



匈牙利國家 足球混合隊學習

隨匈牙利國家足球混合隊學習小組編

人民體育出版社

向匈牙利國家足球 混合隊學習

隨匈牙利國家足球混合隊學習小組編

人民體育出版社

一九五四年·北京

向匈牙利國家足球混合隊學習

內容提要 這本書是隨匈牙利國家足球混合隊學習小組的學習總結。內容有匈牙利國家足球混合隊報告會的記錄、足球的基本技術、足球的戰略戰術和指導訓練工作等。書中材料豐富新穎，是足球愛好者，足球運動員、指導員和體育教師的優良學習參考書籍。

書號111 種類15 32開本 63千字 116定價頁

編 者 隨 匈 牙 利 國 家
足 球 混 合 隊 學 習 小 組

出 版 者 人 民 體 育 出 版 社
北 京 八 面 槽 九 號

發 行 者 新 華 書 店

印 刷 者 北 京 新 華 印 刷 廠 分 廠

印數1—12,000冊 一九五四年十一月第一版
每冊定價3,200元 一九五四年十一月第一次印刷
(北京市書刊出版業營業許可證出字第〇四九號)

前 言

匈牙利國家足球混合隊曾於今年二月間來我國訪問，在北京、上海和武漢三地先後與我國各足球代表隊舉行了十一場比賽、三場表演賽。在各場比賽中該隊全體隊員都表現了集體主義的精神嫺熟的合作方法和精湛的個人技術。這充分說明了：匈牙利國家足球混合隊，是人民民主國家培養出來的新型的優秀運動員。他們的卓越成就給我國廣大的觀眾、體育工作者和足球運動員留下了極深刻的印象。

在訪問我國的期間，匈牙利國家足球混合隊的領隊，總指導和指導曾親自指導了我國足球隊員們練習，同時還在各地舉行了報告會和座談會。通過這些方式，他們介紹了很多寶貴的經驗和先進的方法，更明確地指出了我國足球隊員今後應努力的方向。此外還糾正了我們以往對戰略思想、規則和裁判工作等方面的一些不正確認識。所有這些，對今後我國足球運動的開展和足球技術水平的提高都有很大的幫助。

爲了更好地學習匈牙利國家足球混合隊的先進經驗，中央人民政府體育運動委員會曾組織了一個學習小組跟隨該隊進行短期的學習。現將學習小組的學習總結初步加以整理編印成冊，供給大家參考。由於學習小組同志們業務水平的限制，內容難免有不全面和不正確的地方，希望讀者提出意見再做研究。

目 錄

匈牙利國家足球混合隊報告會記錄	1
基本技術	12
一 基本技術的重要和要求	12
二 基本技術的分類	14
(一) 踢球	14
(二) 停球	21
(三) 運球(帶球)	26
(四) 頂球	28
(五) 搶球	29
(六) 擲界外球	32
(七) 傳球	32
(八) 射門	36
(九) 假動作	39
(十) 守門員的動作	41
戰略戰術	44
一 擬訂戰略戰術的原則及其重要性	44
二 一般常用的幾種戰術	46
三 進攻戰術	51
四 防守戰術	66
指導與訓練工作	77
一 指導工作	77
二 訓練工作	79

匈牙利國家足球混合隊報告會記錄

親愛的同志們和朋友們！

我們今天的報告的目的，是爲了就我們的經驗和觀點來向中國同志們介紹一些足球運動中的重要問題。我們的報告可分爲三部分：第一部分簡單地介紹一下足球運動的歷史；第二部分是關於匈牙利足球運動的發展及其現在情況；第三部分談到足球運動中的要點、技術、戰術和教練員的工作。必須指出：在這三部分中，都有着許多很重要的問題，在一兩個鐘頭的時間內是不可能都講到的，現在，只能就最重要的問題來談，希望能對同志們有所幫助。

