

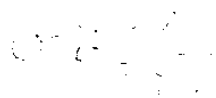
谈谈运动员的技术风格



人 民 体 育 出 版 社

談談運動員的技術風格

本社編



人民體育出版社

一九六四年·北京

谈谈运动员的技术风格

•

人民体育出版社編輯出版·北京·

(北京市书刊出版业营业登记证出字第049号)

北京 印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

全国新华书店經售

•

787×1092毫米 $\frac{1}{32}$ 91千字 印张 $\frac{20}{32}$

1961年10月第1版

1961年10月第1次印刷

册数: 1—27,303册

定价 [7] 0.40元

責任編輯: 张自治 封面設計: 薑 椿

編者的話

《体育报》自1963年10月至1964年3月組織了关于“發揮特長、大胆創新、樹立自己的風格”的專欄討論。為了在運動訓練中進一步貫徹“百花齊放、百家爭鳴”的方針，總結訓練工作經驗，提高我國各項運動的技術水平，我們從中編選了十二篇專文，四次座談會記錄，另有五篇有關的通訊和專文，雖然沒有放在這個專欄里發表，我們也把它收入本書。

在這二十一篇文章和座談會發言中，分別提出了我國一些運動隊在運動訓練中存在的一些問題；批判了盲目照搬別人經驗的做法；論述了在運動訓練中必須以我為主，虛心學習，發揮特長，大胆創新，樹立自己的技術風格；介紹了一些運動隊在樹立自己的風格方面的經驗。

• 在編選中，我們對部分文章略作刪節。

目 录

提高認識，正确地培养自己的风格……李东声（1）

談運動員的技术风格……方 萌（10）

破除迷信 大胆創新……苏振起（19）

創新里的几个問題……李 鎮（25）

創新和創新成績……谷 琛（31）

模仿、創造及其他……田佳禾（36）

学习貴在独創……庄 平（39）

根据自己的特点 树立自己的风格……張耀来（42）

必須以我为主……王 克（47）

在勤學苦練的基础上树立自己的风格……陈远高（52）

根据自己的条件和特点創立新风格……王在武（57）

我国乒乓球运动的技术风格……李仁苏（61）

快·狠·准·变……李 威（70）

——羽毛球运动的技术风格正在形成

自力更生 發揮特长 攀登高峯

——无綫电運動員的独創精神

……田緒倫 李书龙（75）

关于“橫杆”的探索……傅雪雁（81）

求实与创新 (86)

国家体委球类司与体育报编辑部联合邀请

足球界人士座谈会纪要

继承·借镜·创造 (106)

——全国篮球教练员座谈会侧记

怎样进一步巩固和发展我国篮球运动的风格

..... (111)

在京部分篮球界人士座谈会记录

转变训练作风 树立自己的风格 (119)

——全国排球教练员座谈会旁听侧记

在排球运动中也应提倡新风格 (125)

部分排球界人士在津举行座谈会的记录摘要

迅速提高我国田径运动水平 (135)

田径界人士举行座谈会发言摘要

提高認識，正確地培養

自己的風格

李 東 声

體育報編者按：本報編輯部從去年10月到今年3月組織了“發揮特長、大膽創新、樹立自己的風格”專欄討論。現在發表這篇文章，供讀者參考。

兩 個 前 提

我們在體育運動中討論的風格問題有兩方面的涵義，一是思想作風方面的，指的是運動員的思想覺悟、意志品質、戰鬥作風、道德修養等等；一是技術方面的，指的是運動員的技術戰術特點和特長。思想風格同技術風格有緊密的聯系，不能截然分開。在我們國家里，良好的思想風格能夠促進良好的技術風格，良好的技術風格也能更加充分地表現良好的思想風格。但是思想風格同技術風格終究包含不同的內容和涵義，分別屬於兩個不同的範疇，不能混為一談。新中國的運動員都應具有無產階級的、先進的思想風格，都應不斷提高階級覺悟，發揚勇猛、頑強、沉着、機智等優良的戰

斗作风和意志品质，发扬共产主义的体育道德作风，这是不能有什么两样的。而技术风格則是另外一种情形，因为地区、技术传统、运动员身体条件等因素不同，运动员的技术风格也必然会有差异，我們既不当、也不可能要求所有运动员的技术风格都是千篇一律的。在不久前体育报組織的“发挥特长、大胆创新、树立自己的风格”专栏討論中，大家議論的主要是技术风格問題，因此，这篇文章也主要談的是技术风格問題。

