十年如一绿茵梦

那方足球乐土，一块绿草如茵的足球场供其奔跑
他们说
草根 踢球不为别的
球队心目中期待已久的
见习记者 马忆玲 图个高兴
家

因爱足球 业余球员相聚永康绿茵场

5月27日，“2018金华市华宇设计杯”春季联赛历经一个多月的小组赛、淘汰赛、半决赛，终于迎来在金华足球场的最后一轮决赛。永康青年足球队作为唯一一支代表永康参赛的足球队，不负众望率先踢进二球，最终以2:1战胜了夺冠大热门的东道主华宇设计队。让球员倍感兴奋的是，这个具有高含金量的冠军奖杯恰恰是献给球队建队10周年的最佳礼物。

夺冠当晚，被评为“最佳球员”的李东旭的朋友圈也是热闹了好一阵。回顾这场胜利时，这位29岁的球队队长除了兴奋，更多的是“天道酬勤”的欣慰。李东旭说，这是永康青年足球队继2016年获金华甲级联赛冠军后的又一个金华地区冠军，加上两届永康本地足球联赛的冠军以及多个小型赛事的冠军，球队凭着一股昂扬斗志，成为了我市业余足球的典范，也在金华地区“踢出”了名气。而每一份荣誉背后，是团队协作和集体奉献凝聚成的精气神。

业余足球不同于职业足球，抛开球员的身份，人人都有自己的主业。在精力和时间都有限的情况下，组织者在一支球队中的重要性就凸显了出来。除了召集参赛人员、填报名表、通知开赛时间等基础的组织工作外，身为领队的王若甲甚至包揽了后勤服务、医疗保障等工作。当他选择主动扛起这些大大小小的杂务时，也就意味着接受了上场机会的“缩水”。对此，王若甲笑称，一支好的业余足球队一定与“无私奉献”挂钩，比如说队费自筹、抽出与家人相聚的时间、不计较出场率等。正所谓有“舍”才有“得”，最终换来的是球队的集体归属感和凝聚力。

目前，永康青年足球队队员已达40多名，平均年龄在28岁左右，其中不乏如孙波、李浩这般40来岁的中年球员。他们来自各行各业各地，只因热爱足球而相聚到永康。43岁的孙波曾是我市第一支业余足球队“漫步者”的创始人之一，拥有足球教练证的他以永康足协代表的身份加入了青年队，担任守门员。“球队每周三会进行2小时的集训，周六、周日组织各项球赛，出勤率基本在八成以上。私底下，我们就像一个大家庭，一起去音乐酒吧看球，过几天正准备一块儿去摘杨梅呢！”孙波说，业余球队由于没有利益纠葛，反而使得球员们对足球本身的热爱更显纯粹。

足球魅力 彰显球队拼搏协作精神

2018俄罗斯世界杯开幕的日子近在眼前，李东旭已经早早买好了世界杯的门票，他打算到时穿上“永康青年队”的队服亲临现场观球。而其余的球员兄弟们则约好了相聚老地方——球队队员开的音乐酒吧（ONE'S BAR），统一穿上队服看球。当记者问起是否能推荐一些我市的看球好去处时，王若甲面露难色，“对于球迷而言，看球的好场地仍然难得，这跟足球氛围不无关系。”

谈及我市的足球氛围，王若甲称正在日益浓厚起来，这确是一件大好事。他说，足球是一项正能量满满的运动，身在其中的人能深刻感受到它的独特美。“这种美是力量之美、速度之美。因为是运动，它也就被赋予了一种血性——勇敢拼搏，争当胜者。而不分你我、互相协作的团队精神是足球魅力最核心的部分。”如今，像丽州中学、解放小学等学校对青训足球的重视可见一斑，毫无疑问，这象征着在足球领域中不断有年轻血液的注入。那么，这是否表示我市的足球前景值得期待呢？

对此，孙波给出了一个非常坚定的答案 场地欠缺是一道必须要跨过的坎。尽管青训足球方面已经引起了重视，但对于业余足球爱好者来说，我市可以提供给他们的“绿洲”堪称匮乏。不包括中小学校内的足球场地，城区范围内目前可供使用的公共足球场只有体育馆内的八人制场地。在孙波看来，这直接导致了永康的“球荒”，这也正是为何相比于篮球、乒乓球，足球的受众范围始终偏窄的根源问题。“一个城市至少需要一个大型足球场，它所带来的社会效益是巨大的。一环紧扣一环，正是因为没有场地，我们永康始终无法开展大规模的足球赛事。踢球、看球无去处，氛围也就难以形成。”

聚焦世界杯 陪你看球赛

黄金时间 一起happy

这届世界杯，球迷有福了。

包括最后的决赛在内，整个世界杯有23个比赛日，总共37场比赛会在北京时间晚上8时至12时这个黄金时间开球。最终的决赛时段也很不错，7月15日（周日）晚上的11时，基本上不会耽误第二天上班。另外，世界杯开赛后的第一个周末就精彩纷呈，从6月15日（周五）晚上8时到6月17日（周日）晚上11时，51小时内有9场比赛等你来观看，一次过足瘾。

眼睛基本上不用像熊猫宝宝一样了，不用变着法子跟老板请假了，只要能把遥控器从老婆手里抢过来就可以了（呃，好像这个最难……）。不过，我们还是先欢呼庆祝吧。万一球赛很精彩，老婆也愿意陪你一起看球了呢。

健康小贴士

本届世界杯的赛程虽然已经算比较“亲民”了，但还有许多赛事是安排在半夜。熬夜对人的身体伤害很大，该如何缓解呢？下面这份世界杯期间的健康小贴士请收好。

1. 用茶包敷眼

晚上长时间看球，最容易伤害到的就是眼睛。可以将已经泡过茶的湿茶包敷在眼睛上，能够有效地缓解眼睛疲劳、干涩等问题。

2. 吃香蕉补充能量

熬夜，意味着大脑晚上还要“加班”。这时，适合吃些香蕉。因为在摄入香蕉后，能够给大脑补充酪氨酸，及时给大脑补充能量。

3. 比赛开始前抓紧补眠

在下班后到比赛开始前的这段时间可以睡一下，让劳累一天的身体有个缓冲。

4. 学会控制情绪

看球时不要过度兴奋，防止诱发心脑血管等疾病。有这类病史的朋友，最好有家人陪伴。如看球过程中出现胸闷、心脏不适等症状时，须立即停止观看，情况严重时要立即送医院就诊。