足球運動的歷史

足球是一種最普遍的運動，因此，專門從事足球運動的人，必須對足球運動的歷史有所瞭解，人類什麼時候開始從事球類運動，不可能很確切地知道，但是在十六七世紀的文字、圖書、浮雕中已經可以看到關於球類運動的記載和描寫，就是在已有了燦爛文化的古代的中國、王公貴族和有錢地主的子女們就已經玩着球了，這些都有地質學家發現的古物來作證明。歐洲，遠在羅馬帝國的時代，就已經從事球類運動了。羅馬帝國的兵士們在轉戰各國的時候，也隨軍攜帶着球，球類運動便是這樣傳入英國的。英國在中世紀的時候就已經有球類運動

了，但是，那時的球類運動還不像今天似的，那時的球類運動還是一種廣大羣衆可以參加的體育運動。參加打球的人數是不固定的。那時的球的直徑約有兩公尺到兩公尺半長。玩法是大家把球拿到村子外面去，兩個村子的人各站在一邊，雙方都努力將球托到對方的地區中，那一方做到這一點——使球留在對方的地區中，就算勝利。後來球的樣式改變了，改成用牛肚子吹起來做球。已經開始用腳來踢球，但是玩的人數還沒有規定。像今天這樣的有固定的球場和固定人數的足球運動，是一八六三年英國開始組織足球協會時才第一次出現的。但是，那時的玩法還和現在不一樣，除了守門員外，所有的球員都知道進攻，不注意防守的。

在足球運動的發展中，足球規則有了很大的改變，添進了「越位」等新規則，這些新規則在全世界足球運動的歷史上標誌着一個巨大的革命。從這時起，在各個國家中也出現了新的足球戰術方法，例如「WM」式、以後的「巴西式」、「四前鋒制」——最近兩三年以來的匈牙利式等戰術方法。

同志們，現在我們談談另一個重要問題。匈牙利足球運動的問題。一八九二年匈牙利大學生訪問了英國。他們在英國第一次看到了足球比賽，他們很喜歡這個新的運動，並把足球帶回了匈牙利。回國後，他們把足球給其他學生看，他們也很喜歡這種新運動，很快在大學生之間便開始了足球比賽。以後，布達佩斯足球俱樂部接着成立了。於一八九七年，匈牙利混合隊參加了第一次國際足球比賽，對芬蘭「克里凱切列克」隊，芬蘭隊有着豐富的經驗，獲得了勝利。此後，許多外國球隊，

尤其是英國球隊，都先後拜訪了布達佩斯。當時，英國足球在歐洲最好。和他們的比賽促進了匈牙利足球運動的迅速發展。

一九〇一年，匈牙利足球聯合會成立。這個聯合會的任務是用一切辦法使城鄉人民羣衆廣泛地愛好足球運動。在一九一〇年，全世界都知道了「弗倫茨城體育俱樂部」足球隊。一九二〇年，「匈牙利體育俱樂部（MTK）」足球隊在匈牙利足球運動中獲得了卓越的成就。一九二六年，在匈牙利出現了以足球爲職業的現象，這樣便可以使匈牙利優秀的足球運動員不致於跑到國外去。在霍爾蒂反動統治下，所有匈牙利勞動人民，連匈牙利運動員在內，都嘗受到了生活的困難。在匈牙利足球運動的發展方面，匈牙利足球選手隊參加了一九三八年的國際比賽，並獲得了第二名，這有着特別重大的意義。在霍爾蒂反動統治之下，匈牙利的體育運動沒有能獲得很大的成績。解放給體育方面也帶來了巨大的改變，偉大的蘇聯把我們的國家從法西斯的壓迫下解放出來，並給予體育運動和足球運動的發展以很大的可能，從那個時候起，優秀的足球專家們就一直指導着足球運動的發展。這裏匈牙利勞動人民黨經常的幫助有着重大的意義。由於黨的幫助，促成了足球運動的改革。我們撤換了不稱職的體育運動的領導者，吸收新的力量來參加領導工作。這些新的領導者們能很好地瞭解足球運動中的問題，並且十分關心我國勞動人民在體育運動方面的利益，這些人參加了經過改組的匈牙利足球聯合會的領導工作，他們以高度的熱情來開展我國的足球運動。一九五一年，按照匈牙利人民共和國政府的決定，在部長會議之下，設立了匈牙利全國體育運動

