

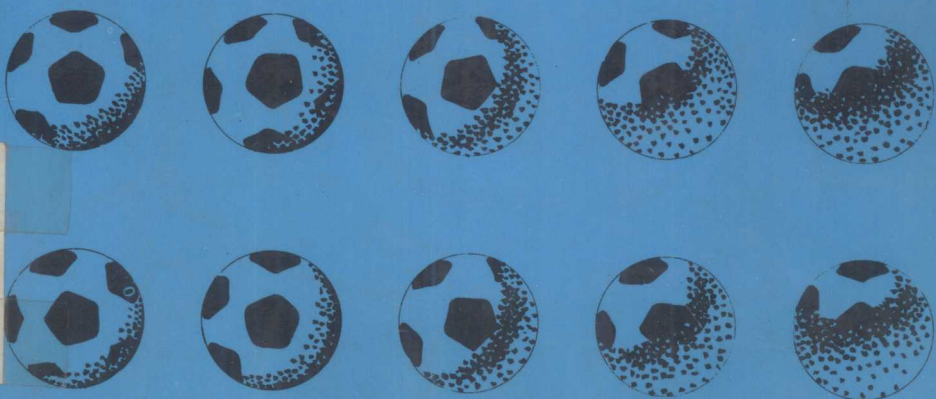


主编:刘国江
尹怀容

1316-

足球成功有路

足球成功有路



新华出版社

《“1316”——足球成功有路》

主编：刘国江、尹怀容

作者：孟宪武、李富胜

刘慧荣、王敏琴等

插图：曹友廉

新 华 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

1316足球成功有路／刘国江，尹怀容主编．—北京：新华出版社，1994.6

ISBN 7-5011-2588-0

I. 13… II. ①刘… ②尹… III. 小足球运动-运动训练法 IV. G843.2

中国版本图书馆CIP数据核字(94)第06440号



▲1984年7月第三届“中青杯”率“1316”少年班组成的八一青年队在沈阳夺冠后，教练组成员的合影。刘国江、张世训、尹怀容、孟宪武(自左到右)