风格問題在所有运动項目中都很重要。但是技术风格在球类項目中具有特殊重要的地位。大家知道，足球、籃球、排球、乒乓球等項目的比賽，虽然也有一定的規則，但規則的限制不是很死，运动员可以在不违反規則的要求下施展各种各样的技术，这就在客观上提供了依据自己的特长去掌握、发展技术战术的可能性。例如籃球运动员投籃，可以双手投也可单手投，可以原地投也可跳起投；乒乓球运动员攻球，可以正手攻也可反手攻，可以着重加力也可着重旋轉；如此等等。球类項目比賽的对抗性很强，双方运动员面对面地进行較量，有攻有守，互相制約，一方的技术战术不仅要考虑自己的情况还要适应对方的情况，这也是技术风格問題在球类項目中占有特殊重要地位的一个原因。而在田徑、游泳、举重、自行車、射击、无綫电等許多有紀錄的項目中，由于規則对技术动作作了十分具体的規定，运动员施展技术沒有多少机动的余地，所以技术风格問題不像球类項目那么突出。因此，我們在下面討論技术风格問題，主要是从球类項目的情况出发的。

一致的心願

近几年来，我国各項球类的优秀運動員都在积极努力，根据自己的情况树立自己的技术风格，并且分別取得了不同的成績。我国乒乓球運動員在这方面做得最好。現在，不仅逐步形成了以“快、狠、准、多变”为主的我国乒乓球运动的独特风格，而且在我国乒乓球运动中出現了真正百花齐放的局面，出現了各式各样的打法，它們互相促进、互相补充、共同提高、欣欣向荣。通过实践，我国各項球类的教練員和運動員認識到：树立自己的风格是攀登技术尖端的必由之路，是充分發揮自己的运动才能和迅速提高技术水平的不可缺少的方法，是把各項技术組織在一起，使之發揮更大威力的主要措施，是衡量自己的訓練和比賽是否科学、是否实事求是的重要标志。許多优秀運動員还勉励自己，把敢不敢于树立自己的风格作为检查自己敢不敢革命、能不能鼓足干劲力爭上游的一块試金石。大家紛紛下定決心，一定要进一步培养、树立和发展自己的技术风格。

必須遵循党的根本方針

在培养、树立自己的技术风格时，首先必須考虑的是以党的发展体育运动的根本方針和根本目的为依据。发展体育运动，增强人民体质，为生产建設和国防建設服务，为无产階級的政治服务，是我們发展体育运动的根本方針和根本目的。一个运动队和運動員的技术风格必須有利于吸引更多的人参加体育活动，增进人民健康，有利于提高我国的运动技

术水平，有利于向群众进行共产主义教育。我們打球，有观众看，是給观众一些好的、健康的影响呢还是相反？必須严肃考虑。解放前有些籃球、足球运动員为了个人出风头，嘩众取宠，常常搞些华而不实的动作。那些动作，既不利于提高技术，不利于在比賽中取得良好成績和为集体爭取荣誉，又会在群众中散布消极的影响，是我們必須反对的。例如，当时有些籃球运动員打所謂“蘑菇球”，在比分領先又离終場不久的时候，几个人拿着球慢悠悠地传来传去，死不投篮。这哪里有什么积极进取的精神呢？在旧中国的球类比賽中，我們还常常看見一些損人利己的行为。有的足球运动員专门学习如何絆人、踢人，有的籃球运动員专门练习偷偷推人、压人、踩人等所謂本領。这些更應是我們坚决反对的。現在，我們新中国的运动員在党和毛主席教导下，体育道德作风十分良好，受到人們的称赞，但是仍然有个別运动員偶而出現一些不好的做法或动作，例如有个别教练员指使运动員搞所謂“战术犯規”，这也是資产階級思想影响的表現，应当彻底糾正。总之在培养自己的技术风格时决不能只考虑技术，不考虑政治，而应和做其他任何事情一样，必須政治挂帅。

应当注意的五个問題

在培养树立自己的技术风格过程中还应当注意以下几个問題。

一、把从目前水平出发与长远目标結合起来。有人在培养技术风格时单纯強調风格是自然形成的，他們說，“有什

么材料打什么球，要树立个什么风格很难說。”結果，技术发展沒有明确的打算，工作是自流的，走一步看一步。也有人脱离自己目前的实际情况，热衷于搞个四言八句，缺少具体的工作措施，实际上是不能兌現的。这两种做法都不利于培养自己的风格，因此都应反对。正确的做法应当是，既要从本队本人目前水平和实际条件出发，又要有个经过长期努力可以逐步达到的技术上的奋斗目标。从目前水平出发可以使培养技术风格的工作真正落实，脚踏实地地前进。长远目标可以使人避免盲目性，可以激发运动员的上进心和发挥运动员的积极性。应当根据这种技术上的长远目标訂出各个阶段的训练和比赛计划，具体地有步骤地加以贯彻。当然这种技术上的长远目标并不是一成不变的，应当在训练和比赛中不断充实、修正，最后才逐步形成比较完整的技术风格。

