

# 踢进大学

是幸运还是实力？  
是天赋还是努力？

青春耀动的六月，1193万学子参加了2022年高考  
其中约13000人冲刺足球单招及足球高水平运动队  
最终，近3000人依靠足球特长圆了自己的大学梦

出品/《新闻周刊》工作室  
撰稿/摄影 半岛全媒体首席记者 杜金城（署名除外）  
主编 李伟志 策划 王蕾 李伟志 责编 宋总业  
美编 宁付兴 审读 孙宝学 封面素材/视觉中国

## 决战，不在赛场在考场

又是一年秋风劲，人间九月开学季。两个月前，青岛小伙戴天宇以足球成绩第一名、高考成绩接近500分考进北京大学法学院，轰动一时。和戴天宇相比，通过足球单招考入长春师范大学的陈家豪会稍显“普通”。但在家人和他自己看来，这一高考结果无疑是非常幸运的。靠踢足球上大学，真的是一条通往象牙塔的捷径吗？

### 普通的“幸运儿”

“上大学后肯定还得接着踢，前面两年多时间真是踢够了……”说起踢球这件事，小伙子的语气中有一份骄傲，也有一份无奈。

从7月末收到长春师范大学的录取通知书后，陈家豪彻底放松下来，先和朋友去重庆旅游了一趟；回青岛后，他决定体验生活，到地铁公司实践了几周，“主要是检票，或是在进出站口维持一下站内秩序”；甚至，他偶尔还会约上三五好友去打打篮球……

在陈家豪假期所有的计划安排中，唯独没有“足球”这一项。

通过足球特长生考大学，是陈家豪在高二时做出的抉择。在此之前，他已经有四五年的时间没有动过足球了。“小学的时候在校队踢球，上了初中之后就没时间踢了。到了高中，觉得自己学习成绩很一般，单凭文化课成绩很难考到心仪的学校。其实，自己也有点艺术特长，但综合多方面考虑，还是决定重走足球这条路。”

如今再说起当初所做的重要决定，陈家豪还是一脸轻松。可这样的决定，在陈家豪妈妈王丽眼中，在当时是个很难接受的变化，“我和他爸都不是搞体育的，虽然他家从小身体素质挺好，能跑能跳的，但考虑到孩子好多年没踢球了，高中文化课任务本来就繁重，重新练球肯定要占据很大一部分精力，就怕他到最后两头都落下。”

不过考虑再三，王丽和丈夫还是决定尊重孩子的意愿。

从高二开始，陈家豪始终保持着平日早上上午上课下午训练、节假日一天两练的节奏，无论是刮风下雨、顶风冒雪，几乎没有一天休息过。王丽在那段时间生怕孩子身体吃不消，尽可能地给儿子生活上更多关心，“其实，除了嘘寒问暖，再就是饮食上多照顾他，其他的也真帮不了什么。看着孩子整天起早贪黑，除了学习还得踢球，感觉那段时间特别辛苦，也挺心疼他的。”

妈妈口中的“辛苦”，或许陈家豪早已不放在心上，甚至让他回忆一件踢球时印象深刻的事，他思索半天后，也只能以一句“不太记得”来应对。但一次伤病的经历，却让他刻骨铭心——

“就是今年4月份的时候，训练把脚崴了，特别严重，疼得下不了地，按照通知的日期，足球全国体育单招统考就在5月进行，当时以我的情况，肯定是考不了了……”

幸运的是，就在陈家豪受伤不久，因为疫情防控等原因，足球统考的时间推迟到了6月中下旬，也就是高考之后。“感觉这孩子太幸运了，真的感觉有些事就是冥冥之中的安排，孩子的努力付出最终没有白费。”回忆起那段时光，王丽依旧会有些激动。

难以逾越的关卡

笔试前的紧张情绪可以随着时间慢慢化解，足球特长生考前的紧张情绪，却很可能在几分钟时间里让他们一年甚至几年的备战毁于一旦。

高考是人生的转折点，既是十二年寒窗苦读的一次检阅，也是开启未来漫漫人生路的重要一站。面对这样重要的人生节点，没有人考前不紧张。

2022年的足球全国体育单招考试，取消了以往可以高校联考或是高校自主考试的规定，改为全国统考，时间为6月11日至24日。男足项目的测试地点定在了沈阳体育学院。

陈家豪是和20多名俱乐部队友一起赶往沈阳的。母亲王丽本打算跟着一起去，可因为防疫政策，加上小伙伴们一起出行，教练在临行前给家长们吃了“定心丸”，让她大着胆子放开了儿子的手。

今年的足球单招考试内容相对简单明了，共分为4项，分别是28米吊准、带球绕杆、折返跑与分组实战。其中，前3项每项满分为20分，分组实战的满分为40分。

让考生们普遍头疼的是第一项——28米吊准。这个项目要求队员原地发力踢球，将足球送到28米外一个画定的小区域内。考试时一共给6次机会，允许出现1次失误。如果5次都将球送进规定区域，就能够拿到20分的满分，失误1次扣4分。

在两年多的备战训练中，陈家豪和队友们练习最多的项目就是“吊准”。他们的教练吕赛曾在青岛二中担任足球队教练，在指导这个项目时曾说过：“‘吊准’其实没啥捷径和窍门，就是得反复练，特别枯燥，一直练到让肌肉形成记忆，考试的时候才有可能踢出好成绩。”

可就算形成了肌肉记忆，考前的紧张情绪也会让考试成绩出现很大波动。“大伙就是担心比赛当天的场地条件、天气情况，如果碰上刮风下雨天，那可就麻烦了。”陈家豪回忆起刚到沈阳的头天晚上，好多队友紧张到失眠。

果然，第二天的考试过程中，“吊准”还是成了很多考生的噩梦。“难就难在受心理波动影响太大，有一个球吊不准，后面很可能接连失误，太多考生在这个项目上拿了零分。”吕赛回忆起考试当天的场景，不住地摇着头。

任何一项测试出现比较大的失误，都可能意味着一年的备战训练打了水漂。所以，在足球单招的考场上经常能碰到“二番战”甚至“三番战”的选手，考的次数多虽然意味着经验丰富，但也意味着他们背负了更大压力，出现失误的可能性也更大。

所有人都意识到了，心理问题是足球单招考试中一道难以逾越的关卡。为此，教练们平日里没少想办法，除了训练中模拟考试场景给队员增加测试外，甚至会给队员们请来心理医生，辅导他们赛前该如何应对、调整紧张情绪。

陈家豪平日里是那种“神经大条”的人，用母亲王丽的话说，“做事有点懒散，啥事不太往心里装，没心没肺的。”可这样的性格，在考试时反而成了他取胜的“法宝”。

在“吊准”项目上，陈家豪只失误了一次，带球绕杆基本达到了满分。折返跑和实战的成绩也都不错。“我的足球考试总成绩是87.5分，这个分数和我平时训练测试的成绩基本一致，甚至还稍微高一点，可以说是把我的训练水平全部发挥出来了。”

陈家豪的俱乐部队友戴天宇，更是在这次全国统考中拿下了96.3分的超高分，这个成绩也是所有报考北大足球生里的第一名。

(下转A10版)



在两年多的备战训练中，陈家豪和队友们练习最多的项目就是“28米吊准”。



虽然跟哥哥相差十几岁，但丝毫不影响4岁的小妹成为陈家豪的忠实“球迷”。