

李维城
编著

足球获胜法宝



北京体育大学出版社

足球获胜法宝

李维城 编著

北京体育大学出版社

责任编辑:张义霄

审稿编辑:鲁 牧

责任校对:一 肖

责任印制:长 立 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

足球获胜法宝/李维城编著. - 北京:北京体育大学出版社, 2002.1

ISBN 7-81051-593-4

I.足… II.李… III.足球运动-竞赛战术-研究 IV. G843.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 077195 号

足球获胜法宝

李维城 编著

北京体育大学出版社出版发行
(北京·中关村北大街 邮编:100084)

新华书店总店北京发行所经销
北京雅艺彩印有限公司印刷

开本:850×1168 毫米 1/32

印张:6.625

定价:11.00 元

2002 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数:4000 册

ISBN 7-81051-593-4/G·510

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

编著者的话

目前,图书市场上有关足球技术、战术训练、教练员培训类书籍较多,而专门探讨足球技战术运用意识及其在比赛中的重要作用的书则很少见。本书着重介绍运动员个人技战术运用的技巧和集体战术运用的技巧;并通过实施要领、实施方法和实际操作的典型案例,多次比赛中重点运动员技术和战术运用的实际表现进行跟踪分析,区分优劣、正误,客观公正地给以评定;力图通过理论指导训练和比赛实践,以大幅度提高队员和全队的技战术运用意识,在综合实力相当的情况下,顺理成章地赢得比赛的胜利。

全书立意新颖,观点明确,具有科学性、实用性,并有较大的操作性。语言通俗易懂。

本书适用于足球教练员、运动员专业技术训练,是专业运动员学做一名有价值球员的必读之物;同时适用于广大青少年足球爱好者、足球学校学员,本书是他们自学成材、全面成长、走向成熟的必读之物;本书也是广大球迷朋友学会观赏足球比赛、评论足球比赛,昂首进入审美殿堂的必读之物。

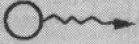
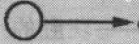
在北京申奥成功、世界大学生运动会隆重举行之际,本人仅以此书的出版表示祝贺。足球以其迷人的魅力列入世界体育大赛的重点比赛项目,震撼着全世界。展望世界足坛的发展,更企盼中国足球以崭新的面貌迎接2008年奥运会。时间紧迫,心急如焚,拙笔管见,疏漏之处,万望读者批评指正,共谋足球腾飞大计。

目 录

第一章 足球比赛获胜因素	(1)
一、足球比赛决定胜负的因素	(1)
二、足球意识应包含的主要内容	(12)
三、足球意识在比赛中显示的重要作用 and 案例	(18)
第二章 进攻中主要个人技术意识运用技巧及获胜的四条 “生产线”	(30)
一、传、接 (控) 球技术意识运用技巧	(30)
二、运球技术意识运用技巧	(76)
三、射门技术意识运用技巧	(90)
四、无球状态时站位、跑位技术意识运用技巧	(109)
第三章 集体进攻战术意识运用技巧——获胜的“总装生产线” 	(141)
一、集体进攻战术意识——易攻难守态势	(141)
二、易攻难守态势的认定 and 案例类型	(148)
三、进攻态势优劣评定	(178)
第四章 个人防守技术意识、集体防守战术意识运用技巧及 足球队实力评估	(190)

一、防守中主要个人技术意识运用技巧	(191)
二、防守中集体防守战术意识运用技巧	(194)
三、足球运动员个人和集体综合实力评估	(201)
四、结论：获胜与不败	(206)

插图符号说明

-  进攻队员 2 号
-  进攻队员无球跑位路线
-  进攻队员运球路线
-  进攻队员传球路线
-  进攻队员射门路线
-  防守队员 2 号
-  防守队员跑位路线



