

致力培养青少年球员

——访舟山瑶臣足球俱乐部总教练刘宏涛、俱乐部小学员姚博文

□记者 庄佳维



左一为刘宏涛 左二为姚博文

足球作为一项对抗性强的集体竞赛项目,对青少年成长有综合性的促进作用。但由于场地受限、专业教练缺乏等原因,我区足球运动在青少年运动中的普及率不高。近期,我区出现这么一家足球俱乐部——舟山瑶臣足球俱乐部,它致力于培养青少年球员。近日,本报记者采访了舟山瑶臣足球俱乐部总教练刘宏涛,以及俱乐部小学员姚博文,聊聊足球运动。

问:能否简单做个自我介绍?

刘宏涛:我是前上海申花球员,7岁开始接触足球,从校队到梯队到职业队。2001年,我代表上海参加了全国第九届全运会,取得第二名的好成绩,2002年正式进入申花一线队。

问:在上海申花队期间,有没有让您特别钦佩的前辈?

刘宏涛:最敬佩的人就是范志毅。不管从球品,还是人品,他都令我敬佩。我从小就看他踢球,到职业队后跟他做队友,我俩还住过一个寝室,他给我的感觉就是一个为足球而生的人。

那时我20岁,他30岁,生活上,他就像哥哥一样;球场上,他是指导,会毫无保留地教授球技。后来我退役当教练,我们还保持着联系与往来,有时一起踢球。

问:您是何时走上足球教练这条路的?

刘宏涛:2008年,因为身体原因,我退役了。2009年底,在上海某知名青训俱乐部任职的前队友向我发出邀请,正好那时自己也有想做教练的想法,于是就去尝试了。刚开始做教练带学员,尤其带一年级小朋友还是蛮

难的,感觉比自己踢球还累,因为需要考虑很多问题,包括小朋友身体情况等。

问:为何您会选择从事青少年足球教练工作?

刘宏涛:之前,我曾在中国乙级、中冠等球队执教过,成人、青少年足球训练都有参与。后来我重新回到青训,主要是因为我认为中国足球最薄弱的是青少年球员的培养,足球人才梯队发展不完善。中国足球的希望在校园在青少年。那谁来做这件事情?作为一名有过职业足球运动员经历的我责无旁贷。

问:普陀青少年足球运动氛围如何?

刘宏涛:据我调查了解,普陀足球运动氛围并不浓。普遍现象是家长不愿意让孩子学足球,孩子也不太愿意踢足球。不光是足球,很多普陀家长对体育运动并不是特别理解与重视,这需要我们这些专业人士加强与家长的沟通。

有人说,青少年足球不单单是一项体育运动,更是一项教育工程。我非常认同。足球是一项技术运动,不仅是提升青少年身体素质与活力的很好方式,而且足球讲究团队精神,可以帮助青少年更加追求团队协作,传递正能

量。希望能有更多普陀青少年爱上足球。

问:你踢球有多久了?最初是因为什么去踢球的?

姚博文:我踢足球已经有1年了。主要是自己喜欢。去年的一天,我到普陀体育馆后面的操场玩,遇到了同班同学,看他们在踢球,感觉很有趣,也加入了他们了,就这样一直坚持到现在。现在一个星期踢4次。

问:这一年足球踢下来,感觉自己有哪些变化?

姚博文:我的学习成绩原本是班级倒数的,踢球之后,我的成绩进步了。我喜欢足球,我和爸爸妈妈达成协议,学习结束后的时间给我踢足球。这个约定给了我学习动力,去好好地完成作业,成绩也就进步了。足球运动不仅让我的身体素质变好了,而且也增强了我的学习兴趣。

刘宏涛:博文刚来时,他爸爸说,博文比较胖,看能不能让他瘦一点。我说肯定能瘦,但会不会心疼,因为足球训练需要坚持。博文爸爸说,没问题,他自己也喜欢。就这样,一周四练,三个月下来后,博文从50公斤瘦到了44公斤,不仅如此,他爸爸表示孩子学习也认真起来。对于博文的变化,我们感到很开心,因为我们的目的不是简单地提升孩子踢足球技术,而是让孩子和家长看到孩子从外到内的自身改变。

问:能否介绍下俱乐部目前的招生范围和课程安排?

刘宏涛:招生范围分三个年龄段:分别是5到7岁、8到10岁、11到13岁。其实也可以把这些年龄段放在一起,因为都是零基础,但一起训练会有些拘束,毕竟5岁和13岁的孩子会有体质差异。

针对零基础的孩子,首先得让他们喜欢上足球,快乐踢球。课程安排方面会安排一些有球或无球游戏,包括团队游戏、个人游戏(比赛)等,把他们的激情调动起来。到一定阶段后,我们再教授足球技术,包括身体协调性方面。

问:俱乐部的目标是什么?

刘宏涛:让每个孩子一到周末就想来踢足球,从中发现培育足球运动“好苗子”。不过,青少年足球培训只是我们的一个开始,俱乐部下一步计划开展或引进成人足球赛事、亲子足球嘉年华等,进一步普及足球运动,浓厚足球运动氛围。让普陀成为全民足球健身的典范,这是我们的终极目标。

讲文明 树新风 公益广告

舟山有你,越来越好

文明
城市

一丝微笑,一份文明:一缕阳光,一片温馨。

舟山市自行设计作品