

## 五球败走山东斗志全无

# 申花何时找回队魂?

### 体坛观察

这是一场意料中的失利，但净吞5蛋，谁也没料到。昨晚，申花客场对阵山东鲁能，仅有金基熙和莫雷诺两位外援出场，轮换主力球员多达7名。若以这样的精神面貌迎战下周的足协杯半决赛，波耶特手中还有多少胜算？

从纸面实力上来说，申花并不是弱队，只是在波耶特手下，这支球队的风格早就不再是过去的申花。

比赛进行了1个多小时就换下全部外援，这在目前的中超赛场堪称罕见。如果说，波耶特是为了锻炼年轻球员，首发阵容中却仅有丛震一名U23队员。下半场，换下已经非常疲劳的莫雷诺，换上徐骏敏，但申花阵中也仅有两名U23队员。

近6轮联赛，申花仅收获一场胜利，不可能凭借联赛排名获得下赛季亚冠席位。显然，申花已将重心转移到了足协杯赛场，期待以一个冠军来换一个亚冠席位。然而，有所侧重不等于放弃，比赛可以输，但精气神不能输。整场比赛，申花可以说是早早地缴械投降。回顾上一轮主场0比3负于贵州，申花同样也是在下半场踢得毫无章法，早早失去争胜的信念。这样踢下去，申花如何在足协杯上叫板对手？

不要再提曹赟定红牌、莫雷诺太累、瓜林和马丁斯有伤这样的借口了。即便他们今天都能上场，我们还指望波耶特能排出怎样的战术和阵型？拿着高薪的特维斯仍未融入球队，后卫阵型被尝试了各种“排列组合”，锋线上的马丁斯、曹赟定和特维斯时不时变换位置……大半个赛季下来，申花从未有过一套成熟稳定的体系和战术。这样的输球，实在叫人揪心。

不要再提什么主要精力放在下周二的足协杯半决赛上了。这样输球下去，球队还有没有信心？会不会影响足协杯的备战？赛后新闻发布会上，波耶特是这么说的：“可能很多人会提到自信心的问题，但在我的足球理念中，不认可这种说法。对于球员来说，保持状态比保持信心更重要。我对足球的理解是这样的。”

不知道波耶特对足球的理解，是不是也代表了球员对足球的理解。即便波耶特拥有管理层给予他的“免死牌”，但这并不意味着他可以率领球队早早地缴械投降。

申花目前暂列积分榜第十一位，但是



身后的苏宁、建业等已经有了复苏的迹象，而下一轮申花将面临霸主广州恒大。全力冲击足协杯可以理解，可这样下去，保级是否会有危险，要打上一个大大的问号了。

如今的申花倒是和上赛季的鲁能比较相像。同样是赛季初期雄心勃勃，换主帅、买外援，但是投入和产出不成正比。有伤病、有失利，这并不可怕。令人担忧的是，要花多大的力气和多大的时间，才能重新找回队魂？ 本报记者 陶邢莹

▲ 申花不仅输了比赛，更输了精气神 本版图片 IC

### 收视指南

上视五星体育频道今天19时20分将转播中超上海上港与重庆力帆比赛实况，23时将转播英超曼联与西汉姆联比赛实况。

## 夺冠热门红军打平蓝军落败 天价新援用半场适应了英超

昨晚，2017-18赛季英格兰足球超级联赛首轮展开多场争夺，两支夺冠热门利物浦和切尔西先后亮相，但都未能迎来开门红。红军在全场伤停补时阶段丢球，客场被沃特福德3比3逼平。而卫冕冠军切尔西更是出师不利，蓝军主场2比3被伯恩利斩于马下，卫冕之路遭遇当头棒喝。

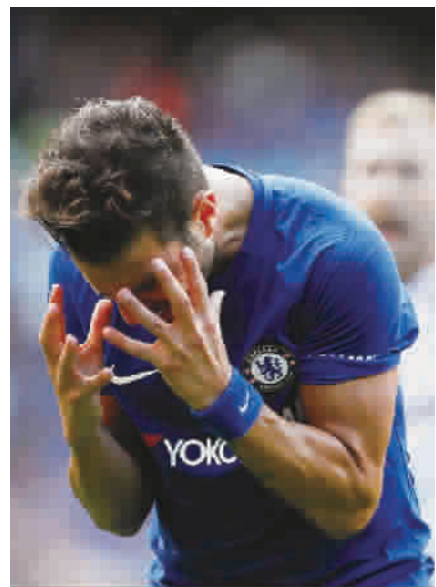
利物浦首轮客场挑战沃特福德。克洛普的球队在这个夏天花费4200万欧元从罗马签下萨拉赫，力求进一步加强攻击力。从实战效果来看，红军做了一笔物有所值的买卖，萨拉赫仅仅用了半场比赛就适应了英超的节奏，正是他在下半场为球队赢得的那粒点球，以及随后在门前的机敏抢射破门，帮助利物浦获得了3比2的领先优势，无奈球队后防线表现不佳，在全场伤停补时阶段被沃特福德抓住机会扳平比分。埃及天才首秀一球一助攻的良好表现，最终没能为利物浦带来一场胜利。

