

帶領江蘇隊暫居聯賽次席 盼執教中國女足 陳婉婷：夢想站上世盃舞台

領軍出色——

帶領男子職業球隊奪得聯賽冠軍，率領中女足絕境逆轉衝甲成功，陳婉婷並不算長的執教生涯裏，寫滿了一「神奇」二字。如今來到女超賽場，33歲的她帶領江蘇女足又送出一大驚喜——前兩階段結束，這支因多名國腳主力離隊而不被看好的青年軍依然排在聯賽第2的位置上。對陳婉婷來說，這裏又是一個全新的起點，「我當然希望有一天能執教中國女足，但我的最大夢想是可以去世界盃。」

說到成績，陳婉婷快人快語：「比自己預期高，但並沒有感覺很好或者很厲害，因為我們不是強隊，後面兩個階段會非常艱苦。」

據新華社報道，陳婉婷是今年春節期間決定接手江蘇女足的，「一、兩天之內就達成了，我有計劃執教女超球隊，正巧江蘇在找主教练，可以說一拍即合。」雷厲風行的她，春節一過就從香港來到上海，隔離後直接飛赴昆明和隊伍會合，「連合同都是到了昆明才簽的」。

隔離期間，陳婉婷把江蘇女足這一、兩年的比賽都看完了，她甚至把隊員們的照片打印出來，貼在酒店房間的牆上。到了昆明以後，很多隊員很好奇：這個新教練怎麼這麼快就把人認全了？陳婉婷笑着對她們說：因為每天晚上都看着你們睡覺。

科學手段助球隊進步

江蘇隊曾獲得聯賽大滿貫，是上季女超亞軍，今年亞洲盃奪冠的那支中國女足裏有多達6名江蘇球員，但3名國腳級球員轉會武漢，球隊缺少贊助商，無力聘請外援，只能以年輕球員為主。陳婉婷坦言接手之時有些忐忑：「作為一個新教練，確實感覺很被動，尤其是門將位置，但選擇了教練這條路，就需要面對各種挑

戰。」全國錦標賽第一場，陳婉婷說自己在場邊「懵了」、「急得要死」，因為「看不懂她們為什麼這麼踢」。彼時她才剛和球隊會合3天，「錦標賽一開始打得不太好，我的打法理念和傑斯林（前任主帥）區別還挺大的，一場場打下來慢慢好一些，但時間太緊張了，我們只能通過比賽去改。隊伍的進步還是很大的。」

在陳婉婷看來，進步的一個主要原因是增加大量的視頻分析，「我們內地很多球員技術能力都沒問題，但對比賽的閱讀能力還不夠。在比賽中怎麼把技術能力做出來？視頻分析能讓她們更直觀地發現自己的問題。」

更多運用科學手段，是陳婉婷一直以來秉承的執教理念。12年前大學畢業，學地理的她因為喜歡踢球，去了香港飛馬隊擔任數據分析員，「那時候數據分析還比較新鮮，學到了很多一般教練不會去學的東西」，2013年她又取得香港中文大學醫學院運動醫學及健康科學理學碩士，「這些對我的幫助都很大，現在足球

陳婉婷小檔案	
出生日期	1988年10月7日
身高	1米60
綽號	牛丸
曾執教球隊	東方男足、U16中國女足、海南瓊中女足
現執教球隊	江蘇女足（2022年起）
曾奪主要冠軍	1港超

全部都要講科學，包括怎麼恢復、怎麼預防受傷，訓練應該怎麼安排，有沒有達到我想要的強度，甚至個人有沒有偷懶，數據都一目了然。」



▲陳婉婷（中）成為全球首位帶領男子足球隊獲得頂級聯賽冠軍的女性足球教練，獲頒力士頒發榮譽證書。資料圖片

打完全國錦標賽，依然很少有人在新季看好這支江蘇女足。女超前七輪打完，6勝1負排名第2，網絡上對於陳婉婷的鼓吹又多了起來。陳婉婷則說球隊贏在「態度」，這讓人不禁想起當年米路天奴域帶領中國隊打進世界盃，曾說過的那句「態度決定一切」。

陳婉婷說：「我特別為這個態度驕傲，我們球員訓練比賽的態度都很好，雖然戰術部署和要求還不能完全達到，但也盡力去執行，整個團隊特別有活力、團結，氛圍非常不錯。」

陳婉婷同時還很清醒：「我們球隊不是強隊，但態度很好。其實很多比賽都打得非常艱難，好幾場都是1：0，剛剛好贏到。我們從實力來看不是很強的隊伍，所以後面會很危險，人家也會對你有很強的針對性。」

事實上，女超8到10輪，陳婉婷已經遭遇了挑戰。第8輪悶平、第10輪小勝，對手都並不強，第9輪則0：6慘敗於武漢。陳婉婷直言慘敗自己有責任，想變陣型，但在比賽中出現了問題，「其實打完上海，好幾個主力都很累，需要輪換，所以對陝西進行了輪換，也是希望下一輪打武漢，能用最強陣容去打最強球隊。但很早就崩盤了，我們的隊伍還是年輕，面對這樣的狀況缺乏應對能力。」

