

2025/2026  
富滇银行云南城市足球联赛  
WWW.YUNNANFOOTBALLCITY.LIGUE

彩云追

球

滇超联赛·特别报道



# 昆明队如何克服“成长的烦恼”

都市时报全媒体记者 贺靖

14日，当终场哨响彻保山奥体中心，记分牌上的比分定格为7比6。看台上，远道而来的数百名昆明球迷陷入短暂的沉寂。这并非预想中的剧本。作为公认的强队之一，昆明队在滇超联赛首秀中，客场点球大战不敌赛前普遍不被看好的保山队，爆出了首轮最大冷门。

诚然，联赛初始阶段一场比赛的胜负不足以定义整个赛季。然而，这场意料之外的失利，如同一面镜子，清晰地映照出球队在启航之初面临的诸多挑战。通往成功的道路上必须跨越的沟壑横在眼前，从心态到战术，从临场发挥到客场适应，昆明队需要一次全面的“体检”与“升级”。

## “冷水”当头浇下方知滇超联赛无弱旅

赛后新闻发布会上，昆明队主教练方亚林向获胜的保山队表示了祝贺，同时强调保山队全队上下众志成城、顽强拼搏的精神值得昆明队学习。

纵观整场比赛，确实如方亚林所说，保山队虽然在整体技战术上和昆明队相比有明显差距，但他们从开场第一分钟就展现出“光脚不怕穿鞋”的搏杀气势，用不知疲倦的奔跑和强硬的对抗，筑起一道坚固的屏障，让昆明队一波接一波的冲击无功而返。

昆明队在控球率和传球成功率上占据明显优势，全场大部分时间掌控着比赛节奏。然而，足球比赛的胜负最终取决于将优势转化为进球的能力，而在这方面，昆明队暴露出尖锐的问题。

首先，是“得势不得分”的痼疾。全场比赛，昆明队创造了无数射门机会，却只换来一个进球，锋线球员在关键机会的把握上显得不够冷静。反观保山队，虽然进攻机会寥寥，却高效地将其转化为进球。

其次，对定位球的处理有失水准。比赛中，昆明队前场角球、任意球多达十余次，却很难形成真正有威胁的攻门。在现代足球中，定位球往往是打破僵局或改变战局的利器，昆明队显然存在巨大提升空间。

再者，昆明队在由攻转守的瞬间，偶尔会出现注意力不够集中的情况。保山队的进球就是在一次反击中，在以少打多的情况下造成昆明队禁区出现混乱，从而偷袭得手。

方亚林赛后分析：“我们坚持传控的方向没有错，这也能最大限度发挥我们球员的技术



保山队的反击造成昆明队门前混乱 赛事组委会 图

特点。但传控不是目的，是手段。我们需要在保持控球率的基础上，提升门前把握机会的能力，以及将定位球机会转化为得分的能力。”

其实比赛下半场，昆明队已经做出一些改变，扳平比分的一球正是一次战术角球配合后将球传向后点，由替补上场的91号鲁宋扬头球破门。

这场失利，恰似一盆及时的冷水，浇醒了昆明队有些发热的头脑。它仿佛宣告：滇超联赛中并没有绝对的“鱼腩”，昆明队在接下来的比赛中，要做足面对困难情况的思想和技术准备。本场对保山队的比赛，坑洼不平的场地严重限制了昆明队技术细腻、传接球流畅等特点的发挥，而未来的征程中，他们将多次踏上更为艰难的客场，唯有建立起强大的心理抗压能力和专注度，才能将客场比赛的劣势降到最低。

放下身段，卸下思想包袱，以挑战者的姿态去拼每一个对手，这或许是本场失利带给昆明队最关键的心态转变。

## 看台上的“第12人” 昆明队继续前行的最强动力

比赛结束后，随队远征的昆明球迷的举动，成为保山奥体中心最温暖的画面。他们没有指责，没有抱怨，而是整齐地高唱起昆明队的助威歌曲。“昆明，战斗！”的歌声响彻球场，昆明队队员在看台下驻足，向远道而来的球迷鼓掌致谢，眼神中含着愧疚与感动。