委員會。在一九五〇年，匈牙利全國的足球隊員只有四萬五千人，到一九五三年時，這個數目已經增長到十萬了。國家所給予的幫助大大地促進了足球運動巨大的發展。每一個足球隊員都保證能找到工作，因此，他就可以得到自己和家庭所需要的一切生活必需品。在改組了的體育運動組織的基礎上，建立了許多體育團體。在工會系統中，就出現了許多這樣的團體。那時就已經有「亨維德」、「巴士德」、「多若」、「霍勞達士」、「斯巴達枯斯」等比較大的體育團體。這些體育團體的組織吸引了更多的羣衆來參加足球運動。廣大羣衆的參加體育生活和這些體育團體的組成引起了體育運動在質量方面的發展，這個發展明顯地反映在匈牙利國家混合隊在比賽中所獲得的成績上。在解放前，匈牙利國家混合隊獲勝率只有百分之五十五，而在解放後這個比率增加到百分之七十九。特別好的是我們的足球運動員在國內的比賽成績。解放後，在國內舉行了廿二次和外國球隊的比賽，結果就有廿次獲得了勝利，二次打成平局。我們的國家混合隊在國內舉行的比賽中沒有一次失敗過，即使他們的對手都是歐洲最強的球隊。匈牙利國家混合隊曾與澳大利亞、意大利、瑞典、捷克斯洛伐克等國進行過比賽。運用蘇聯的先進經驗，大大促進了匈牙利的足球運動在質量上的發展，同時根本改變了足球的訓練方法。在解放以前，我們還不知道近代的足球訓練方法，當我們和蘇聯的運動員進行了比賽以後，使我們認識到沒有新的訓練方法是不可能很好發展體育運動的，因此，我們的足球運動員現在都是進行全面訓練，根本改變了我們的國家混合隊的訓練方法。在新的訓練

方法的基礎上，我們的足球運動員現在訓練得比以前更多了。我們的國家混合隊以及一些體育組織的球隊都在簡鍊傳球方式和增強速度方面獲得了良好的成就。以匈牙利國家混合隊的教練古斯達夫、雪具斯為首的匈牙利教練員們，特別重視改進進攻技術的問題。以前的進攻技術主要是在於多次短傳、慢傳和繞過對方等，而這種技術遇到了堅強的守衛時就很難取得好的成績。在改進進攻技術的基礎上，我們大多數的足球隊現在都採用了快速和簡鍊的方法，這樣就使得進攻技術更為成功。更加促使我們獲得比賽的成就。

解放以後，特別是最近幾年，我們的國際活動大大加多了。在一九五一年匈牙利國家混合隊只和三個外國球隊進行了比賽，而在一九五二年，除了參加奧林匹克運動會外，還和五個外國球隊進行了比賽，到一九五三年時就增加到了八次。匈牙利足球運動員過去和今後都積極參加國際足球活動，以促進足球運動的發展。在我們的黨的教導下，我們懂得多參加國際比賽將大大有助於世界和平的事業。在解放後，我們與各國的聯系每天都在增加和擴大着。我們和蘇聯許多主要的球隊（其中有莫斯科混合球隊等）的幾次比賽，對我們有很大幫助，給我們帶來了很多寶貴的經驗。我們的足球混合隊在一九五二年奧林匹克運動會上榮獲冠軍，並在一九五三年歐洲足球錦標賽上又取得了勝利。

