

■ 声音

宁超 不只是踢球

孙瑞亭

2026年宁夏足球超级联赛(宁超)即将打响,首府银川队的备战已进入倒计时。在全国“村超”火爆、“苏超”(江苏省城市足球联赛)日渐成熟的背景下,银川足球如何走出一条属于自己的路?审视银川队的备战细节,对比苏超的体系化与村超的烟火气,银川足球的未来,或许正藏在“专业度”与“人情味”的平衡之中。

从选拔标准来看,银川队并未因“业余”身份而降低门槛。30米冲刺、12分钟跑等职业级体测项目,以及亚足联A级教练的挂帅,都透露出明确信号:这是一次向职业标准看齐的严肃竞技。这与苏超的路径不谋而合——后者同样由政府主导,通过引入退役名帅、限定职业球员名额,在业余框架内追求专业品质。然而,宁超与苏超的差距在于“底盘”。苏超依托江苏深厚的经济与青训底蕴,其业余联赛本质上是庞大足球人口的金字塔尖。这提醒我们,宁超若想不甘为“一次性”赛事,不能仅靠赛季制的激情,更需建立像苏超那样的常态化城市联赛体系,为那些“白天上班、晚上踢球”的球员提供稳定的竞技舞台。否则,一旦缺乏持续的社区动员与城市IP塑造,赛事极易陷入“圈内自嗨”。

因此,银川可以借鉴苏超的“城市荣誉”机制,让足球成为市民地域认同的新载体。同时,利用银川独特的文旅资源,将比赛日打造为“足球+文旅”的消费场景,而非单纯的竞技活动。

在赛事运营与文化传播上,则可以借鉴村超的经验。贵州村超的破圈,靠的并非高超的技战术,而是“人”的真实感——卷粉店老板、货车司机、乡村教师,他们的故事构成了赛事的情感内核。银川队中同样不乏来自基层的普通工作者,他们本身就是极佳的传播素材。传播不应只聚焦比分,更应讲述人的故事,让球员变成市民熟悉的“邻居”,才能像村超那样引发情感共鸣,避免赛事“有比赛、无温度”。

当然,对于银川而言,盲目复制苏超的规模或村超的狂欢并不可取。“专业化的业余足球”应是宁超的精准定位。在竞技层面,可将宁超作为本土青训的出口,探索“银川市青少年足球联赛”与宁超的衔接机制。在文化层面,应挖掘“塞上足球”的独特性:村超有民族歌舞,苏超有城市底蕴,银川则可以“绿茵+夜经济”,将赛事与夜市文化结合,打造“看完球、吃烧烤”的银川式足球周末。在机制层面,要警惕过度行政化,强化“官办民助”,政府应逐步退居保障角色,将赛事运营交给市场与民间力量,避免“管办不分”扼杀创造力。

宁超的价值,不在于能否培养出职业球星,而在于它能否像苏超那样构建体系,像村超那样温暖人心。当览山公园的夕阳映照在那些为家乡奔跑的业余球员身上时,我们希望看到的,不仅是一场胜利,更是一个属于银川自己的、可持续的足球梦想。



把青春交给足球。

训练。



绿茵逐梦,不负荣光。

四十四四个平凡足球梦 一颗“为银川而战”的心

平均年龄23岁的青春之师厉兵秣马,揭秘宁超揭幕战前的日与夜

03 把青春交给足球 把热爱献给银川

“我们希望用一场胜利为宁超联赛开个好头,也为银川足球攒下更多底气、赢得更多认可。”没有聚光灯的环绕,也没有职业运动员的薪资加持,银川队的队员们都是平凡生活里的追光者。他们在各自的岗位上坚守初心,努力前行,却因为同一个足球梦想汇聚在一起,用坚持与热爱书写着银川业余足球的动人故事,传递着塞上湖城的体育力量。

作为球队队长,路彦龙司职中场,是队伍当之无愧的战术核心与精神领袖。就读于银川科技学院大四的他,自初一与足球结缘,便深深爱上了这项充满激情与力量的运动。从初中到大学,他始终稳居球队主力,同时活跃在银川业余足坛。区内各类大小足球赛事的赛场上,总能看到他奋力奔跑、驰骋拼搏的身影。得知宁超联赛银川队组建并选拔队员的消息后,路彦龙第一时间主动报名,凭借扎实的技术功底和出色的战术意识,成功入选球队。“我是土生土长的银川人,身披家乡战袍,代表银川征战宁超,一直是我的足球梦想。”路彦龙坦言,除了日常课业,他几乎将所有空闲时间都留给了球场,高强度的训练虽然会带来疲惫,但只要想到能为家乡出战、为银川而战,心中便瞬间充满热血与动力。他表示,比赛中他将扛起队长的责任,以身作则,冲锋在前,在场上做好攻防串联,凝聚全队士气,带领队员们齐心协力、奋勇拼搏,始终秉持拼搏进取、永不言弃的态度,认真对待每一场比赛,每一次进攻与防守,用实际行动守护家乡足球的荣誉,为银川队争光添彩。