与萨拉赫一样，蓝军新援莫拉塔尽管也在比赛中奉献了一粒精彩的进球，但却无力为切尔西挽回2比3的败局。

在夏季转会窗口大肆买人的蓝军在联赛首轮就尝到了苦果。面对充其量只能算英超保级队的伯恩利，蓝军上赛季引以为傲的中后场漏洞百出。主力中卫卡希尔更是在开场13分钟便因为一次凶狠的铲球犯规而领受红牌下场，以少打多而又没有了马蒂奇这一道屏障的切尔西中轴线显得更加单薄，在上半场结束时就已经3球落后。尽管下半场替补出场的莫拉塔在第69分钟接到威廉的传中头球破门，打进了他在英超赛场的处子球，但此后法布雷加斯两黄变一红，同样被罚出场，彻底断送了卫冕冠军反扑的希望。虽然最后时刻大卫路易斯再度攻破了伯恩利的大门，但为时已晚。终场哨响，孔蒂的球队只能接受联赛首秀在斯坦福桥2比3落败的苦涩结局。不知道在目睹球队本场失利之后，阿布会不会如孔蒂所希望的那样加快引援的步伐？

在昨晚进行的其他英超比赛中，升班马哈德斯菲尔德客场3比0完胜水晶宫，为球队的英超之旅开了个好头；埃弗顿凭借重新回归的鲁尼的进球1比0击败斯托克城；西布朗同样在主场1球小胜伯恩茅斯，而南安普顿和斯旺西闷战90分钟之后互交白卷，各取一分。

见习记者 陆玮鑫



■ 切尔西卫冕之路遭遇当头棒喝

## 健身走却走成半月板撕裂

### 百姓体育锻炼要讲究科学适度

健身导致半月板损伤、打网球导致肩袖撕裂、练瑜伽导致脊柱侧弯……这些损伤无一例外都是在运动时发生的。生活需要运动健身，但健身不当会导致运动损伤。普通人在生活中如何注意防伤防病？上海市第十人民医院骨科主任医师、运动医学科主任程颺指出，肩、膝、踝是运动中最易损伤部位。

近日，申花球员李建滨在同济大学附属普陀人民医院骨科接受了肩关节镜下行关节囊及关节盂唇修补手术，以彻底根治其左肩习惯性脱臼的问题。主治医师正是程颺，整个修补手术非常成功，术后恢复期预计为3个月。大约两年前，李建滨在踢球时第一次出现肩膀脱臼，当时并没有引起重视，只是通过手动将肩膀拉回原位。程颺介绍说，脱臼如果第一次没有固定好，就会有第二次、第三次，之后的发生率会越来越

高。这一年来，李建滨脱臼了10多次，他总是自己抖一抖，肩膀就回归原位了，于是，关节囊越来越松。“今年他在队医的帮助下找到了我。”程颺医生说，“现在做完手术后，只要他在医生指导下做康复，未来就不会再脱臼了。”

李建滨是职业球员，那么普通人是不是脱臼没那么频繁呢？千万别把脱臼不当回事。据程颺介绍，羽毛球、网球、篮球、足球等运动中，肩袖撕裂、肩关节脱臼是最常见的运动损伤。当第一次出现脱臼时，一定要引起重视，要请医生进行专业固定。

前不久，程医生收治了一名50多岁的病人。多年不运动的他眼看血脂、血糖偏高，便去公园里跟着一群比他小十来岁的人快步走，人家越走越快，他也不甘落后，即便膝盖疼痛也咬牙坚持，结果没过两天，半月板韧带撕裂了，不得不进行手术。这名

患者的问题在于运动不当，程颺指出，长久不运动的人群，运动起来不要用力过猛，要循序渐进；运动前做好拉伸，比如先慢跑几圈；参与足篮排等运动时，不能直挺挺跳下来，膝关节要微屈……

近年来，运动成为一种时尚潮流，但程医生的门诊病人也渐渐多了起来。“三四十岁的中年病人最多。随着生活水平的提高，他们开始重视生活质量，一看自己身体处于亚健康状态了，就迫不及待投入运动。但不少人年轻时没有健身习惯，现在一上来就练得很猛，以为自己还是二十五六岁，没有遵循教练的意见，就容易造成损伤。”程医生说，目前运动健身已成为都市人不可缺少的一种生活方式，但一定要注意科学健身、适度健身。当第一次出现运动损伤时，一定要引起重视，及时治疗，预防重复受伤。 本报记者 陶邢莹