第一章 足球比赛获胜因素

一、足球比赛决定胜负的因素

1. 主、客观因素和偶然因素

(1) 主观因素

足球比赛决定胜负的因素很多,从主观因素上分析,运动员体力、体能是比赛的基本保障,疲劳导致技术水平降低,技术动作变形,甚至失误,这样的例子很多,有一组统计数字很具说服力。某队 30 场比赛所射进的 76 个球中,30% 是最后 15 分钟射进的,22% 是在比赛最后 5 分钟射进的。身体素质中耐力的重要性不言而喻,尤其是激烈比赛的最后阶段几乎是体能的较量。身体素质可用具体指标加以测试衡量,能顺利达标过关者,基本上可以认为在同一个水平的基点上。运动员个人技术即通常所说的基本功是参赛和较量的基础,技术掌握全面、熟练,并具有自己一定特长的球员被认为是价值高的球员。一支队伍这样的队员多些,取胜的希望自然就多些。但是,目前无法用具体指标考核比较,很难准确评定出谁高谁低,凭感觉认定的成分较多。一支队伍最好是按技术、战术要求,有效搭配组合挑选队员为好。队员的道德因素很重要,但往往被忽视,个人英雄主义、自私自利的队员是不愿意牺牲自己给同伴制造好机会的,形同散沙的一支队伍无论其技术水平多高是不能打硬仗的。道德水准高低应该是评定运动员综合素质能力的主要指标,挑选队员时务必首先考虑,



道德因素在一支队伍中起着胶凝剂作用，团队精神靠此来支撑。队员的心理因素是反映运动员个人和整个队伍是否成熟的标志，很多场次得势的比赛中不能赢球完全是由于个别队员心理素质差，关键时刻技术动作处理不冷静、草率或胆怯等，常常使人感到格外遗憾。一般性心理因素差可以通过实战磨练提高，但个别队员性格上的因素影响则不易解决，所谓江山易改本性难移，挑选队员和选派上场队员时也要慎重考虑。特别是关键比赛中一两名队员心理上的不稳定（失常）会影响波及全队的情绪，十分危险。一支队伍要想发挥正常，走向成熟，提高全体队员心理素质，应常抓不懈。

战术打法、阵形摆布运作、队员之间配合默契程度等，毫无疑问是决定比赛胜负的重要因素之一。一支队伍整体实力水平要在这里充分显现、发挥。上述内容通过系统训练和比赛，可以逐步达到熟练，最终达到默契的程度，尤其是要注意小范围战术配合训练和提高，如二过一、三过二等应变技巧。战术运用和某些套路模式打法可适当演练，但不应太多寄希望于此，一场激烈对抗的比赛进程，多数情况不会按自己单方安排的意图顺利进行，也就是说，奇迹可能会有，但不会经常出现和保证出现在自己一边。

（2）客观因素和偶然因素

足球比赛出现的客观、偶然因素较多，有时也会影响甚至决定比赛的胜负。如：主客场赛制，主场易发挥、赢的机会多，这是比赛中观众气氛施加的影响。其它如，天气风、雨、雪影响，场地变换的不适宜，队员对时差的不适应，劳累程度、饮食等等，特别是比赛中由于裁判错判、漏判、掌握尺度的宽严，甚至偏袒某一方时，失利的一方队员火气就会上升，情绪不冷静，注意力分散，往往就会输掉比赛。教练员、运动员都应该有一个清醒的认识；足球比赛偶然因素的影响要比其它任何球类比赛发生



得多，或多或少都会受到“运气”的制约。一次射门球打在门框上外弹或里弹入网，只是分厘之差，结果大异。一次偶然性手球被判罚点球，也许就注定了胜负。这些偶然因素或许应看作是足球比赛具有较其它竞技比赛有更大的魅力之所在吧。在一场比赛中遇到这种情况保持心态平和是至关重要的，抱怨和推诿都是不应该的，尤其是在场次较多的联赛赛制中，其实出现一些“偶然性”的机率是平常的，大可不必耿耿于怀，影响比赛全部进程。要想战胜对方，首先要战胜自我，这就是降低这些偶然因素影响的途径。

加强队伍基础性训练，必须持之以恒，不得骄傲自满，排除客观因素、偶然因素对比赛进程的干扰，令运动员和整个球队日趋成熟，是教练员的职责，更是对教练员自身素质和才能的考验。比赛场上运动员之间的较量，同时就是场下教练员之间的较量。