除了我們的國家混合隊外，我們的俱樂部球隊也經常與外國球隊進行比賽，我們的主要幾個俱樂部球隊經常到各國去訪問，特別是人民民主國家和蘇聯。我們主動地擴大着與各國運

動員之間的聯系，主要是因為我們感到所有這些國際比賽都能使我們獲得新的經驗。我們知道只有不斷取得國際比賽的經驗，我們才可能保持住自己的成就。我們與偉大的中國的運動員所進行的比賽，也會使我們獲得很多有益的經驗，我們堅信這次到中國的訪問將對我們的足球運動的發展大有好處。為此我們感謝所有的中國朋友們！

根據目前匈牙利足球運動開展的情況，我還想簡單談談以下兩個問題。首先必須指出，在發展我們足球運動員的技術中，為運動員服務的醫生和醫療機關起了很大的作用，他們十分注意運動員的健康狀況，每個運動員每月都須經過兩次仔細的醫療檢查，檢查的結果要登記在自己的卡片上，這些檢查都是在專門的醫療機構中進行的，在匈牙利的首都就有十二個這樣的醫療機構。目前在省裏也有這樣的機構。參加勞衛制鍛鍊的運動員也都受醫療檢查。在布達佩斯有着可容二百個病床的專供運動員用的體育治療醫院，在這個醫院裏還有專門研究運動員健康問題的部門，同時，還可供醫生作實習之用。每個體育協會都有自己的醫生，這些醫生在運動員練習時都得參加，同時還經常舉行關於預防疾病、飲食營養及運動員生活制度方面的報告，這些醫生也跟着自己的球隊出國。各個體育組織的醫生還經常注意運動員的個人生活和工作，幫助他們解決各種生活問題。由於這些關懷，使得我們運動員的精神和身體都日益堅強，幫助他們取得比賽的勝利。在我們的國家裏，也和蘇聯一樣，對於運動員的深切關懷，說明着人是最寶貴的財富。

親愛的朋友們！我們的黨，政府和全體匈牙利人民的積極

支持在各方面都鼓舞我們爭取勝利。這一點，在報告一開始，我就提過了，由於這種支持，我們的足球混合隊戰勝了英國的足球混合隊。我想簡短地談談這場比賽的情況，我們與英國足球隊進行比賽的準備工作在半年以前就開始了，我們詳盡地精密地討論了這場比賽，匈牙利的每個足球隊員都明確了自己的任務。應該說明，英國方面爲了準備這場球賽也盡了最大的力量。英國的報紙上一連刊載了許多這方面的文章，其中指出：這場比賽將是現代運動史上一樁重大事件。與此同時英國輿論固執地認爲英國足球隊定會贏得勝利。然而事實與此相反，比賽一開始匈牙利足球隊就取得了主動地位，無論在戰術上、還是在技術上都遠遠地超過英國人。比賽的第一分鐘就攻入英國球門一球，消除了對匈牙利取得勝利的疑慮。

親愛的同志們！現在，我開始講報告中的第三個問題。我要扼要地講講足球技術。足球技術包括停球，踢球，頭頂球，傳球，運球、假動作，邊線擲球等。爲了在比賽中獲得勝利，必須嫺熟地掌握這幾種基本技術。這幾種基本技術掌握得差，我們就不能成爲優秀的足球隊員。同時，必須指出，掌握這幾種基本技術並不是一件簡而易行的事，要想學好，就要下苦工夫，只有，體育家和運動員每日不斷的、頑強的學習，才有可能掌握足球技術。下面我們分別研究一下上述幾項足球基本技術方法：

（一）停球：足球運動員想控制住球，必須運用停球方法。正確地掌握停球方法，表明在隊員停球後，球與隊員之間的距離不超過五十公分。停球後，隊員如何迅速而準確把球傳

出去是非常重要的。停球法對年輕的隊員來說尤為重要，應給予關懷和注意。正確的停球法也是有經驗的隊員不可忽略的，要使停球後能巧妙而準確地進行傳球。停球可運用腳掌、腳外側、腳內側、腳背，在個別情況下甚至用大腿等部分。這幾種停球法中最好的最正確的應該說是腳內側停球法，因為，運用這種停球法，對方隊員很難設法向該停球隊員進攻。