二、把提高本队本人技术水平与有利于提高全国的技术水平结合起来。搞风格当然是为了提高自己本队本人的技术水平，这不用多談。但是仅仅考虑这一方面是很不够的，还应当考虑为提高全国技术水平服务。从根本上說，提高自己的技术同提高全国的技术是一致的。各队技术提高了，全国的技术才能提高；国家的技术提高了又能带动各队技术的提高。有时这二者之間也会发生一些具体的矛盾。例如，在去年的全国排球联赛中一些以上手传球为主的队吃了亏，于是他們認為上手传球吃不开了，非完全改用垫球不行了。在这种情况下究竟改不改呢？从提高本队技术水平出发，改，可能有利；但从全国需要保持多种打法出发，我們認為就不必改。因为，一則局部应该服从整体，二則完全改用垫球是否

• • •

一定有利于提高自己的技术水平也还没有把握，说不定在上手传球的基础上向前发展更有利于他们提高自己的技术水平。这就是我們所說的，把提高本队本人技术水平与有利于提高全国技术水平結合起来的意思。当然，也可能出現这样的情况：一个运动队为了提高全国技术水平的需要，保持了某种技术风格，但是，在較长时期的国内比赛中，始終打不上好名次。即便如此，他們那种做法仍然是必要的，因为他們在集体事业的发展中尽了一份自己应尽的力量。

三、把提倡一种基本风格与提倡多种多样的风格結合起来。在一个运动項目中，在一定的时期內，总会有一种技术风格一种打法居于主要地位，在比赛中經常获胜。如果这种技术风格这种打法，既反映了这项运动的技术发展規律，又符合我国的实际情况，就可以把它作为我們这项运动的基本风格基本打法。各队都应当从这种基本风格或打法中吸取經驗，充实自己，树立和发展自己的风格。但是，决不要因此而否定其他风格其他打法。相反，还必须提倡多种多样的风格。否則，不但其他风格得不到发展和提高，就是那种基本风格也很难得到发展和提高。我們应当看到，任何事物总是在矛盾和斗争中发展的，沒有多种风格多种打法之間的互相比較量互相促进，我国的运动技术就不能更快的提高。同时，还应当看到，任何事物也总是不断向前发展的，眼下居于主要地位的技术风格不可能永远居于主要地位，眼下居于次要地位的技术风格也不会永远居于次要地位，总有一天会在新的水平、新的基础上发生轉化。每个运动员都应相信这个客观規律，不要随便抹煞自己原有的风格，盲目跟着別人跑，

而应当有信心地积极地去创立和发展自己的风格。有了暂时居于主要地位的技术风格的运动队，也不要固步自封，仍需要通过实践不断地向前发展自己的风格，使之达到新的更高的境地。

四、把培养树立技术风格与苦练基本技术结合起来。技术是技术风格的基础，技术风格是技术上比较成熟的表现，没有较好的基本技术就很难谈得上什么技术风格。一个刚刚拿起拍子打乒乓球的小孩子有什么技术风格呢？没有。我国优秀的乒乓球运动员的良好技术风格是同他们具有娴熟的基本技术紧密相联的。因此，所有运动员在培养树立自己的技术风格的同时，都必须苦练基本技术，把培养树立风格与苦练基本技术结合起来。就是优秀运动员也不能例外。至于少年运动员，他们的首要任务是扎扎实实地练好各项基本技术。

提倡把培养树立技术风格同苦练基本技术结合起来，还因为技术风格是否过硬，决定性的关键在于是否掌握了真正过硬的基本技术。再好的风格，没有过硬的技术，一打比赛仍然要吃败仗。一场比赛的胜负主要的并不决定于具有什么风格，采用什么打法，而基本上决定于双方掌握技术的程度。而且，风格的发展也靠技术水平的不断提高。我们提倡培养树立技术风格，并不是使每个运动队和运动员有了适合自己特点的打法就够了，更主要的是通过探讨技术风格，找出一个进一步勤学苦练基本技术的目标。培养树立技术风格的工作，最后还应落实到勤学苦练基本技术上来。在攀登技术高峯的大道上是没有捷径可寻的，不能贪图侥幸，不能找邪门

