

琼中足球二十年

以女足为原点和根基,构建了从小学到高中的青训体系

■ 海南日报全媒体记者 祁夏

“

细密的雨,落在旋转的足球上。

球没有因雨水的阻碍而停滞,不断在球员足尖转移、停顿、加速。很快,雨水磨亮了球皮,也沁透了球衣。球员们心无旁骛,目光与心神,全在脚下。

这不是专业足球队的训练现场,奔跑在绿茵场上的,是一群来自琼中黎族苗族自治县的小学生——他们就读于海口市滨海第九小学琼中附属实验小学(以下简称琼中九小)足球队。

能吃苦、劲头足——这些小球员身上展现的特质,正是琼中足球二十年来生生不息的基因。二十年前,一支琼中女足横空出世、名扬四海,一众本土足球小将接连入选各级国家女足梯队,登上国家级、国际赛场。如今,足球成了这座小城最亮眼的“金字招牌”。

女足改变了琼中,琼中想用足球改变更多人的命运。

这座海南中部的小县城,人口不足20万,只有一所高中。在这样的县情下,从小学一年级延伸到高三的青训队伍,像一条奋力生长的藤蔓,从苍翠大山伸向远方的赛场。在这片并不肥沃的土地上,足球为孩子们带来了更多的选择。

一个“跑出去又跑回来”的姑娘

“孩子们可以通过踢球走出大山、改变命运”

6月30日下午4点,高禹萱准时出现在琼中九小的操场上。哨声一响,足球班的孩子们开始训练。像往常一样,高禹萱站在操场边缘,目光紧锁场上跑动的身影,不时喊话提醒变换攻防阵型。

学生称呼高禹萱为“高导”,她是前琼中女足队员,一位从这片球场上“跑出去又跑回来”的姑娘。

高禹萱出自第一支琼中女足。2015年大学毕业后,高禹萱和4位队友一同选择回到琼中,担任教练员、足球体育老师。此后十余年间,几乎每年都有球员返乡执教、带课。

天气说变就变,晴天忽然转为急雨,细密的雨点打在孩子们身上,攻防节奏却没有断。

“雨不是特别大的话,训练通常不会停。”高导说,这些孩子韧性强,也很要强。前不久,2026年全国县域青少年足球邀请赛决赛上,代表海南出战的琼中女足U12队以10:1大胜陕西汉中留坝县队,捧回冠军奖杯。那支U12队伍的全部球员,就出自眼前的这个足球队。

在琼中九小,足球队从一年级至六年级共有200多名学生。

什么是“足球班”?要从琼中在体教融合上的一次关键抉择说起。

长久以来,踢球和上学像是一道单选题——让孩子在“只踢球不上学”和“只上学不踢球”之间做选择,是基层足球人才培养中绕不开的难题。琼中的解法,是把足球和教育拧成“一股绳”。每年选拔出的足球苗子,集中输送到琼中九小、华中师范大学琼中附属中学思源实验学校、华中师范大学琼中附属中学的足球队,确保从小学到高中,有一条完整的体教融合培

养链条不断档。从2006年琼中成立第一个足球队算起,这套体系已运转了近二十年。

足球班实行“一日两训”,训练时间主要集中在早读和下午的大课间。平日里每天至少训练2小时,周末和节假日则延长到6至8个小时。琼中女足管理中心负责集中训练、生活和管理,各学校则配合训练节奏制定专门的课程表。

“每个足球队都配有专业教练员。”高禹萱介绍,教练员抓训练,班主任紧盯学业,形成“双师共管”的格局。此外,小学阶段足球队都会配备保育员,专门负责照看孩子们的生活起居。

“外出比赛落下的功课,回来还会安排补课。”琼中教育局副局长黄运守说。

叶淑芬就是高禹萱足球队里的一名队员。“我喜欢学英语,能考到80多分。”训练外,叶淑芬的学习也相当刻苦。她的目标是成为女足国脚王霜那样的球员,“努力踢球,也努力读书”。