2. “隐形”因素

足球比赛中经常出现一些两队胜负难卜的现象，竞猜活动异常活跃，而且很少有常胜者，令行家和球迷大惑不解。如弱队经常战胜强队，实力相当的两支强队有时比分相差很大，且无常规。因而，一些足球界的评论家无可奈何地发出一些感叹：“某某队遇弱不强，遇强不弱，某某场比赛队员临场发挥不够理想”云云。意大利甲级联赛 AC 米兰队队员个个技术上乘，巴西国家队队员更是个人技术高超，战术配合精良，但比赛结果常与对手的技术水平能力相比不成比例，有时甚至还会输掉比赛。如 1999 年亚洲九强赛中，中国国奥队对巴林队，无论在体力、体能、身高、技术、战术、布阵进攻等都明显胜于对手一筹，然而在比赛中，竟看不到有什么明显优势，进攻乏术，最终输掉比赛。综上所述，究其原因何在呢？比赛中决定胜负的因素除去主观、客观、偶然因素影响外，还有别的什么因素吗？回答是肯定



的。确实存在一些比赛中也会起决定性作用的因素，因为它不够直观，我们暂称它作“隐形因素”。

巴西队个人的技战术水平很高，但比赛时能感觉到有些队员常有“傲气”在身。表现为：比赛中得球后先停、控球再运球，遇到阻击时又被迫性传球，每每延误进攻战机，此属技术动作运用不当。战术上多为小范围配合，层层推进，给对方一个组织防守的机会，特别是弱队，虽技战术均不如人，但巴西队自身战术上的“问题”，弥补了对方不足，比赛绝非一边倒之势，个别赛事甚至被对手反击成功而输掉比赛。1999年中国国奥队技战术水平与对手相比均不逊色，但纵观场上表现，队员个人技术运用多有不合理乃至错误之处，战术运用亦不够妥当，一味中长传，为快而快，多数系无效进攻，队员中有人累得要死，有人清闲得要命，场上队员体力不支纯属技、战术运用不当所致。表面看起来是庞然大物，实则假象，并不具备战胜对手的真正实力，缺点错误一旦暴露，输球亦是在所难免。

如果我们从另一个视角，高一点要求去探寻这些问题的缘由，就不难找到答案。在高强度对抗比赛状态中，你必能搜寻到每支队伍每场平均会有几十次、甚至上百次看似不起眼的个人技术动作环节处理有问题，甚至是错误，影响着比赛的进程。不要说上百个，就是一个、二个较关键性技术动作运用有误，就会使比赛结果颠倒过来。战术运用也存在着同样的问题，生搬硬套，机械模仿进攻模式，虽进攻次数不少，但无惊无险成功率极低，而体能消耗却较大，入不敷出，得不偿失，偶有疏忽，必定输球。比赛有以下三点主要“隐形”因素：

(1) 判断、选择的较量

90分钟的比赛，去掉非比赛状态的耗时，每个队员每场约有60~70分钟处于比赛运作中，每名球员控球平均也就2分钟左右时间，这2分钟对每个人来讲真可谓黄金时间。对其中大部



分来球的处理都应有一定的选择，择优处理原则，应急处理为是。队员单凭感觉或从容易处理出发，随机随意处理来球是有问题的。在大多数时间内队员为无球状态，更要重点研究每时每刻应该去做些什么？做的质量究竟如何？在某种意义上说，特别是水平层次愈高的比赛，大多要看双方队员无球状态下表现优劣决定胜负；判断与选择是每个队员随时随地都必定要遇到，而且要做出的问题。哪个队员对这个问题理解领悟得深刻，队员能有一定的正确判断与选择应变处置能力，在实力接近、水平相当的比赛中，谁就是胜者。

正确判断与选择要有一个重要前提，那就是承认在比赛条件下，队员在有球状态时，大部分技术动作，包括传、接、控、运、射等技术的运用处理技巧上应有选择性，应按客观上存在的最佳方案运作。队员在无球状态时，大部分时间内客观上也应存在一个最佳站位、跑位或瞬时动作（掩护本队持球人、干扰对方球员等真、假动作），队员都应该有选择地去进行技战术的合理运作。

