

國字號隊伍進行大調整 少帥群體登陸中國體壇

里約奧運會後，中國體壇掀起了一股改革之風，其中一個重要標誌，就是一大批「八十後」教練員開始走向第一線，從他們的師傅手中接過中國體育的大旗。運動場上的新陳代謝是不可逆的自然現象，但與運動員頻繁的更新換代不同，教練員「職業壽命」更長，因此這批「八十後」教練群體的上位，必然會對中國體壇的整體發展產生更深遠的影響。

大公報特約記者 史玄之

以2012年倫敦奧運為界，馬琳、滕海濱、杜麗等「八十後」奧運冠軍逐漸淡出賽場，樊振東、肖若騰、楊浩然等一批「九十後」運動員逐漸取代前輩，成為中國體壇的主力軍。很多「八十後」體壇明星退役後走上教練員崗位，形成了新一代中國體壇的少帥群體。

體壇少帥並非中國特有，在當今世界體壇非常普遍。西甲豪門巴塞隆納的傳奇教練哥迪奧拿，在37歲時就成為球隊主教練。在其執教巴塞的5年裏，率隊奪得西甲、歐聯、西班牙超級盃、歐洲超級盃、世界冠軍球會盃等冠軍，成為世界足壇少帥中的傑出代表。現任土耳其女排主教練古德蒂20歲時就因傷退役，成為一名排球教練員。古德蒂在其執教的20年中，先後執教保加利亞、德國、荷蘭、土耳其女排等歐洲二流隊伍，帶領荷蘭獲得里約奧運第4名，率領土耳其獲得歐洲錦標賽亞軍，並且成功進軍東京奧運。年輕教練員有很強的可塑性，可以為一支球隊注入更多的新鮮血液，特別對於那些原本成績不佳的球隊來說，選擇年輕教練員更有可能書寫球隊新的歷史篇章。

在中國體壇，少帥大多為剛退役不久的體壇明星。東奧周期，乒乓球、羽毛球、射擊等中國傳統優勢項目上，國字號隊伍進行了大範圍的教練調整。乒乓球奧運冠

軍馬琳、王皓、陳玘經過教練員競聘，成為國乒新一代教練員，馬琳還擔任女乒教練組組長；在里約奧運後，國羽的教練組同樣進行了換血，世界冠軍夏煊澤、奧運冠軍張軍分別擔任國羽單打、雙打組主教練；射擊項目同樣進行教練員更新換代，杜麗、陳穎等一批神槍手退役後不久，即擔任國家隊教練員。

整體發展有利有弊

退役體壇明星成為國家隊教練，對中國體育的整體發展有利有弊。

一方面，退役奧運冠軍、世界冠軍自帶明星光環，不少現役運動員以其為偶像，而且退役運動員往往比較年輕，與老教練相比，他們更容易與運動員溝通；另一方面，由於缺少執教經歷和執教培訓，退役體壇明星執教國家隊隊員較大風險。雖然他們對於該項目的技戰術發展比較熟悉，也有一線參賽的豐富經驗，但在教練領域還是一個「小字輩」，在對運動員心理的把控、訓練量的安排方面仍需學習，而且退役體壇明星擔任教練會得到更多媒體關注的目光，自身會承擔較大壓力，外界給其執教上的「容錯空間」也會更小，這也在一定程度上影響這些年輕教練員的發展。



▲馬琳



▲張軍



▲杜麗

◀馬琳在球員時代屢獲殊榮

◀張軍是雅典奧運羽毛球混雙金牌得主

◀杜麗以教練身份，在場邊觀戰

上世紀90年代已掀少帥熱

中國體壇有着深厚的少帥傳統。早期新中國體育的發展以經驗豐富的老帥為主，在經歷了1988年漢城奧運會的慘敗後，中國體壇痛定思痛，認為聘請少帥執教會給隊伍發展帶來新的思路。從上世紀90年代開始，為新中國體育奮鬥大半生的老帥們逐漸退居幕後，當年他們的學生接過教鞭，成為中國體壇的主體，比較有代表性的少帥包括乒乓球隊主教練蔡振華、羽毛球隊主教練李永波、中國女排主教練郎平、中國體操隊主教練黃玉斌、中國女籃主教練李亞光等。這些少帥大多在隊伍處於低谷的時候接手，執教後隊伍的成績有很大提升，九十年代的這批少帥也成為未來20年中國體壇的教練主體。