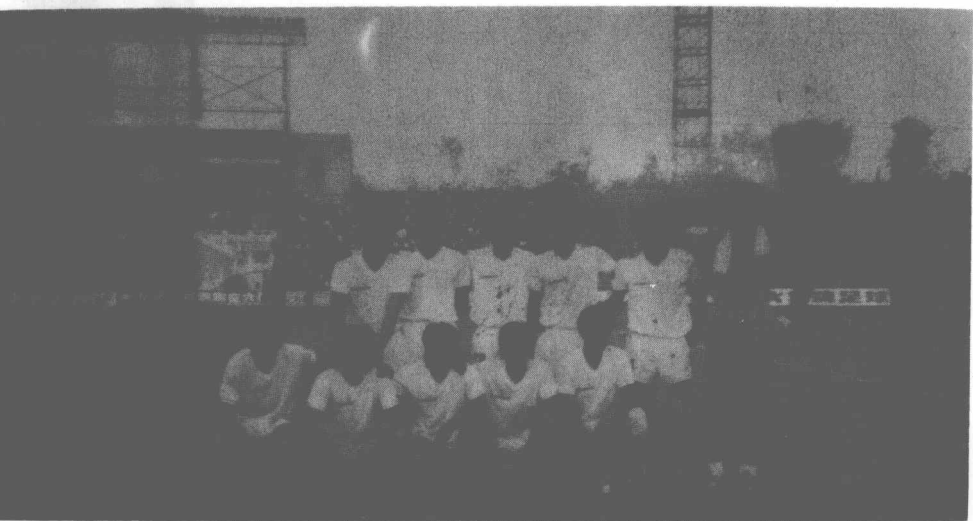
▲第三届“中青杯”胜埃及队夺冠军后，全体成员合影。



“1316”少年班捧得的第一个金杯
1984年7月在沈阳第三届“中青杯”
胜埃及队夺冠军，队长王涛举杯。



▲倒勾人：郝海东(13岁时)
1983年12月14日



▲十年铸剑。1990年10月14日于武汉新华路体育场该批平均年龄
21.3的队员代表八一足球队夺得当年首届中国优胜杯冠军、当年

尹怀容

一、令人珍惜的岁月

(一) 历史的回顾

中国足球几十年来一直为“冲出亚洲，走向世界”这一并非是十分豪迈的目标而不懈地奋斗。前进的步伐确是缓慢而艰辛的。本书几位作者已是年过半百的人了，作为教练员也罢，科研人员也罢，执著地为这个令人充满激情的目标的实现，已付出了40多年的心血。尽管40多年宝贵的时光流逝而去，尽管我们一遍又一遍地吞食着失败的苦果，我们却从未善罢甘休，而是振奋精神，为着中国足球的辉煌未来而苦斗。本书所记述的就是在此期内，一批人（运动员、教练员、科研人员）用自己的心血换来的经验和教训，它从一个侧面折射出中国足球的一段奋斗历程。

1972年全国体工会议提出我国某些主要运动项目要在3、5年内达到世界最高水平的奋斗目标。足球是所有运动项目中的后进项目，只能将“冲出亚洲”作为近期的目标。70年代初，由于当时国内外政治形势所限，我们同其他国家交往甚少。近邻朝鲜的国家足球队及几支足球劲旅（平壤队、“二·八”队等），同我国常举办一些友好互访赛。当时我国足球的水平同朝鲜相比，还有一定差距：1971年我国国家队1：4败给朝鲜国家队；1973年初朝鲜平壤队，“二·八”队在广州、上海、南京同我国广东队、辽宁队、上海队、北京队的比赛中，占据较明显的优势（主要表现在体能和激烈对抗能

力上)。1974年第7届亚运会足球赛,我国未进入前4名。1976年第6届亚洲杯,我国国家队虽取得第3名的好成绩,但同冠军伊朗队,亚军科威特队尚有明显差距。70年代以来,世界足球和亚洲足坛足球水平提高很快,职业足球迅猛发展,亚洲西亚诸国足球水准的提高尤为突出。面对亚洲足坛的严峻形势,中国足球要想冲出亚洲,确是任重而道远。

1972年12月至1973年3月在上海举办“文化大革命”后第一次全国优秀足球队的冬季集训。国家队及辽宁队、北京队、上海队等8支优秀一线队及青训队、辽青队、广东队、河北队等几支优秀青年队冒着凛冽的寒风和苦雨(2月份有24天下雨)进行为期3个多月的冬季集训。

1973年底至1974年初我国优秀成年队、青年队的冬季集训又转移到广州、昆明、梧州。集训期限同样长达3个多月。

1975年底至1976年初,1976年底至1977年初,1977年底至1978年初,1978年底至1979年初,几乎年年都要举办全国优秀成年队、青年队的长达三四个月的冬季集训。70年代我国足球界为振兴中国足球所做出的种种努力,在体育界是有目共睹的。从国家体委足球处的工作人员到广大的教练员、运动员以及其他足球工作者,连续好多年在元旦、春节这样的佳节不能同自己的家人共享天伦之乐。由于足球这个项目的特殊性(必须躲避北方天寒地冻的漫长冬季,到南方去冬训;足球比赛频繁,竞赛期长),战斗在第一线的人们,每年有长达8、9个月的时间要离开自己的家人,忍受长时间离别的痛苦。正如一位优秀甲级队的教练员所言:“同外国同行相比,我们所付出的辛劳和代价可能太大了。”

年年冬训提出的首要任务是树立一丝不苟、严格认真、勤学苦练的训练作风。同朝鲜队相比,在训练作风上我们存在着明显的差距;同“文化大革命”前1965年、1966年时我们自己的训练作风相

