

结束“无帅期” 迅速投入状态 新帅莱科首训像个“老父亲”

上海海港俱乐部在新年的第一天宣布了克罗地亚人伊万·莱科成为球队新的主帅，而在将近1个月之后，莱科终于提起教鞭，开启了海港的执教生涯。

青年报记者 张逸麟

上周六上午，结束了隔离的伊万·莱科和他的助手库斯托维奇、斯蒂尔一起来到了世纪公园训练基地，全新的教练组揭开神秘的面纱，亮相在大家面前。上午9点半，莱科教练团队早于正式训练前一小时就已经抵达基地，开始训练前的准备工作，其中训练所需的标志物、障碍物都是经过教练组严格的步距测量码放，位置不准确后的微小调整，都显得非常严谨。同时，教练团队也与陆续到达的球员亲切问候，与在场的工作人员也都是微笑致意，“亲和力十足”是莱科教练及其团队给人的第一印象。

随着训练的开始，莱科教练团队更多展示给人的是认真与专注的一面，无论是热身环节细致入微的动作要求，还是传接球训练时对跑位的亲身示范都是如此。伴随着莱科教练的叫喊声不停地响彻在训练场，高强度的训练已经让球员的面颊上流下汗珠。

训练课持续了两个多小时，训练过程在紧凑的同时，训练强度也较前几日增加了许多，要求也更加严格，除了对各个项目的训练时间精确到秒之外，“团队足球”也是莱科教练不断提及的一个词，可以感受到新教练的执教风格中，团队凝聚力将是重要的组成部分。

昨天，莱科继续带队训练，球员们在教练组的带领下进行慢跑热身，以及通过变速跑来调整训练时的身体状态。之后

的有球训练，传接球练习也是延续了前一天的高标准，队员要保证在快节奏的同时还要注重传接球整体的连贯性，并且通过不断的步法调整、跑位来提升训练强度。随后队员们在教练组的带领下进行半场分组对抗，让队员们寻找下比赛的感觉。

相比于上周六莱科教练团队与队员们的首次见面正式交谈，昨天训练前则是与队员们有了更多的私下交流，在这期间教练组与每名队员的脸上都挂满了笑容，氛围融洽。而训练过程当中教练组也是通过不断的指令声来要求大家，细致到具体球员的动作纠正时，教练组也能准确地喊出每一名球员的名字进行具体要求。

值得一提的是，莱科教练团队中的另外两位助手罗基奇和贝特斯，将在2月初抵达。此外外援阿瑙托维奇也和莱科一起投入到了全队的合练。随着全新的教练组投入到球队的冬训备战，正式宣告球队度过了此次冬训的“恢复期”，开始全力冲刺新赛季的冬训备战。按照计划，球队将于2月15日前往海口进行第二阶段的冬训，希望以全新的面貌，良好的状态，迎接全新赛季的到来。当然，俱乐部也表示，目前的各项工作计划将严格按照防疫防控相关要求，根据新赛季赛程的安排，有序进行并及时调整。

据悉，莱科将于今天下午前往球队未来的新主场上汽浦东足球场，并正式与媒体见面。



莱科教练团队带领队员训练。

本版受访者供图

乘风破浪展风华 凝心聚力再出发 上海新浦口腔荣获青春上海 Act+ 年度人气活动奖



凛冬的上海，位于杨浦区的互联宝地演播厅内气氛却尤其热烈——一年一度的“上海共青团新媒体影响力大赛决赛暨颁奖仪式”在这里进行了足足四个小时的现场pk加颁奖环节。小编们以视频对战“火药味”十足，以热血青春致敬时代！现场不但有小编们精心准备的情景剧、脱口秀、人屏互动、直播带货……在备受瞩目的颁奖环节，“上海共青团乘风破浪新媒体”、“上海共青团优秀微信公众号”、“最佳微信推文”等奖项被一一颁出。值得一提的是，上海共青团青年网络互动平台青春上海 Act+ 年度各奖项角逐也非常激烈，新浦口腔作为为数不多的社会组织，凭借《小小牙医体验活动》在“青春上海 Act+ 年度人气活动”中脱颖而出。

“小小牙医”是青春上海 Act+ 携手新浦口腔于2020年暑期前后推出的职业体验活动之一，一经推出，就收到了平台粉丝踊跃的报名——家长们希望通过这样的机会，让孩子们从小养成良好的口腔习惯。同时，在孩子的心中，埋下一颗职业的小种子。

几次体验活动后，不管是青春上海 Act+ 平台还是上海新浦口腔都收到了非常多的反馈与好评。原本只是想带女儿来“玩玩”的吴春元就在接受采访时表示，完全没想到在实景体验环节中，医生就发现了小朋友有颗蛀牙。“平时工作比较忙，都是爷爷奶奶带得多，可能在小朋友吃零食之后也没有注意及时督促她刷牙。”像这样的情况绝对不是少数，庆幸的是，很多小朋友在体验活动中学会了正确刷牙的知识，回去之后不但自己变



得比从前更注意口腔卫生，还会督促爷爷奶奶和爸爸妈妈，让全家都对口腔健康有了全新的认识。

而上海新浦口腔也正是通过这些活动和消费者进行了正面并有效的“沟通”：“很多孩子都特别怕看牙，他们在成长期经常会因为蛀牙等问题不得不过来医院，经常是我们医生什么都没做呢，孩子就吓哭了。所以我们想通过职业体验活动，给小朋友科普口腔治疗的一些小知识，了解各种治疗器械和过程，让他们通过自己亲身体验来学习怎样正确刷牙、看牙的过程到底是怎样的。”上海新浦口腔市场部总监袁永斐先生介绍说。

据悉，除了“小小牙医体验活动”，上

海新浦口腔还在2020年陆续推出针对青年白领的“夜门诊”服务，倾情加盟浦东新区直管企业职工嘉年华、上海乐享生活嘉年华等，并先后开展了科普讲座、免费咨询等健康公益活动百余场，收获了各方面的好评，同时也成为业界全新的风向标。

2021年是中国共产党成立100周年，是“十四五”规划开局之年，也是第二个百年目标新征程的开启之年。上海新浦口腔将继续乘风破浪，创新各类活动，推出各项诊疗举措，践行比学赶超，对标行业一流，迎头赶上；深耕产品，为周边社区群众乃至全上海市民带来更多利民惠民的口腔公益行动。

王嫣