(二) 踢球：踢球是足球運動中最重要的一項動作。能正確地踢球，就意味着有能力準確而成功地組織進攻。學好踢球技術的確是不容易的，甚至有經驗的老隊員也不免有缺點。我們見到不少這種情況，有經驗的隊員踢球的姿勢並不正確，由此就不能順利地實現進攻計劃。

我們所知道的有以下幾種踢球的方法：

1. 腳尖踢球：這種踢球的方法很不常用，只有在不能用其他方法踢球時才採用。

2. 腳背踢球：現代的足球運動中，常用這種方法踢球。用這種方法可以迅速、有力和準確地傳球，但同時要說明掌握這種踢球的方法是最困難的。腳背踢球的方法就是支撐腳位於球的旁邊，用踢球腳的腳背踢球的正中央。學習這種踢法時，球員必須先練習踢定位球，然後踢活動球。

3. 腳內側踢球：用現代方法踢球的國家中，常用這種踢法。用這種方法可以在最困難的情況下把球準確地傳出。掌握這種踢球方法，需要很長時間來練習。同樣，學習這種踢法時也最好先練習踢定位球，然後再學踢活動球。

4. 腳外側踢球：這種踢法很不常用，只有在隊員不能用

其他方法踢球時才用。這種踢法不很準確，但是像其他踢法一樣，它也有自己的優點，就是經過頑強學習後，可以把球踢得特別有力。

用頭頂球：在現代足球中這是很重要的一種方法，在防守和進攻中都起着重要的作用。球較高不能用腳踢時，就要用頭頂球。頂球必須用心仔細的來學習。正確的頂球動作就是隊員站在球場上或跳起用前額的中央把球頂到所希望的方向去。

傳球：球踢得好壞，傳球起着特別重要的作用，只有掌握了迅速和準確的傳球技術，才能够很好的組織和順利地實行進攻。正確的傳球，就是要快而準。近十年來，傳球有了很大的發展，現代足球發展的國家，體育家都認真地研究各種傳球法，現在傳球在匈牙利足球運動員進攻中起着決定的作用。我們所瞭解的有以下幾種傳球方法：如短傳，遠傳，低傳，平傳，輕傳，半輕傳和硬傳。每一種傳球的方法都要求細心和長時間的練習才能掌握。每個運動員，尤其是青年運動員必須特別注意掌握正確傳球的方法。

運球：運球在現代足球中也起着重要的作用，特別是在組織進攻中。運球時的主要缺點就是多數的運動員較慢而且不準確。正確的運球，就是說運動員始終要控制住球。運球的方法有腳外側運球，腳內側運球和腳背運球，我們必須根據當時的條件採用最合適的運球方法。很好的運球對前鋒特別需要，但是在現代足球中對所有隊員也是非常需要的。學習運球時，必須先慢然後再快，逐漸加速，直到最大的速度。

（三）假動作：運用假動作意義很大，能在比賽中有助於

取得勝利。在現代足球技術中假動作已有相當的發展。目前，經常採用的是身體假動作，祇要我們肯頑強的，有系統地學習和鍛鍊，自然，就會正確的學好它。

(四) 邊線擲球：在不犯規的原則下當球出界時即執行界外擲球。擲球也有它簡單的規則，這是裁判員所精通的。從邊線上正確地擲球比起足球運動其它各項技術要容易得多。

親愛的同志們！現在，我們列舉幾項足球運動的基本技術來研究。學習好，掌握住這幾項基本技術是踢好足球不可缺少的。我再一次強調一點，在這個報告中我們只能從表面上指出現代足球運動中幾種技術的方法。現在，我再用幾句話談談足球技術。