比,同样是存在着相当的差距。当时,从上到下一致认识到没有良好的、过硬的训练作风的保证,我国的足球水平很难迅速提高,“冲出亚洲”的近期奋斗目标也难以实现。70年代我国足球的训练作风同50年代末“大跃进”年代的冲天干劲,60年代初的全国学解放军、运动队学日本大松博文训练日本女排的拼搏精神相比,已呈每况愈下之势。尽管年年提、年年抓,甚至作为冬训的首要任务来抓,不良的训练作风依然无明显改观。队伍集训中,如果说在上个国家体委主管足球的领导督促,下有各兄弟球队的相互评比激励,此时所表现出来的作风尚不能令人满意,那么当球队各自回到原省市去训练时,情况之不妙就是可以想象的了。

训练不严格、不自觉、不刻苦的严重弊端如何才能彻底改变呢?难!太难了!这在70年代就早已成为阻碍我国足球水平迅速提高的老大难问题了。这一状况的存在,而且长期不能彻底根治,恐怕是整个社会在体制上形成的“吃大锅饭”的后果使然,因而有其深刻的社会根源。

本书作者亲身参加我国足球历年来的优秀足球队的集训,对于训练体制上存在“吃大锅饭”的严重弊端,对于多年来存在的老大难问题——训练作风不过硬,有着切身的体会,并对此深感忧虑。

足球运动深为广大群众所喜爱,被称之为“世界第一运动”、球中之王。广大群众对于我国足球的落后状况十分不满,强烈要求中国足球尽快冲出亚洲,走向世界。我国足球的领导层,深感自己肩负的责任重大,多年来他们同广大教练员、运动员和足球工作者一起,为振兴中国足球,付出了艰辛的努力。但是,无论是陈家亮、年维泗,或是后来提任中国足协主席的袁伟民,他们都无法彻底扭转足球训练工作不景气,训练作风放松散懒的现状。20多年过去了,“冲出亚洲”的所谓最低目标,仍然是可望而不可及。

中国足球的出路何在?面对当时一线队伍训练不景气的现状,面对优秀一线队训练作风差而又无能为力的现实,本书几位作者不约而同认为:在寄希望改革旧体制的同时,只有把希望寄托在潜心培养青少年足球运动员这一具有重要战略意义的工作上,通过8~10年的艰苦努力,培养出一批作风硬、技术尖的高水平的优秀足球运动员,“冲出亚洲,走向世界”的夙愿才有可能实现。

(二) 邓小平讲:足球必须“从娃娃搞起”

1974年1月4日邓小平同志高屋建瓴指出:“足球不从娃娃搞起,是上不去的!”一语中的,抓住了根本。

如今偶有报载此事,只是讲,邓小平同志当年曾经说过“足球要从娃娃搞起”,一语带过,其实不然。是日,邓小平对当时的国家体委主任王猛及李梦华说:“关于部队到地方找运动员的事,你们可以分给他们一批,由他们自己训练,出了成绩也是中国的嘛!业余队太少也不行,军队可以养一半,水平提高了也都是中国的。钱、名额军队都没有困难,好解决!”又说:“可以把军队变成一个‘屯兵’的地方,国内比赛劲头都不小,要到国际上为国争光。增加娃娃的事要专门写个报告,要包括军队在内,各大军区都要有队。足球不从娃娃搞起,是上不去的!”。

作为党和国家领导人,邓小平同志这一番专门针对足球事业的话,讲得那样认真,那样精彩,那样在行,那样具体,实为建国来所仅有,当时在中国足球界引起强烈震撼。讲话提出了“从娃娃搞起”、到“国际上争光”、军队“屯兵”等一系列可供实际操作的指示和办法,可以说几乎是手把手地领着中国足球界有关人士跨入了足球运动弃旧图新、寻求改革发展与振兴的大门。