劉國梁率國乒男隊走出低谷

上世紀九十年代少帥群體取得的成功，使得選用少帥成為中國體壇發展的一大經驗。步入21世紀，乒乓球、女排、劍擊等優勢項目少帥頻出。2002年，年僅26歲的劉國梁退役後就擔任國乒男隊教練，成為中國優勢項目中最年輕的國家隊教練之一。在經歷了2003年世乒賽和2004年奧運丟失男單冠軍的挫折後，劉國梁帶領的國乒男隊逐漸走出低谷，包攬了近16年來的所有大賽冠軍。

女排方面，2000年悉尼奧運折戟後，陳忠和接替胡進成為新一代中國女排主帥。陳忠和此前一直在中國女排隊中擔任助教，出任女排主帥還是第一次。陳忠和上任之初，對球隊進行了大刀闊斧的改革，馮坤、趙蕊蕊、劉亞娜、楊昊、張娜等一批年輕球員，構成了中國女排的主力框架，連奪2003年世界盃和2004年奧運冠軍，這套陣容之後被譽為「黃金一代」。

「中國男子花劍三劍客」之一的王海濱，退役後出任國劍男子花劍主教練。當時32歲的王海濱對男子花劍隊的選材方式和訓練模式進行了大幅度的改革，強化隊員實戰比賽能力。在他的率領下，中國男子花劍隊接連在2010年和2011年世界錦標賽上奪得團體冠軍，雷聲更奪得2012年奧運男子花劍個人金牌。



▲劉國梁（右二）帶領國乒男隊勇奪北京奧運團體金牌



▲中國女排奪得雅典奧運冠軍後，主帥陳忠和（右二）與職球員一起分享喜悅

▶雷聲（左）奪得倫敦奧運金牌後，與教練王海濱擁抱慶祝



年輕氣盛富有激情成雙刃劍

雖然大多數少帥身上或多或少帶有明星光環，但其執教經驗還有很大欠缺，一名優秀運動員並不一定等同於一名優秀教練員。在少帥執教初期，其在心理上要做好從運動員到教練員的角色轉換，在實際工作中更需彌補在管理學、運動心理學方面的漏洞。如果體壇少帥將自己運動時期的比賽經驗強行灌輸給運動員、缺乏對運動員個體的細緻研究，執教的效果並不會太好，甚至容易讓運動員產生逆反心理。年輕氣盛、富有激情是少帥執教的一把雙刃劍，如果利用得好可以在訓練和比賽中激發隊員的潛力，但如果處理不好，缺乏一定的耐心，很容易造成教練員和運動員之間的矛盾。

在體壇少帥的個人發展軌跡中，除了少帥本人的努力外，教練團隊的搭建也非常重要。一支隊伍往往會先讓經驗豐富的老帥輔佐少帥，待少帥積累足夠的執教經驗後再獨立作戰。實際上，當今體壇的教練團隊不應僅由一至兩名高水平教練員組成，特別

是集體球類項目，主教練把握球隊的大局，助教、體能教練、陪打教練、醫生、康復師、營養師、數據分析師等，都在隊伍中發揮重要的作用。複合型教練團隊的組建能夠在一定程度上減輕少帥肩上的壓力，對球隊的成績起到至關重要的作用。

創造寬鬆環境非常重要

體壇少帥的成長軌跡與年輕運動員相似，甚至成長周期更長，在執教早期由於經驗不足，往往難以取得理想的結果，因此外界期望體壇少帥一上任就改變隊伍的成績，顯然並不現實。很多隊伍管理層在聘任少帥之初，提出了不少具體的成績要求，一旦無法達到目標便將少帥解聘。教練員的頻繁更替，讓運動員被迫不斷適應不同教練的執教風格，這對於一支隊伍的長期發展不利。為體壇少帥創造寬鬆的環境，無論是對少帥本身還是運動隊建設來說都非常重要，是少帥成長為名帥的必要因素。



◀國足前主帥納比（右），背後擁有一支出色的輔助團隊