在琼中,足球队是一个支点,撬动的是整个县的足球文化:足球被列为义务教育阶段体育课必修内容;所有中小学每周专设一节足球课,要求不少于六成学生参与足球活动,每校至少组建1支校园足球队;已创建16所全国或省级青少年校园足球特色学校;全县29所中小学已组建83支校园足球队,已建成45个校园人工草坪足球场……

为什么要选择足球?高禹萱曾经的队友、琼中女足管理中心前教练员陈巧翠的答案很质朴也很简单:“在资源相对有限的乡镇和农村,孩子们可以通过踢球走出大山、改变命运。”



▼2023年在琼中举办的全国女子足球邀请赛决赛,琼中女足队员进球后拥抱庆祝。(资料图)



▲4月11日,“琼超”联赛决赛上,琼中球迷在为球队加油。



四月十一日,“琼超”联赛决赛在琼海举行,琼中队的健儿们加油。

本版图片均由海南日报全媒体记者李天平摄

一支杀进决赛的高三“娃娃军”

“如果不是踢球,我根本不会有这么清晰的方向和目标”

位于琼中体教融合产业发展(琼中女足)示范区的风雨足球场,草皮上泛着雨后的水光,18岁的王生源站在后防线上,紧盯着来球方向。一声招呼,整条防线应声而动。

这座刚落成不久的标准11人制足球场,距离琼中女足管理中心不到一公里,是琼中U18男足备战各类赛事的主阵地。“以前真的很难有这么大、这么专业的场地。”王生源笑着说,笑意里带着少年的自豪。他就读于华中师范大学琼中附属中学,今年高中毕业,站在球场上回望来路,这个平时话不多的中后卫,心绪难平。

去年,他所在的琼中队征战“琼超”联赛。这支队伍有些特别,全员由琼中青训体系培养,平均年龄只有18岁。他们以黑马之姿一路杀进决赛,最后憾负经验丰富的海

口队,但所有人都记住了这支“娃娃军”。

“在全国‘省超’‘城超’的参赛队伍里,全员出自本地青训体系的队伍非常少见。”琼中旅游和文化广电体育局有关负责人说。据中国足协统计,2025年,全国共有16个省区市举办了城市联赛,全年全部业余赛事合计参赛队伍3.93万支,而平均年龄18岁的琼中队,是最年轻的队伍之一。

琼中足球已经走了二十年。前十年是1.0时代,几乎是女足的天下。2016年,琼中女足管理中心历史上第一支男足队伍成立,男女足开始协同发展。男足培训在此后十年正式铺开,标志着当地足球迈入2.0时代。那一年,时任中心教练的陈巧翠带着团队,“一个乡镇一个乡镇地跑”,花了近两个月时间,选出了36名平均年龄八九岁的男孩,王生源就在其中。

“被选进足球队,在村里是一件非常值得骄傲的事情。”王生源的二姑王秋霞说。

司职中后卫的王生源,用了十年时间,一步步走到球队防守核心的位置。陈巧翠对他寄予厚望,给他定下了“攻防全能”的目标。“在足球技巧上,我希望他能一直进步,再进步。”她说。

王生源出生在琼中红毛镇一个黎族家庭,幼时母亲离家、父亲去世,在奶奶、姑姑和小叔的看护下长大。初到球队时,他沉默寡言,学习成绩也不理想,但安安静静,从不闹腾。山里孩子那股韧劲,像是刻在骨头里的。“踢球和训练,他又刻苦又认真,进步快得惊人。”陈巧翠回忆。

在琼中女足管理中心,王生源并非孤例。来自乡镇的球员占比超过八成,许多孩子家庭情况复杂,童年的字典里很难出现“足球”两个字。而中心给了他们一个被“兜底”的机会——包吃住、发训练服、集中安排上学……成百上千个“王生源”格外珍惜这来之不易的机会,踏入球队后,便展现出令人动容的学习毅力。

琼中足球的引力还辐射到了更远的地方。王生源的队友宋佳桐,来自河北石家庄。“他是专门从石家庄过来训练的。”琼中旅文局有关负责人说,选苗的本质就是打破地域限制,面向全省乃至全国招生,这是琼中“借力”的一步棋。宋佳桐初二入队,如今已成长为一名优秀的中后卫。