迷雾已经冲破,方向已经指正,眼睛已经擦亮。下面,就看足球界上上下下怎么具体去干,去实际操作、运转了。

(三) 先行者的脚印

1972 年底,笔者等参加上海自“文革”后第一次举办的优秀足球队冬季集训时,一条消息引起了我们极大的震动!我国老一辈优秀球员、著名教练员冼迪雄,基于对当时成年优秀队技术水平低劣的现状的担忧,毅然放弃广东一队主教练的位置,主动要求组建一支年龄在 12~14 岁的广东少年足球队,盼望经过六七年的努力,改变广东足球水平不理想的现状。冼指导这一有识壮举,实在令人钦佩,令人感慨。广东少年队后来于 1974 年正式组建。

1976 年初全国优秀成年队冬训在广州举办,集训办公室设在广州二沙头体育训练中心。这使我们有更多的机会亲眼目睹冼指导带领的广东少年队的训练和比赛。当时这支年仅 14、15 岁的少年队,所表现出来的娴熟的球艺和良好的比赛意识,使我们那些优秀成年队的教练员和参加冬训工作的足坛知名人士颇感惊讶。从此这支少年队的成长引起人们格外的关注。笔者更是以一种特有的巨大热情关注着这支少年队,并利用在二沙头集训的机会同冼指导多次恳谈,搜集了该队的详细情况和有关资料。

由冼指导执教的这支广东少年队伍经过六七年系统的严格训练,终于培养出了池明华、杨霖、王惠良、吴玉华、黄德保、黄军伟等一批国家级优秀球员,成材率高达 80% 以上(输送到广东一队)。这是一次大胆而成功的实验,在我国足坛受到广泛好评。

笔者从一位青年队教练来自 1977 年全国青年分区赛的信得知,年龄比其他队小一二岁的广东少年队(15~17 岁),以 6 胜 2 平的成绩获得该赛区第 1 名。信中说:“该队平均年龄 16 岁多,但队员已从事专业训练四五年之久,较之其他青年队除身材条件较差外,其他各方面均处于领先地位……。他们以良好的球场作风,细腻的技术,默契的配合,敢于战斗、勇于取胜的精神赢得了观众

的欢迎,受到大会、各队、裁判的极高评价。”

同年下半年,足坛一位知名人士从在西安举行的全国青年队决赛期间给笔者的来信中写道:“给我留下印象最深的是广东二队(即广东少年队),该队的传接意识超群,就传接意识而言,他们超过了所有成年队、包括国内几支优秀队。”

几乎与广东少年队同时组建的八一少年队(1960年出生的),后来也培养出了像朱波、王振杰、李津春(1959年生)、庄连胜等国家级优秀球员。

70年代以来,正当我国优秀成年队整个训练工作出现不景气,我国足球水平处于长期停滞不前的令人担忧的境况时,人们从广东少年队那儿看到了希望。要想振兴中国足球,只能寄希望于未来,寄希望于青少年一代球员身上。广东少年队茁壮成长的事实和宝贵的经验,激励着我们展开更大规模、更为大胆的造就中国球星、振兴我国足球的试验。

广东少年队建队两年后,我国一些优秀专业队又相继组建了自己的少年队(1962年、1963年出生的)。其中水平较高的有辽宁、八一一队,而上海、北京、广东、天津等地则是以省、市中心体校队(半训半读)的形式培养优秀青少年队员。1979年第4届全国运动会足球比赛特设少年组的比赛(17岁以下,1962年以后出生的)。广东、上海、北京、天津4个队获得前4名。少年队的比赛表现出了较高的水平,看了他们的比赛给人以希望,令人振奋。而另两支与前4名队水平相当的优秀少年队和由倪继德执教的辽宁队、由杨礼敏执教的八一队,则排在5~8名。特别值得一提的是,这支辽宁少年队即是后来在80年代末、90年代初在我国足坛闻名遐迩,取得辉煌成绩,获得10连冠的辽宁队(后由李应发、杨玉敏先后执教)。从这支球队中涌现出了为广大球迷十分熟悉和热爱的一批优秀运动员如付玉彬、高升、王军、唐跃东、马林、李华筠等。