这次昆明队赴保山的客场之旅，有数百名忠实球迷随队出征。13日早上，昆明站候车大厅里，一片蓝色的海洋在此汇聚。身穿昆明队蓝色球衣的球迷拖着行李，脸上洋溢着期待与兴奋。他们将搭乘球迷专列随队前往保山，现场见证昆明队滇超联

赛第一场客场比赛。

“保山，我们来了！”随着专列缓缓驶出站台，车厢内爆发出震耳欲聋的欢呼声。走进5号车厢，映入眼帘的是密密麻麻的蓝色旗帜和围巾，昆明球迷协会负责人张宇燕正忙着分发助威道具。“我们提前两周就开始组织这次远征，设计制作横幅，自创助威口号和歌曲。”她擦了擦额头的汗，“报名人数远远超出预期，光是乘坐专列的昆明球迷就有百余人，再加上自驾和坐其他趟列车的，这次远征保山的昆明球迷至少有数百名”。

更令人动容的是在14日深夜返回昆明的球迷专列上。经历了白天声嘶力竭的呐喊助威后，大部分球迷的声音已有些嘶哑，大家自发地回看比赛录像，积极讨论、分析，为球队加油打气。“输了一起扛，赢了一起狂！”一名老球迷的话道出了所有支持者的心声。他们知道，昆明队征战滇超联赛的道路绝非坦途，球队需要的不是苛责，而是不离不弃的支持。

年轻的昆明队中，许多球员是第一次经历如此大的场面，第一次感受到如此强烈的客场对抗。球迷在逆境中展现出的包容与坚定，无疑是给球员们的一剂强心针。来自看台的力量，是球队未来在困难时刻咬牙坚持的重要精神支柱。

## 滇超联赛首轮战罢 群雄并起格局初显

昆明队的爆冷失利，仅仅是滇超联赛首轮激烈竞争的一个缩影。纵观其他赛场，滇超联赛已然呈现出“群雄并起”的激烈态势。

主场作战的玉溪队与丽江队表现抢眼，分别以4比0、5比0的大比分完胜怒江队和文山

队，楚雄队和红河队则客场奏凯。另外4场比赛均在90分钟内战成平局，最终西双版纳队、普洱队、曲靖队、保山队通过点球大战脱颖而出。

开局不顺，对于志在冲顶的昆明队而言，既是压力，也是最好的警醒和鞭策。联赛的深度与广度，要求他们必须做得比以往更好、更稳定。跌倒一次不可怕，重要的是，重新站起来，再次出发。

## 积分榜

第一阶段 截至 2025年12月14日

名次	球队	场次	胜/平/负	进球	失球	积分
1	丽江队 Lijiang	1	1/0/0	5	0	3
2	玉溪队 Yuxi	1	1/0/0	4	0	3
3	红河队 Honghe	1	1/0/0	2	1	3
4	楚雄队 Chuxiong	1	1/0/0	1	0	3
5	普洱队 Pu'er	1	0/1/0	2	2	2
6	保山队 Baoshan	1	0/1/0	1	1	2
7	曲靖队 Qujing	1	0/1/0	1	1	2
8	西双版纳队 Xishuangbanna	1	0/1/0	0	0	2
9	临沧队 Lincang	1	0/0/1	2	2	0
10	昆明队 Kunming	1	0/0/1	1	1	0
11	迪庆队 Diqing	1	0/0/1	1	1	0
12	昭通队 Zhaotong	1	0/0/1	0	0	0
13	德宏队 Dehong	1	0/0/1	1	2	0
14	大理队 Dali	1	0/0/1	0	1	0
15	怒江队 Nujiang	1	0/0/1	0	4	0
16	文山队 Wenshan	1	0/0/1	0	5	0



扫码回看比赛



扫码关注更多报道