歪道，只有一步一个脚印地下苦功夫才行。

五、把学习与独创结合起来。世界上任何一项知識、經驗都是古今中外千百万人共同劳动創造的，都是历史的社会 的积累。我們要取得任何一项知識、經驗都离不开向別人学习。在运动訓練中，也是如此。我們必須在前人別人已經达到的水平上前进。只有認真地吸收了前人別人的經驗，才能更快地提高自己的技术水平。但是只学习不創造行不行呢？絕對不行。只学习不創造，別人的經驗还是別人的，永远也不能变成自己的东西。毛主席在《新民主主义論》中說，“一切外国的东西，如同我們对于食物一样，必須經過自己的口腔咀嚼和胃腸运动，送进唾液胃液腸液，把它分解为精华和糟粕两部分，然后排泄其糟粕，吸收其精华，才能对我們的身體有益，决不能生吞活剥地毫无批判地吸收。”这里所說的消化过程就是自己进行創造的过程，可見学习与創造的結合是多么重要了。况且我們在运动訓練中，在培养自己的风格过程中，学习的目的就是為了自己进行創造，以便赶上別人，超过別人，达到世界先进水平，这就更离不开創造了。我国优秀的乒乓球運動員正确地做到了学习与独创相結合。他們学习別人的弧圈球技术不是照抄照搬，而是結合自己的情况創造了一套限制、破坏、对付弧圈球的新技术。这里既有学习又有独创，学习为了独创，独创中包含了学习，二者是溶为一体的。

学习辯証唯物主义，学习毛主席著作

正确地認識技术风格同思想风格的关系，認識技术风格

同各項運動的關係，認識和解決在培養樹立技術風格過程中遇到的各種問題等等，歸根到底要以馬克思列寧主義的辯證唯物主義觀點作為指導思想。

在有關技術風格的許多問題中可能出現兩種錯誤思想。一種是右傾保守思想，一種是教條主義思想。右傾保守思想只見樹木不見森林，輕視理論，不容易看到在優秀運動員中培養樹立自己的技術風格的必要性，忽視黨的體育運動的根本方針對於技術風格的指導意義，在培養樹立風格過程中容易缺乏長遠打算、忽視整體利益。教條主義思想以抽象的原則代替對具體事物進行具體的分析，容易只看到思想風格同技術風格的共同點，看不到它們之間的不同點，只看到培養樹立技術風格的重要性，看不到它在不同運動項目中的不同作用，在培養樹立技術風格的過程中容易脫離實際空談風格、忽視多種風格百花齊放、忽視苦練基本技術。這兩種思想都與辯證唯物主義觀點相對立，為了避免這兩種錯誤思想，正確地培養樹立自己的風格，必須努力學習辯證唯物主義，學習馬克思列寧主義，學習毛主席著作。

談運動員的技術風格

方 萌

幾句題外的話

在評論體育競賽的時候，常常提到某隊或某人的“風格”如何。風格這個詞用在兩種不同的地方代表兩種不同的意思。有時用它表現運動員的精神面貌；有時則用它表現運動員的技術特點。例如，某某運動隊在比賽中勇猛頑強、敢于勝利、不驕不躁、注重友誼等等，我們說他們風格高尚，這指的是精神面貌。又如某某運動隊在訓練和比賽中能夠發揚自己的特長，力爭主動，擺脫被動，有一套符合自己特點的技術戰術，我們說他們有自己的風格，這指的是技術特點。為了區分上述兩種不同的意思，有人主張在前一情況下稱為思想風格（或戰鬥風格），在後一情況下稱為技術風格。雖然目前大家對這種區分方法的看法還不完全一致，但是為了便于討論問題，表達意見，我認為，還是可以暫時這麼使用的。當然有時我們也用風格這個詞同時表達精神面貌和技術特點兩個方面，例如在“打出風格、打出水平”中，這裡的“風格”既指的是精神面貌，又指的是技術特點。從《體育報》开辟“發揮特長、大膽創新、樹立自己的風格”專欄的內容上看，這裡討論的風格問題主要是技術風格，因此本文談論的

也主要是技术风格問題。

为什么一定要有自己的技术风格

什么是技术风格？籠統地、簡單地說，就是在技术上經常表現的特点、特征。但是进一步研究，我們就会发现，有的运动队和运动員的技术特点并不能切合自己的实际情况，不能充分發揮出自己的长处。并不符合或者不完全符合本項运动的技术发展規律。例如：有的平均身高并不突出的籃球队主要采用双中锋硬打籃下的打法，这是技术特点不能体现自己的特长的例証。有些足球队平时不重視身体訓練，只重視技术和战术訓練，以致在比賽中体力不足，什么技术、战术也打不出来了。这是技术特点不符合本項运动技术发展規律的例証。因此，在我們面前就提出了一个問題：仅仅一般的有了自己的技术特点是很不够的，必須使自己的技术特点既符合本項运动的技术发展規律，又切合自己的实际情况，有利于充分發揮自己的特长。只有这样，才能真正算是有了自己的良好的技术风格。

我們知道，在运动訓練和比賽中努力发展、發揮自己的特长，努力掌握、巩固和施展那些符合本項运动发展規律的新技术，正是提高自己的运动成績的必由之路。可以說，創立、巩固、发展自己的技术风格的过程就是进一步提高自己的运动水平的过程。可見，提倡具有自己的技术风格是多么重要的問題了。

如果从追赶世界先进水平的任务方面来研究具有自己的