



## 后天, 宁波FC中甲首秀

# 杨林: 深度融入 不负期待

### 人物名片

杨林, 宁波FC主教练。球员时期曾先后效力大连实德、河南建业等俱乐部, 并入选国奥队及国家队; 后任上海嘉定汇龙队主教练。

### 核心观点

- 宁波FC现阶段应以稳定为核心, 先筑牢根基、磨合状态, 再稳步推进目标, 一步一个脚印实现突破
- 宁波FC将主动融入宁波城市文化, 不负球迷期待, 以敢拼不服输的精气神、自律专业的好风气, 打造专属城市的足球印记和宁波特色足球名片, 与城市共生共荣
- 足球发展的核心是抓好青训。宁波FC将以一线队成绩带动青少年足球热情, 完善梯队建设, 打通人才成长通道, 推动宁波足球人才培养形成良性循环



宁波职业足球俱乐部2026赛季全家福。

## A 稳扎稳打, “保八争六”

**记者:** 外界评价您战术纪律严明、防守体系稳固、作风硬朗, 同时您带队以善打硬仗、保级与升级成功率高著称, 面对中甲的激烈竞争, 您的制胜逻辑是什么?

**杨林:** 要取得好成绩, 核心在于团队。足球运动就像一项系统工程, 需要方方面面的协同发力。无论是后勤保障、俱乐部的规范运营, 还是教练组的战术制定、球员的执行落实, 每一个环节都不可或缺。从执教理念来讲, 任何一名教练都应把防守放在首位, 在此基础上再去打磨进攻端的表现。到目前为止, 球队攻防两端仍在不断磨合, 力求拿出更出色的表现, 为取得好成绩奠定基础。

我个人非常崇拜利物浦队前主教练克洛普, 他执教时所展现的全攻全守打法, 让人印象深

刻。他带领的球队在英超赛场上, 不仅战术纪律性极强, 执行战术的态度也极为坚决, 每一场比赛都能做到100%投入。因此, 我始终希望我的队员能在赛场上拿出100%的战术执行力, 保持充沛的体能, 踢出血性与拼劲, 不负每一次训练, 不负每一场比赛。

我们今年引进的3名外援都具备较强的实力, 至于进攻端的具体表现, 请大家多到现场观赛, 为宁波FC加油助威。

**记者:** 作为一支刚落户宁波的“新军”, 您如何帮助宁波FC筑牢根基? 在此前的签约仪式上, 俱乐部提出“立足中甲、稳步冲超”的阶段性目标, 您如何理解并落地?

**杨林:** 球队从1月3日开始集中训练, 除了春节放假了一周,

我们拥有7周的备战时间。目前球队正处于稳步提升的阶段, 整体态势在往好的方向发展, 每一名球员都在全力以赴地投入训练, 打磨战术、提升默契程度。

球队刚搬迁到宁波, 还有很多筹备工作需要逐步推进, 稳定是重中之重。我们现阶段的核心思路就是稳扎稳打, 先把球队自身的基础打牢、展现最好的状态, 后续随着各项工作的逐步完善, 很多事情就能水到渠成。

今年的具体目标是“保八争六”。新赛季第一场比赛, 我们就要面对一支冲超热门球队。但是, 宁波FC不惧怕任何对手, 无论面对什么样的强敌, 我们都会全力以赴、放手一搏。今年的中甲联赛上, 我们会坚守自己的风格, 严格按照既定目标, 稳扎稳打、一步一个脚印, 稳步推进各项备战和比赛工作, 力争完成预期目标。

## B 扎根宁波, 全力以赴

**记者:** 您之前在踢球或者担任教练的时候来过宁波吗, 这次球队从上海嘉定搬到宁波, 有没有新的感受?

**杨林:** 我曾经以球员的身份来宁波踢过职业比赛。这次我换了身份再度来到这座城市, 身上的责任截然不同, 不仅要聚焦比赛本身、球队建设与竞技成绩, 更看到宁波这座城市对足球运动的期待, 这份责任让我坚定全力以赴的决心。

宁波是一座务实向上、底蕴深厚且风景秀丽的城市。我个人非常喜欢宁波, 无论是城市的整体氛围、蓬勃的活力, 还是良好的经济发展态势、舒适的气候条

件, 都让我倍感亲切。宁波同时拥有扎实的业余足球基础, 这让我对在这里开展足球工作充满信心。相信随着联赛的逐步推进, 我们球队将深度融入宁波的城市发展。

**记者:** 宁波时隔17年再度迎来职业足球队, 这支球队能为宁波这座城市带来什么? 此外, 对于主场氛围营造与球迷文化建设, 您有怎样的设想?

**杨林:** 宁波的球迷朋友是球队最坚实的“第十二人”。足球比赛有赢有输, 有喜悦也会有沮丧, 我希望大家能坚守这份支持。在球队取胜时, 与我们一同欢呼庆祝; 在球队战绩不佳时, 与我们并肩承担、共渡难关。宁波FC力争成为宁波这座城市积极向上、奋勇争先精神的代表之一, 球队会全力以赴争取更好的成