这些具有普遍性、规律性的东西，来源于比赛时瞬息万变的场景中，也来源于教练员、运动员自身的想象创造中，他们总结出、创造出，并最终系统运用的客观规律，并及时传授给每个运动员。一个缺乏这些运用规律知识的队伍，队员是不会，也不可能比赛中自觉正确运用这些规律的。判断与选择意识和能力的提高则无从谈起，在双方的较量中只有一个结局——失败。

判断与选择意识和能力的提高要有五个方面保障：

①知识、想象力、理论力是判断决策的基础，教练员、运动员要勤于、善于学习各方面科学文化知识，注意培养自己的想象力、理解力。

②道德修养高标准、严要求，随时摆正自己的位置，不骄、不馁、不自私、不贪功等。否则，即便是掌握了判断选择能力，



而不能、不愿去实施，亦是枉然。

③心理因素要稳定、健康，胆怯是无益的，急躁是危险的，总是自以为是的技术动作运用习惯，在比赛中必定会酿成大错。

④个人主要技术动作要求尽可能掌握全面、熟练，集体战术配合要有较高的素养。具有扎实的真功夫，才能满足在激烈的比赛中做出相应的判断选择，并能正确处理运用。

⑤训练和比赛中要养成良好的观察习惯，要有开阔的视野，随时随地要求自己保持注意力集中，快速果断地做出判断选择，并应尽力预测自己具备超前一步行动的能力。

(2) 个人技术发挥与合理运用

个人技术掌握非常全面，甚至完美的队员，不一定每场表现发挥得都很好，因为他不一定懂得或认知到何时何地及怎样正确运用其所掌握的大量足球技术。因个别队员技术环节经常运用错误，可能会导致全队士气的瓦解。

一支技术出色、球星众多的队伍，如果能做到正确、正常发挥，并能将大家有机地结合在一起，能力叠加起来的话，将比一支技术平平、没有什么球星的普通队伍，实力上相差悬殊，比赛将会是一边倒，结局也将是明摆着的。然而在大量比赛的统计中表明，有的技术上虽有明显差距，差者并不一定总是输家。这里，清楚地说明，足球比赛中个人技术水平虽然是决定胜负的重要对比因素，但仍不能说是决定因素。真正起决定因素的是，队伍中每个队员个人技术能否都有所发挥，技术动作能否正确合理运用。

比赛中每个运动员平均触球不下几十次，其中相当一部分是应该经选择后处理的。比如：某次传球，就有该传不该传、真传、假传、传给谁、什么时间传、用什么脚法传、是传高空球还是地面球，传球弧度、速度、力度怎么掌握，球传到接球队员的哪一侧，能否利用时间差或假动作协助队友接球时可顺势摆脱对



方防守，形成一次局部突破，且是有威胁的进攻等等。一个不加思索的随意传球，与一个能按当时场景经判断有思考、有选择，并按客观规律办事的传球，其质量和效果是截然不同的。正是这些大量常用的个人技术，传、接、控、运、射等在每次处理时运用是否基本正确合理，是否每时每地都在影响着比赛的进程，每支队伍中队员个人技术运用合理程度的高低，实际上包含着胜负的因素。举个非常简单的实例，加以说明（参见国奥队某场比赛录像）。

根据场上情况，1号队员接来球时有点反弹，本应一次性停控好来球，用脚弓推一个地面球给2号队员，使其准确、方便接应和跑位，运球直插禁区，可构成一次似“单刀”状有威胁进攻。（图1）