球队队员邓佳贺,是金凤区第四十小学的一名体育老师,常年与足球为伴,主要负责带领五年级学生开展足球教学与训练,用耐心与热爱,在孩子们心中播撒足球梦想的种子。从小热爱足球的他,多年来始终坚持踢球、刻苦训练,在日复一日地奔跑与磨合中,不断打磨技术、沉淀经验。基层足球教育的经历,不仅让他练就了扎实的脚下技术,更培养出出色的团队意识与赛场大局观,场上作风沉稳硬朗,防守稳健、进攻积极,已成为球队不可或缺的力量。

看到宁超联赛银川队组建的消息后,邓佳贺立即报名参选,凭借出色的表现成功进入球队阵容。在他看来,足球不仅是一份热爱,更是一种传承。平日里,他在校园里耐心引导孩子们感受足球的魅力,培养孩子们的运动习惯和拼搏精神;走上宁超赛场,他将全力以赴、奋勇争先,拼好每一分钟、每一次攻防,追逐自己的竞技梦想,同时以自身的拼搏姿态,为学生们树立榜样。邓佳贺坦言,能够代表家乡银川出战宁超联赛,既是一份至高无上的荣誉,更是一份沉甸甸的责任。接下来,他将合理平衡教学工作与赛事训练,在赛场上与队友默契配合、奋勇拼搏,全力为银川队争取胜利,同时引导更多青少年爱上足球、走进球场,为银川足球的长远发展注入新生力量。

44名球员,怀揣同一个足球梦想:一座城市,凝聚起磅礴的支持力量。5月1日,览山公园,银川队将身披城市荣光,踏上宁超联赛的绿茵赛场,用奔跑诠释热爱,用拼搏捍卫荣誉,用汗水浇灌梦想。

02 星光下厉兵秣马 赛场上誓展锋芒

距离5月1日晚8点在览山公园打响的宁超揭幕战仅剩数日,银川队的备战已进入全力冲刺阶段。每天傍晚,贺兰山体育场、览山公园训练场的灯光准时亮起,奔跑、传球、拼抢的身影在绿茵场上穿梭。系统、科学的训练计划有条不紊地推进,每一个动作都凝聚着汗水与专注,只为以最佳状态迎战揭幕战对手——石嘴山队,也为整个赛季打下坚实基础。

体能训练、战术推演、分组对抗、细节打磨……银川队队长路彦龙告诉记者,现阶段全队训练紧紧围绕“更快、更准、更稳”三个关键词展开,力求将训练成果完美转化为赛场实力。“把训练的水平写进比赛里,把银川的风采留在绿茵上。”主教练肖传陆的话语简短而铿锵,不仅为队员们注入了强大动力,也为全队出征宁超定下了奋进的基调。

据路彦龙介绍,球队赛前训练重点围绕体能夯实、战术打磨、攻防演练和实战磨合等方面展开。考虑到队员们白天需要上班上学,训练时间特意安排在每天晚上7点。大家准时相约球场,投入高强度训练。训练伊始,先进行耐力跑、折返跑、力量训练等体能专项,针对不同球员的体能短板精准强化,着力提升全队的全场续航能力。随后转入技战术训练,教练组根据队员个人特点与对手战术风格,制定了以防守反击和边路突破为核心的战术体系,反复演练传切配合、边路传中、中路包抄等固定战术套路,力求让每一次传球、每一次跑位都形成肌肉记忆,确保战术执行流畅默契。

与此同时,肖传陆还特意安排内部对抗赛,模拟正式比赛的节奏与高强度对抗,帮助队员尽快适应赛场氛围,并通过实战精准查找自身不足、优化阵容配置。每次训练结束后,教练组都会第一时间组织复盘,针对个人技术短板和团队配合漏洞逐一分析、耐心纠正,细化到每一次跑位、每一次传球、每一次防守站位,力求在揭幕战前将所有问题逐一解决,以最完善的状态迎接挑战。