陈巧翠看着这些刚来时懵懵懂懂的孩子,在训练两三年后脱胎换骨——脚下技术突飞猛进,人也变得开朗自信。“很难不被他们的成长打动。”她的语气里,有教练的严格,也有一路看着孩子长大的心疼。

“如果不是踢球,我根本不会有这么清晰的方向和目标。”王生源说。他已经为自己画好了一条人生路线:先通过体考进入大学,毕业后回到琼中,成为一名像陈巧翠那样的足球教练。

一份足球青训的宝贵经验

“可以说,我们倾尽了所有的努力”

青训是足球发展的根基。7月底结束的世界杯,吸引了全世界目光。作为全球顶级足球赛事,能够登上这一舞台的队伍背后,离不开扎实的青训体系。

琼中足球20年的摸索,既有成绩也有挑战,为中国足球青训提供了宝贵的经验。目前,琼中已构建起覆盖9个年龄段的17支完整梯队。

“山里孩子能吃苦,可足球不能只靠苦练。”琼中旅文局有关负责人说。从7岁至18岁,对有天分的学生实施持续、科学的系统训练,是青训的核心命题,也是琼中女足管理中心的主要任务。

截至目前,琼中有近60名队员凭借足球特长考上大学,86名队员被评为国家一级运动员,190名队员被评为国家二级运动员,8人被评为国家级健将,14名队员在职业足球俱乐部效力。多年努力下,琼中校园足球正实现从“绿茵萌芽”到“体系成林”的转变。

不过,当前的培训模式也面临考验。全县400多名足球特长生分属9个年龄段,分散在3所不同学段的学校,无疑增加了管理成本。黄运守介绍,琼中正规划建设“九年一贯制”足球学校,实现训练、学习、食宿“三集中”。

对于场地不足等问题,琼中已累计投入3.4亿元推进体教融合产业发展(琼中女足)示范区建设,先后投入6000余万元为全县建成45个校园人工草坪足球场。

“可以说,我们倾尽了所有的努力。”琼中旅文局有关负责人直言。

放眼全国,征战“省超”的年轻队伍中,“粤超”清远队以恒大足校为主要班底,平均年龄仅18.23岁;“湘超”永州队平均年龄19.8岁;“赣超”吉安队除两名球员外,清一色为在校学生。三地2025年GDP均超2000亿元,每年为青训建设投入稳定资金,且大都形成了青训俱乐部与社会力量共同构建人才输送网络的模式。与这些城市相较,琼中在资金、人口、资源均处劣势。

好的足球苗子,需要足球教练去挖掘和培养。琼中也曾从外地引入教练,但因为薪酬等方面原因较难留人。目前,琼中女足管理中心在职教练尚缺12人,全县29所学校尚缺9名专任体育教师,本土培养便成了替代方案。

陈巧翠、高禹萱是典型的案例。2006年,她们因为“包吃包住、免费上学”加入第一支琼中女足,大学毕业后选择回到家乡执教。

黄运守介绍,该县教育局、旅文局等正不断探索多重解决方案。例如,规划“员额制”与政府购买服务,面向退役运动员定向招聘;争取县级财政单列专项经费,保障特色项目稳定投入。

体制优势使琼中足球完成了从无到有的跨越,但如何从“有”到“优”、从“地方探索”到“全国样板”,仍需在市场化与职业化路径上寻求突破。当前,琼中正在探索多元化发展方向,尝试为球员开辟教练员、康复师等职业路径。

一颗足球转动了众多人的命运,也转动了一座县城的未来。2028年,国际足联足球世界杯将在这里举办。届时,又会有多少孩子,因为一场比赛,爱上足球?

下午5点左右,阳光赶走乌云,琼中九小操场上,呼声此起彼伏。

琼中的故事还在继续,就像那颗滚动的足球——转动不息,希望不止。

(本报营根8月17日电)

深读



扫码看更多内容。

原图拍摄:李天平 制图:张昕