才能在场上不停地去战斗，面对任何对手都不会畏惧，展现出足够的侵略性，在全场保持高强度拼抢。”扬科维奇说。

目前扬科维奇的球队阵容尚不完整。戴伟浚、朱辰杰两位适龄球员正代表国家队参加世预赛12强赛，等到杭州亚运会时U23国足还将招人三名超龄球员。

“我和国家队主教练李霄鹏指导保持着良好的沟通，教练团队和所有球员都有密切联系。我



失去了一些参加高水平国际比赛的机会，但我们利用这段时间组织了几次高质量的训练营，因此我并不认为我的球队竞争力不如其他球队，我一直告诉球员们要有信心。”

“当然我也非常高兴能够来参加‘迪拜杯’，只有通过跟高手过招，才能知道我们的真实水平如何，然后有针对性地进行提高。最后六个月的备战关键期，我们要尽可能多去踢高水平比赛。”扬科维奇说。

扬科维奇表示，来到中国后他给自己设定了很多目标：“我希望能培养出一批有竞争力的球员，希望为国家队输送更多人才，希望更多年轻球员能打上中超。我一直告诉这些年轻队员，只有通过比赛才能成长，鼓励他们跳出舒适区去寻找踢球机会，而不是在大俱乐部坐板凳。我很高兴我的一些目标正在实现，不少球员已经在中超站稳脚跟，他们成长很快。”

“而所有这些小目标，最终都是为了杭州亚运会的大目标。我不是一个藏着掖着的人，我一直说要朝着最高的目标努力。在比赛里只有一个球队能成为赢家，我想要让中国队成为这个赢家。我知道中国足球在过去经历了很多令人失望的时刻，我们想要带来一些改变。我们希望能杭州捍卫主场，就像中国代表团在北京冬奥会上那样，用表现让所有中国球迷感到骄傲。”扬科维奇说。

传达给每一名球员的信息都很明确，无论你是30岁还是18岁，球队的要求都是一样的。作为超龄球员，不仅要满足球队的技战术需要，更要能够在各方面成为年轻人的榜样。”

“我们还有足够的时间去观察，对阵容进行调整。在我这里没有人的位置是稳固的，机会是平等的。任何人都不能拿过去说事，他们必须向我展示出能力和态度。”扬科维奇说。

目标：希望成为赢家

虽然两年没有参加正式比赛，但扬科维奇并不因此感到困扰。“造成问题的原因与足球无关，我们必须适应。我非常荣幸能够有机会来中国执教，我一直准备好了去面对各种困难。对我来说没什么借口可找，足球要靠自己去创造机会。”

“我喜欢从积极的一面去看待足球。与其他球队相比，我们

这枚奖牌实至名归

世界田联官网近日更新了包括苏炳添在内的中国男子接力队成员资料介绍，在荣誉一栏中，均添加了“奥运会铜牌得主”。

在去年进行的东京奥运会男子4×100米决赛中，由苏炳添、谢震业、吴智强和汤强组成的中国队位居第四，意大利、英国和加拿大队分获前三名。国际体育仲裁法庭（CAS）今年2月18日发布公告，认定英国短跑运动员奇金杜·乌贾在东京奥运会期间违反了反兴奋剂条例，乌贾在东京奥运会男子4×100米接力决赛和男子100米比赛中取得的成绩都将被取消。由于英国队的银牌被收回，加拿大队递补银牌，而排名第四的中国队递补铜牌。这也是中国男子接力队在奥运会上获得的首枚奖牌。

虽然迟到，但不会缺席，这枚奖牌可谓实至名归，因为这是努力奋斗、坚持不懈的结果。回望过去，中国男子接力队从无法进入世界大赛决赛，到世锦赛获得银牌，再到里约奥运会位列第四，每一步跨越都是汗水的结晶。正如苏炳添所言，“哪怕是0.01秒的进步，也很难”。但无论是队员受伤，还是新老换代，中国男子接力队始终不惧困难、坚持不懈，用数年的拼搏换取毫

秒进步，终创历史。

这是信仰与传承的结果。面对短跑、短跨项目被欧美人“垄断”的局面，中国运动员从未放弃追赶。从“中国奥运第一人”刘长春，到突破历史的刘翔，跑道上的中国健儿一直相信创造历史、突破自己并非遥不可及。每一次突破，都是在代代体育人的共同努力下完成的。当刘翔送来祝贺，当中国男子接力队员到中国田径运动员之间的传承，这份传承也将帮助下一代运动员在更高的起点上创造佳绩。

这是国家强盛的结果。体育运动哪怕一分一秒、一寸一毫的提高，都凝结着背后强大的人力、科技支撑，接力项目更是如此。从我国第一次参加奥运会到举办奥运会，中国体育强国建设步伐不断迈进，训练理念更先进，方法更科学。不论是邀请外教还是优质场地建设，抑或是去国外参赛、交流，没有强大国力支撑，便不会有如此高质量的训练条件，和不断突破的成绩。

功夫不负有心人。这枚奖牌是结果，也是开始。相信中国体育将在努力拼搏、科学训练等的指引下，不断发展，向着更好的成绩迈进。

据新华社