“我们的目标非常明确,首先是打好揭幕战,在主场拿下开门红,为整个赛季筑牢信心、凝聚士气;长远来看,我们要全力冲击联赛前三,充分展现银川足球的实力与风采。”教练组成员表示,这支队伍年轻有冲劲、有活力,队员们态度端正、训练刻苦。虽然都是业余球员,但他们对足球的热爱、对家乡的责任感,丝毫不输职业球员。“揭幕战在览山公园举行,有家乡父老现场助威呐喊,我们一定会全力以赴、奋勇拼搏,踢出风格、踢出水平,不辜负这座城市的期待,不辜负每一份热爱与支持。”

01 严选优选强班底 聚力备战向宁超

为全力备战2026年宁超联赛,银川市体育局牵头统筹,精心组建银川市代表队,并于4月5日顺利完成队员选拔工作。据球队负责人陈昆介绍,本次选拔以身体素质测试与实战对抗为核心,设置了30米冲刺、职业联赛12分钟跑、立定跳远等专业测试项目。选拔组在全方位观察评估中,不仅关注球员的身体素质和足球基础技术,更注重考察场上战术意识、攻防执行力、实战表现,以及团队配合默契度与竞技精神,力求多维度筛选出最具实力与潜力的球员。经过层层筛选和严格考核,最终敲定44人正式参赛名单。一支平均年龄仅23岁的青春之师正式组建,将代表银川市出征本届宁超联赛,展现首府青年的足球风采。

记者在采访中了解到,银川市代表队队员来源广泛、结构多元,其中以大学生为主力,涵盖宁夏大学、宁夏工商职业技术大学、宁夏体育职业学院等本地高校,也不乏来自成都体育学院、西安利物浦大学等外地高校的优秀学子。同时,队伍广泛吸纳社会各界优秀年轻足球爱好者,全力挖掘本土足球人才,充实后备力量。

“这些队员中,最小的18岁,最大的27岁。既有朝气蓬勃的大学生、兢兢业业的上班族,也有学校的体育老师、深耕青训的足球教练。他们始终坚守对足球的热爱,利用业余时间奔赴赛场,是银川业余足球的中坚力量。所有人都怀揣着同一个目标——为城市荣誉而战。”陈昆告诉记者,目前银川队阵容储备充足、配置均衡,攻防体系完备,全面覆盖前锋、中场、后卫、门将等各个位置。队员们赛事履历丰富,多人曾征战全国锦标赛、大学生四级联赛,部分球员更拥有中冠联赛、足协杯的参赛及首发经历,为球队征战宁超打下了坚实基础。

“我们不仅要在宁超赛场上争荣誉,更要以赛事为契机,发掘本土足球人才、培育后备力量,推动全市足球运动高质量发展。”陈昆表示,为提升队伍竞争力,银川市特别邀请执教经验丰富的高级教练肖传陆担任主教练。年逾七旬的肖传陆,是宁夏足球队最早一批队员之一,1977年从国少青年队入选国家队,退役后深耕足球教练岗位数十年,履历亮眼、经验深厚。作为亚足联A级教练,他战术素养扎实、执教风格严谨,曾带领广东女足斩获多届全运会奖牌,培养出韦海英、高红等女足国脚,以及曹阳、谢育新等男足球星,专业能力备受业界认可。此外,银川队还配备了两名持有亚足联教练资质、拥有职业联赛相关经历的市体校助理教练,同时配有专职体能教练、队医等保障人员,从训练指导、体能储备到医疗防护,为球员的训和比赛提供全方位、全流程支持,全力护航队伍征战宁超联赛。

队员正在训练。



记者 吴春霖 文/图

随着2026年宁夏足球超级联赛(以下简称“宁超联赛”)的日益临近,塞上湖城银川的足球热情再度被点燃,澎湃涌动。作为宁夏足球多年积淀后的全新升级之作,本届宁超联赛首次采用主客场双循环赛制,来自全区的8支本土劲旅集结出征,将在银川、石嘴山、吴忠等8个赛区的绿茵场上,展开为期近半年的56场巅峰对决。这场赛事的意义早已超越单纯的11人对垒,正升华为一场联动全城、燃动全区的城际足球狂欢。而银川队,这支承载着首府荣誉与万千市民期盼的队伍,正以昂扬的斗志、饱满的姿态厉兵秣马,全力备战5月1日的揭幕战,用每一滴汗水、每一次奔跑,诠释“为银川而战”的热血初心。