绩, 不辜负大家的期待。

关于球队能为宁波这座城市带来什么, 我有几点想法:

首先, 带来一股精气神, 无论对手强弱、无论身处顺境还是逆境, 球队都将保持敢拼敢抢、不服输、不放弃的劲头, 踢出血性与担当, 展现一股坚韧不拔的精神风貌;

其次, 带来一份属于宁波足球的记忆, 让球迷记住这支为城市拼搏的队伍, 让足球为这座城市增添更多魅力。

至于主场氛围与球迷文化建设, 我认为, 主场是球队最坚强的后盾, 希望宁波能形成一种文明、有序、有激情、有温度且尊重足球的球迷文化。我期待每一个主场的看台上, 都能响起整齐响亮、温暖有力量的呐喊声, 让宁波成为中甲最靓的主场, 成为凝聚城市力量、传递城市精神的重要载体。

## C 青训为基, 循序渐进

**记者:** 作为中生代本土教练代表, 您觉得当下中国足球最需要坚持什么? 从球员到教练, 您职业生涯最宝贵的经验是什么?

**杨林:** 我从事执教工作至今已有8个年头, 在这段时间里, 我见证了中国足球的诸多发展与变化, 也深刻体会到, 足球运动有其自身的发展规律。

当下中国足球首先需要坚持的就是抓好青训工作, 完善青训体系。足球运动的核心终究是年轻人, 只有扎扎实实地做好青训, 稳步夯实人才基础, 成年队的成绩才会随着青训成果的逐步显现, 中国足球才能真正实现良性发展。

就我个人的执教理念而言, 无论是对职业足球的理解, 还是对球队的管理, 我一直坚持两点: 一是严格抓好训练和比赛的纪律, 这是球队能打出好成绩的基础, 也是我日常管理中最注重的环节; 二是在生活中多关心、关爱球员。足球固然是球员的职业, 但绝不是他们生活的全部。通过精细化的管理, 关注球员的生活细节, 让他们在球队中感受到归属感, 营造更融洽、更有凝聚力的团队氛围, 这样的球队, 成绩自然不会差。

从我自身的经历来看, 球员的核心是管理好自己、做好本职工作。我希望我们的球员能具备敬业精神和自律意识, 这不仅是作为职业球员的基本素养, 更是他们职业生涯能够走得更远、走得更稳的关键。我也会通过日常的训练、管理和言传身教, 把这些理念传递给每一名队员, 引导他们成长为更优秀的职业球员。

**记者:** 宁波青少年足球在全省乃至全国范围内都成绩斐然。宁波FC最近在招募年轻球员, 您如何看待球队的梯队建设? 宁波FC会对宁波青少年足球发展产生什么样的影响?

**杨林:** 宁波有许多热爱足球的孩子, 也有很多支持孩子踢足球的家长。我认为, 宁波FC一线队的优异战绩, 能带动宁波足球青训事业的发展; 宁波FC能让更多孩子和家长看到足球运动的未来, 愿意把孩子送到足球场, 去感受足球的魅力、追逐足球梦。

一座城市拥有一支职业足球队, 能带动一系列相关领域的发展, 其中就包括校园足球、青训工作及职业队自身的梯队建设。这是一个环环相扣、循序渐进的体系, 需要一步步搭建、逐步完善。职业队的存在, 无疑会为宁波青训事业的发展提供强大的助力和良好的推动作用, 让整个宁波足球的人才培养形成良性循环, 也为宁波的小球员提供更广阔的成长平台和发展空间。

“新赛季, 我们要把提高球队成绩作为核心工作, 踢出激情、踢出血性、踢出精彩。”近日, 宁波FC(宁波职业足球俱乐部)主教练杨林在出征仪式上如是说。

今年1月, 原上海嘉定汇龙足球俱乐部完成迁移注册, 正式更名为宁波职业足球俱乐部。时隔17年, 宁波再度拥有一支征战中甲联赛的职业球队。3月14日, 宁波FC将在客场挑战广东广州豹队, 迎来新赛季首战, 同时正式踏上中甲新征程。

新赛季开始前, 球队主教练杨林接受了本报的采访。从球队建设、青训传承到球迷文化、城市名片, 杨林不仅谈到了球队新赛季的备战情况与阵容磨合, 也分享了自己的执教理念, 更表达了球队扎根宁波、不负城市期待的决心。

记者 龚旭琪 孙宇卓  
本版图片由宁波FC提供



宁波FC进行友谊赛。



宁波FC出征仪式。