这几支优秀少年队的出现和成长,为我们根据邓小平同志指示而要进行的大胆试验提供了宝贵的经验,同时也从以倪继德为代表执教少年队、青年队的有作为的教练员身上吸取了力量。

(四) 酝酿实验“从娃娃搞起”

当时,在国际体坛上出现的重要趋势也引起我们对优秀青少年运动员早期和多年的高水平培训工作的极大兴趣。70年代,世界上很多运动项目的成绩出现突飞猛进的发展势头,据各国专家分析,这是与从事各个项目的运动员的年龄越来越小,增强了青少年训练工作的科学性分不开的。在游泳、体操、跳水和某些田径项目中少年运动员都表现出了的巨大才能。世界上一些体育强国十分重视在青少年中大力普及体育运动,并在广泛普及的基础上进行科学的早期专门化训练。

例如,在原东德全国 378 万 6~18 岁少年儿童中,就有 305 万人参加了 1970 年各级少年运动会。他们认为小学 1~4 年级(7~10 岁)是少年训练打基础的重要阶段。小学 4 年毕业时达到身体训练标准的少年(11 岁),即被选送到体育寄宿学校进一步深造。参加基层选拔赛的少年运动员总人数,1965 年为 170 万,1972 年增至 375 万,翻了一番多。这是东德运动水平迅速提高的重要原因之一。

前苏联 1973 年已有 4000 所少体校,1975 年全国少体校发展指标是:学生不少于 188 万,教练员不少于 5.4 万(当时我国体校学生总人数才只有 20 多万人)。

美国每年公布于众的各年龄组的全国纪录从 6 岁就有了。美国业余体育联合会 1950 年公布的游泳年龄组别比赛制度共分 6 个组(6 岁以下和 7~16 岁)。这对促进游泳水平的提高起了很大

作用。据认为美国在1960年奥运会游泳比赛取得优异成绩与此密不可分。

美国密辛·维约游泳俱乐部拥有558名8至15岁左右的青少年。他们在著名教练舒伯特的指导下,进行多年的艰苦训练。该俱乐部后来培养出了一批又一批世界冠军。人口只有五六百万的古巴,为了培养篮球的高中锋,专门成立了一所“巨人体校”。日本女排教练山田从12岁的少女中组成国家少年队,准备夺取1988年奥运会的世界冠军。

世界上一些足球强国,也十分重视青少年足球运动员的培训工作。原西德、英格兰、荷兰等国家的一些著名职业足球俱乐部,下设有22个儿童队和少年队(年龄最小的队员8岁)。世界冠军原西德队(1974年)的著名运动员贝肯鲍尔、穆勒、马耶尔、霍内斯等都是“巴伐利亚”俱乐部自己培养出来的。世界最优秀的前锋,荷兰的克鲁伊夫也是“飞燕诺”俱乐部培养的(8岁就进入该俱乐部儿童队)。

巴西各职业俱乐部都设有一所少年足球学校,共有9~15岁的学生50~60名。前苏联每个甲级足球队也设有少年足球学校,如基辅“迪纳摩”俱乐部的少年足球学校有200名学生,9个年龄组,每组20~40人,最小的仅9岁。1970年被评为欧洲最佳足球运动员的布洛辛,就是该俱乐部培养出来的。

世界上最著名的足球运动员巴西的贝利,也是通过早期专门化训练这条道路培养出来的。贝利10岁前就开始玩球,11岁参加全市街道赛(获第2名),12岁参加俱乐部少年队,开始正规训练和比赛。该队连续3年获全市青少年比赛冠军。同时又参加全市室内小型足球赛,获冠军。贝利被评为最佳射手,共射进40个球。此时,不足14岁的贝利已声誉全城。15岁参加著名的“桑托斯”俱乐部队,同职业选手们一块训练,同时又代表该俱乐部青年队参加

