

“满天星”夏训营收官，南通籍女足名将现场选苗——

从校园到赛场，青训托起足球梦

上周，“全国青少年校园足球改革试验区‘满天星’训练营”2025夏训营(男子总营)在南通市第二中学成功举办，来自全市各小学的百余名足球小将通过4天集中训练，遴选出了一批“希望之星”。

令孩子们惊喜的是，他们的偶像——有“小梅西”之称的中国女子足球队前国脚、曾征战2015女足世界杯的南通籍名将许燕露出现在训练场上。看到如东县岔河小学的卢贊吉小朋友的盘球姿态，代表南通市体校前来现场选苗的许燕露说：“这个孩子的能力是独一档。”



足球小将们训练的场景。记者徐培钦

► 绿茵场上的“种子计划”

今年的“满天星”训练营主要面向2017、2018年龄段市梯队的足球苗子选拔。南通二中的训练场上，来自全市的校园足球精英教练们正专注筛选适龄孩子中的潜力选手。

“为什么要从这么小开始选？”面对疑问，南通市校足办竞训部工作人员曹磊的答案直白而坚定：“小孩子基础好塑

造。基本功练扎实了，大了才能往上冲。”在南通，校园足球选材从不等孩子“长大”，而是瞄准幼儿园至小学低年级阶段。曹磊介绍，2017、2018年龄段作为首次组队的“新军”，正通过层层筛选组建20人左右的精英队伍。

球场旁，许燕露望着组队对抗的孩子，在记录册上认真记录。这是她退役后首次执掌青训

教练岗位。“我五年级才开始踢球，算起步晚的了。”她笑着回忆。

场内，小选手们踢得卖力又投入。通州区兴东小学的陈若德在训练间隙喝水休息，额头上的汗珠顺着脸颊滑落，他说：“训练后，我的传球更准了。”卢贊吉皮肤黝黑，眼神发亮：“我的偶像就是从我们学校走出去的黄蒋大亚，学校里有他的头像，我想踢得和他一样好。”

► 长效筛选的“成长赛道”

此次“苏超”赛场上，南通队的优异成绩及各队中具有“青训”背景的球员让南通青训备受关注。事实上，南通青训选拔从来不是一次性筛选，而是环环相扣的长效机制。南通市校园足球办公室副主任陆建介绍，校园足球苗子选拔分“两步走”：先经全市各足球特色学校初选，再集中到“满天星”训练营接受封闭式筛选。

训练营中，孩子们不仅要训练，还要接受生活自理能力、学习习惯的考察，“这是判断他们能否适应长期集训的关键”。

“三个月试训是道重要关卡。”陆建解释，入选的孩子开学后将集中训练三个月，教练组会观察他们能否适应集体生活、是否服从管理，“有的孩子技术好但太调皮，跟不上节奏，只能退回。”即便通过试训，孩子也并非一劳永逸——随着年龄增长，身体发育、球感认知的变化，部分孩子逐渐不适应，淘汰机制将持续至小学五六年级，确保留下真正适合足球的苗子。

记者在现场看到，本次夏训营的训练安排充分考虑低龄孩子的特点，避开正午高温，上午早训、下午晚训，天太热就转入室

内，让孩子们观看经典赛事视频，学习足球礼仪与战术知识。“他们还小，不能练太久。”许燕露说，“现在的重点是让他们熟悉球性、爱上足球，这比踢得好更重要。”

在许燕露看来，如今的青训已从“苦练”转向“科学练”。“以前我们靠反复冲刺练体能，现在会结合协调性游戏；以前教练说‘跟着我做’，现在会给孩子看世界球星的技术视频。”她指着场边的战术板，上面贴着孩子们的颠球次数、运球速度、传球准确率等数据，“这些数据能帮我们更精准地捕捉每个孩子的优势”。

► 青训体系的“未来图景”

近年来，南通已有40多人次进入各级职业俱乐部参加中国足球职业联赛。曾入选国家队的本土青训学员代表张晓彬依然活跃在中超赛场；80多万人次入选中国足协U23以下各年龄段集训队，马俊杰、季杰等100多名足球苗子被同济大学、南京大学等高校录取。

曾作为全市校园足球选拔体系的核心，“满天星”训练营正以科学细腻的方式托举孩子们的足球梦想。这里汇聚了各县(市、区)初选的同年龄段苗子，封闭式集中生活既是技术

打磨场，也是对自理能力、团队意识的全方位检验。

以“满天星”训练营倡导建立的校园足球特色学校联盟为例：联盟成立后，校园间足球交流更频繁。其中，如皋市由“全国校园足球特色学校”牵头，联络市内3所以上学校的同类社团组建足球社团联盟，有效扩大了校园足球普及面与选拔效果。

陆建表示：“目前，全市已按照全面覆盖、就近实施、融合共进的原则，以‘满天星’训练营基地和54所南通市足球后备人才示范(基地)学校为基础，辐射全市

241所全国足球特色学校，开展足球教学、训练竞赛，选拔组建市青少年校园足球精英梯队，落实训练要求、丰富赛事活动，校园足球活动氛围空前浓厚。”

从幼儿园的启蒙选拔，到退役教练的经验传承，再到全周期的科学培育，南通校园足球正以耐心与专业为中国足球播撒希望。

当“卢贊吉们”带着对偶像的向往奋力奔跑时，一条从校园到赛场的成长之路正在他们脚下缓缓延伸。

本报记者沈樑 高阳

通城报喜

江海晚报祝福类启事登报
主流媒体 权威官宣 个性化办理
咨询热线:0513-85118892

南通日报社遗失启事、公告刊登

办理方式:一、线下办理可至南通报业传媒大厦(南通市世纪大道8号)22层2210室；二、线上办理可微信搜索小程序“南通报业遗失公告办理”。刊登热线:0513-68218781



线上办理请扫码

友情提醒:有意在本栏目投放分类广告的客户,可至南通报业传媒大厦办理相关手续。

招聘求职 保洁清洗 搬家搬迁 征婚交友
家政服务 房屋租售 二手车讯 快餐外卖

创办十九年,数千对成功配婚,良好的社会口碑

鸿运婚介

凡来鸿运婚介征婚、交友的单身男女照片或手机号都不会透露给其他人,这是我们的职责。
承诺:不满意不付婚介费 微信号:18912286139 13962983156
小石桥红绿灯东100米马路北、四路车站楼上 征婚热线:85292569 15851252008