在一場美妙的、成功的比賽中，足球技術的作用頗為顯著。什麼叫做足球技術呢？足球技術就是隊員用各種辦法使對方迷誤而終於取得良好成績的一連串動作。足球運動是一個集體運動，但是每個隊員在戰術上和技術上的熟練程度仍有重要意義。上面講過的幾種運動技術就是最重要的因素。研究掌握和發展這幾項運動技術不是件容易事情，它要求更多的工作。要靠各方面的關懷和充分的時間，同時還要研究學習另一隊隊員的優點。正確地掌握足球技術能使比賽十分精彩，使每個隊員的動作格外美妙，這樣可使足球運動得到普及和推廣，使比賽的觀眾自然也就愈加熱愛這種羣衆性的運動，但是這不是掌握技術的主要目的，掌握技術的主要目的，就是使每一隊員和球隊在掌握了運動技術後能夠獲得勝利。世界上先進的混合球隊都有着高度的技術水平。匈牙利混合球隊早已屬於用高度技

術踢球的球隊了。我們大多數俱樂部球隊也有着高度的技術水平。最近幾年來，在發展運動技術方面我們得到了很大的成績，匈牙利優秀的足球運動員在兒童時代就熟識了足球運動技術，這就大大地促進了我們運動員技術水平的迅速提高，大多數匈牙利足球運動員全能運用比較高深的技術。必須把足球技術提高到一定的程度，以便使每個運動員都能適應任何的情況。我們的教練和體育家特別注意運動員技術水平的提高，經常有系統的研究重要的技術和訓練方法，使我們的運動員能在技術上優越於英國運動員。根據這些經驗，我們應當說，中國足球運動員在掌握足球運動的各種技術方面有着極好的條件，中國體育家和教練的主要任務就是有系統的研究掌握技術的方法，並在運動員中間推廣它，首先在青年運動員中間推廣它。

最後，關於足球戰術，我們再談幾句話，在這個報告中我們不能詳細的闡述這個問題。我們已經談到，各個足球隊的技術訓練程度是不同的，這也關係到戰術的訓練程度。足球運動中技術和戰術的多樣性，無論對足球運動員本身和觀眾來說，都能引起他們對足球的興趣，這種多樣性表現在各個球隊的戰術中。匈牙利國家混合隊的各種戰術方法，具有很高的水平，我們能夠運用各種使對方感到突然的戰術來對付任何一個球隊。

親愛的同志們！現在談談我們對於中國足球運動員和中國足球隊的技術訓練程度的一些意見，我們先提出一點，就是中國的足球隊一般多注意防守而少注意進攻，但是足球比賽的經驗證明，最好的防守就是進攻。因此我們建議中國足球運動員們多培養自己善於進攻的作風。我們預祝你們獲得好的成就！

基 本 技 術

一 基本技術的重要和要求

練習足球，首先要從各種基本技術練起，因為基本技術不僅是戰勝對手的重要手段，也是集體合作發揮攻守戰術的基礎。如果基本技術不好，縱有很好的戰術也難達到戰術上的要求。匈牙利國家足球混合隊這次在我國各地的十四場比賽中，他們在場上最突出的表現，就是每個運動員的基本技術都達到了高度的水平。正是因為他們每個人都掌握了熟練的技術，所以在集體合作上，在運用各種戰術上，表現了卓越的成就。今後我們要想提高足球技術水平，首先應該糾正以往不重視基本技術練習的想法，相反的要在我們的訓練過程中，應特別加強基本技術的練習。在分別介紹各項基本技術之前，首先提出幾點意見，作為練好足球基本技術總的要求。

（一） 掌握全面技術

足球技術包括停球、踢球、傳球、運球（帶球）、頂球、搶球、射門等。在每種基本技術中又包括各種不同的動作：譬如踢球，我們不但要熟練腳的各種不同部位（如腳內側、腳背等）的踢法，也要會踢各種不同性質的球（如空中球、地滾球等）；我們不僅要掌握推動式、擺動式等踢法，同時還要會踢