比赛。16岁时已在优秀成年职业队的角逐中初露锋芒,并成为巴西国家队队员。17岁代表俱乐部队参加全国比赛,获最佳射手称号。1958年不足18岁的贝利代表巴西参加在瑞典举行的第6届世界杯比赛并获冠军。贝利名扬全球。

其他一些世界著名球星同贝利一样,也有着相同的运动经历。即从8~9岁开始踢球,经过7~8年严格系统的训练,到17~19岁时就已成为世界级水平的运动员了。

通过上述国内外许多典型生动的材料,使我们深刻认识到,少年儿童足球运动员的多年训练在我国已成为现实问题,越来越引起人们的重视。足球运动同其他运动项目一样,在青少年运动员身上蕴藏着的运动才能,有可能在早年表现出优秀的运动成绩。所以,中国足球的出路和希望,也只有寄托在青少年一代足球运动员身上。我们正是抱着这样的目的,以极大的热情和兴趣,下决心对少年儿童足球运动员多年培养的规律性进行探索和研究。

八一少年足球实验队就是在这样的追求和热望中,克服一个又一个困难,通过曲折的道路才诞生的。

(五) 曲径通幽

为了研究“优秀青少年足球运动员多年训练的规律性”这一重大课题,国家体委科研所足球组为此作了多年的准备。从1973年冬到1974年春在广西梧州训练基地就参予了为期3个半月全国优秀青少年队冬季集训的组织领导工作,并且以曾雪麟指导执教的北京青年队作为蹲点研究的对象。我们同曾指导一起,对青少年训练的有关问题,进行了十分活跃而有益的探讨。另外,从1976年至1979年又同北京体育馆体校由金正民执教的儿童队(8~10岁)进行了为期3年多的合作,共同组织训练,探讨儿童足球训练

的有关问题。该队于1979年代表北京市参加在大连金县举行的全国小学足球队比赛，获第3名。

与此同时，几年来为配合这个课题的研究，我们查阅资料，了解国外儿童、少年足球运动员多年培训方面的现状和发展趋势，并调查了贝利、贝肯鲍尔、克鲁伊夫等世界著名球员的成长过程和宝贵经验。在此基础上，我们又草拟出一份《优秀青少年足球运动员多年训练和科研的初步设想方案》。通过以上种种努力，愈加坚定了我们从事这项训练科研工作的信心。

1979年国务院批转了国家体委《关于提高我国足球技术水平若干措施的请示》报告，这真是千载难逢的极好机会。党和国家领导对足球的巨大关怀，是对我们这项研究工作的极大支持和鼓励。也正是在这个时候，国家体委批给北京体院450人的专业运动员的编制，让北京体院筹办运动技术学校，以探索从小培养优秀运动员的新途径。

北京体院有着良好的教学训练条件，生活设施完善，便于严格管理，又具有雄厚的技术力量。同北京体院合作，共同组建一支小足球队，进行多年培训的大胆的科学探讨，确实不失为最理想的选择。为此在科研所副所长王汝英的带领下，我们匆匆赶到北京体院，同以赵斌院长为首的有关部门的领导举行了一次会议。双方对于这一重大课题的研究很感兴趣，并很快取得一致意见，决定共同创办一支少年足球试验队。工作进展顺利，现在关键是要得到国家体委领导的认可和批准。为此，我们草拟了一份报告，呈送国家体委领导，请示在北京体院附属运动技术学校增设足球项目，在450人之内拨给50个名额，于1980年招生。

这份报告呈送给李梦华、黄中、徐寅生、陈先几位主管运动队的副主任。他们在体委办公会议上议定：“同意搞科研，但难以增加人和钱，体院450人的编制完全搞单项，不能再增三大球的编制，