教練更像大姐姐

不過，在陳婉婷看來，犯錯並不可怕，「我成長最多的時候就是我失敗最多的那段時間。我覺得現在的球員要給比較多的空間，不犯錯是不會成長的，我們要做的是把犯錯的機會減到最少。」

講自律 不會「沒收」手機

正是秉承這樣的原則，陳婉婷甚至不會「沒收」隊員們的手機，「我覺得關鍵還是要自律，你不自律，就會練得更辛苦，甚至被淘汰。當然我們也會有一些小方法，比如現在隊員們放假3周，走之前都上了秤，回來時體重增加超過3斤的要罰款，一百塊錢一斤，請大家喝東西。」

對隊員們來說，33歲的陳婉婷似乎更像一個大姐姐，她們會勸她少吃即食麵，還會給她煮東西吃，也會糾正她不太標準的普通話，或者聊一些女孩子話題。



▶江蘇女足球員慶祝入球。

資料圖片



◀陳婉婷（右）在比賽中查看摔倒在場外的球員。

資料圖片

塞爾特人挫熱火取賽點



▲塞爾特人的積倫布朗（左）帶球進攻。法新社

【大公報訊】據新華社報道：NBA（美國職業籃球聯賽）25日進行了東岸決賽第5場的爭奪，客場作戰的塞爾特人93：80戰勝熱火，以總比分3：2拿到系列賽賽點。

開場後雙方都立足防守，高強度的身體對抗導致兩邊的命中率都不高，首節熱火取得19：17的微弱領先。次節比賽依然膠着，熱火依靠艾迪拜約的連續攻框守住優勢，半場戰罷他們以42：37領先。

易邊再戰，塞爾特人率先找回進攻狀態，他們先是以一波攻勢完成反超，又在第3節末趁着熱火陷入「得分荒」打出10：0的小高潮，將比分拉開到69：58。末節一上來，

塞爾特人的積倫布朗連中3個三分球，聯手積遜連頓打出14：2的攻擊波，分差被拉大到20分以上，比賽就此失去懸念。

本場比賽，塞爾特人球星積遜連頓拿到22分、12籃板、9助攻的「準三雙」數據，積倫布朗砍下25分。熱火這邊，艾迪拜約拿下18分、10籃板，狀態低迷的當家球星占美畢拿僅得到13分。



▲阿爾卡拉斯被看作是拿度的接班人。路透社

阿爾卡拉斯驚險晉第3圈

【大公報訊】據新華社報道：西班牙新銳阿爾卡拉斯堪稱本屆法網最受矚目的球星，這位剛在馬德里大師賽折桂的19歲小將被看作是「紅土之王」拿度的接班人，但在25日的次圈比賽中，他卻一度被西班牙老将艾拔拉莫斯逼入絕境，最終經歷5盤大戰才涉險過關。（NOW38、688台今午5時50分起直播第3圈賽事）

這場「西班牙內戰」共耗時4小時34分鐘，5盤比賽的比分分別為6：1、6：7（7）、5：7、7：6（2）和6：4。第4盤，艾拔拉莫斯在第9局實現關鍵破發，並在第10局拿到賽點，但年輕的阿爾卡拉斯展現出過人的定力，在全場觀眾幾乎一邊倒的支持聲中，他挽救了賽點並破掉了對手的發球勝賽局，最後以7：2拿下「搶七」將比賽拖入決勝盤。

女單前十種子5人出局

「那個賽點改變了一切。」阿爾卡拉斯說，「第5盤，我感覺整個人煥然一新，就像是找到了比賽開始時的狀態。」然而，決勝

頭號種子、爭取衛冕冠軍祖高域當天也沒有遇到太多阻力。面對斯洛伐克選手莫爾坎，祖高域連勝3盤。女單方面，繼首圈比賽多位高排位種子爆冷出局後，當天又有「大種子」被淘汰。去年的4強選手、今年的4號種子、希臘的莎卡莉經過兩盤「搶七」，以6：7（5）和6：7（4）不敵捷克選手穆楚娃，無緣32強。

至此，本屆法網女單前十種子已經有5位出局，且5人來自同一個半區。

柯潔王中王賽首輪出局

【大公報訊】據新華社報道：中國圍棋協會消息，第3屆嵊州盃中國王中王圍棋爭霸賽首輪比賽25日在浙江嵊州結束，爭奪衛冕冠軍柯潔九段負於范廷鈺九段被淘汰出局，另外3個準決賽席位被辜梓豪九段、卞昱廷九段和李軒豪九段佔據。

上屆王中王賽，柯潔曾在準決賽中戰勝范廷鈺。本屆兩人再度狹路相逢，范廷鈺執黑以四分之三子的微弱優勢逆轉取勝，延續了在4月亞運會選拔賽中的強勁表現。

在首輪的另外3場比賽中，內地等級分排名第2的辜梓豪戰勝了等級分排名第3的楊鼎新，丁浩負於卞昱廷，新科爛柯盃冠軍得主、入選了亞運中國隊陣容的李軒豪淘汰了上屆爛柯盃冠軍許嘉陽。

在準決賽中，李軒豪將對陣辜梓豪，范廷鈺迎戰卞昱廷。王中王圍棋爭霸賽雖然參賽棋手不多，但每個都是擁有不同賽事冠軍頭銜的內地頂尖高手。