不同意给 20 人搞足球小队的试验。”

陈先、黄中二位副主任的意见是，不同意这样小搞，北京体院运动技术学校要集中力量搞好游、田、体、举四大重点项目。今后可给足球 250 人编制，拟在天津成立一所足球运动技术学校（然而，后来这样的设想未能付诸实施）。

国家体委领导作出关于不同意我们在体院设立小足球试验队的决定有它一定的理由（但这些理由并不能令人信服），但这一决定给予我们的打击太大了！酝酿良久，筹划多年的一项十分有意义而又令人神往的探索从小培养球员的科学训练的方案，濒临流产的边缘。面对这样的现实，使我们处于万分焦急和不安之中。真是“青天不负有心人”。正当我们走头无路之时，我们得知八一体工大队正准备筹建一支小足球队。

当时任八一体工队主要负责人之一的大队长黄烈同志，是我们的老相识，他是一位十分受人尊敬的老前辈、老领导。尽管身居要职，领导工作任务繁忙，他都能挤出时间刻苦钻研业务，热衷于对运动训练和足球理论问题的研究，并有不少文章和专著问世。以往，我们在工作中经常得到他的教诲和帮助。在足球理论和学术研究上也经常同他共同探讨，他是一位不可多得的良师益友。

重新满怀希望的我们，匆匆赶到远在 30 公里以外位于西北郊红山口的八一体工队驻地，黄烈同志在家里热情接待了我们。正是在黄烈同志的大力支持、帮助和指导下，八一少年足球试验队才有可能组建起来。就队伍如何组建的问题，我们同负责小队的足球中队长王新生，教练刘国江、李宙哲一起，就组队的任务，多年训练和研究的规划草案，招收多大年龄的队员，选材的标准，测验的项目和内容以及这个年龄（11、12 岁）的人选在全国足球重点省市的基本情况，进行了深入细致的研究，取得了丰硕的成果。在送旧迎新之际，我们怀着强烈的工作欲望和进行大胆的科学试验的激情，

迎来了充满生机和希望的 80 年代的第一个春天。

在春暖花开的阳春 3 月,我们兵分两路,离开北京开始了招收小队员的选材工作。按照事先的分工,刘国江、孟宪武负责广东、上海、山东、大连、沈阳、长春、延边等省市招生工作;尹怀容、李宙哲以及王新生 3 人,先后到了天津、武汉、西安、长沙、南宁、北京等市。从 3 月至 6 月,在长达 4 个多月的时间里,我们跑遍了全国 11 个省市共 15 个城市和地区,经过初、复两次筛选,最后选中了 22 名队员,其中 1967 年生(13 岁)8 人、1968 年生(12 岁)10 人、1969 年生(11 岁)3 人、1970 年生(10 岁)1 人。当然,由于诸多原因,有一些条件很好,很有发展前途的同龄小队员,我们不能够全招到八一少年队来。像在广州,上海,天津,北京等地就有这种情况。因此,可以说,我们从全国主要省市挑选了一批比较理想、有相当发展潜力的小队员,应该说,选材工作基本上是令人满意的。

就这样,在八一体工队和国家体委科研所双方领导的大力支持下,在国家体委球类司足球处的关怀下,八一少年足球试验队终于在 1980 年 8 月 1 日正式建队了。一个为期 6~8 年的重大科研课题和一项大胆的试验,就这样开始了。因为旨在突出强调 13~16 岁是少年打基础的关键时期,故这支试验队伍便被足球界有识之士名其代号为“1316”实验队。

(六) 建队任务和预定目标

不用讳言,我们建队的首要任务是出人才。这就要借鉴其他运动项目和世界足球强国的先进经验,结合我国当前的具体情况,探索从小造就球星的新路子 and 成才的规律性,就是要培养出一批高水平的优秀足球运动员,为实现我国足球“冲出亚洲,走向世界”作出我们应有的贡献。