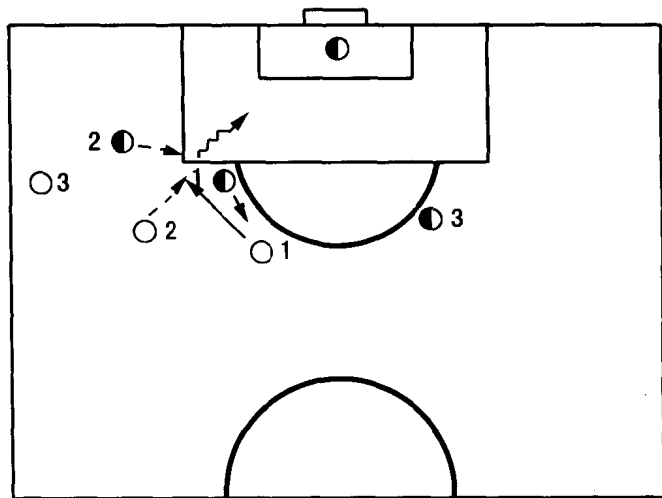


图 1

但是1号队员仅是为快速出击球而随机顺势将反弹球用脚背



踢个半高空球给 2 号队员，2 号队员只得用胸（腹）部软停控球，加大接球难度和影响接下来的动作。此时，防守队员抢上来补位逼抢 2 号停控球的落点，使其无法考虑其它后续动作，只能以先不丢球为主，用身体掩护，然后再找机会传出，从而丢失了一次可能形成极具威胁的进攻。（图 2）

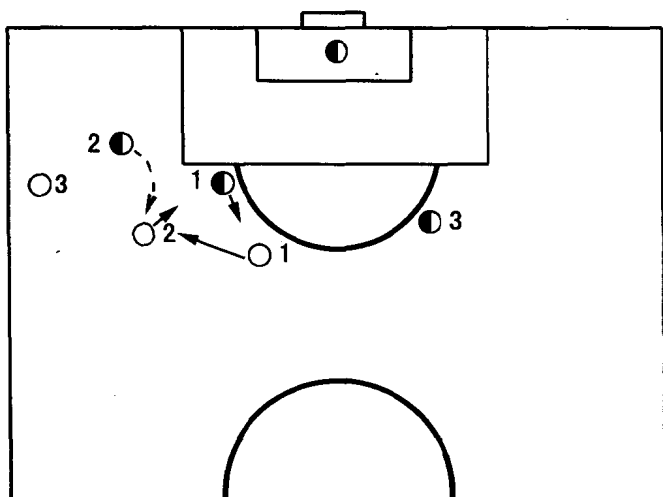


图 2

对于这样看似非常普通的一记传球，不从高一个层次去衡量去看待，就会被轻易放过。类似这种情况，还会一犯再犯，而每犯一次，就等于失掉一次难逢的机会，多一个脚下的慢不经心，就少一次得胜的机会。

谁都明白，上例不是一个技术能力问题，而是如何正确运用自己个人技术的问题。在特定的场合下，一个最简单的脚弓推球就是优良，就是正确；反过来能顺势接反弹球传半空球，虽然技术要求高，但只能判定为差，是错误。我们有理由去分析，该队



员可能怕从自己这里丢球或失误因而是快速处理，推出责任了事。将每一次类似的技术动作处理方式，都提高一个层次认识，把合理运用技术当成大事去对待，才能抓住问题的实质。

(3) 集体战术合理运用程度的较量

比赛中集体战术运用频繁，特别是进攻中，交替运用各种战术发动进攻乃各队常事。问题的核心是每次战术运用得适当与否、攻击效果如何很少评议，比赛一结束总结一下就完事。实践告诫我们，比赛结果往往不是哪个队发动的进攻次数多谁就获胜，而是要以进攻质量好坏而定局。

战术运用应讲条件，生搬硬套某种模式，哪怕训练的时候很熟练，得心应手，但仍不可取。例如，最常见的情况是：几乎单纯是为了求快而发起的中、长传打对方“身后”的战术，对方只要稍加防范不出漏洞，一次次发起，一次次被瓦解，劳而无功，事倍功半。上面看法并不是说，快速利用中长传打反击冲吊战术本身不灵验，不可以应用，而是说战术运用是否体现了扬长避短，行之有效。其一，从应用条件上看：主队相对于客队是否有高大、速度快、头球好、接控球好的前锋队员，客队是否缺少高大、速度快、头球好、占位防守能力好的后卫队员，如果主队前锋相对于对方后卫无明显优势，一味采用此进攻战术，应该说是有问题；其二，进攻战术发起的时机、地域的选择更为重要，如采用中长传冲吊法，不分前场、中场、后场，不分场景（比赛的进程、当时比赛成绩、双方体力体能、心理情绪变化、有无被逼防等）得球即传，犹如猫碰上死耗子一样，近于胡闹，某场次得胜亦是侥幸。当守方的防守阵型已趋稳定，心理平和，门前以多防少的情形下，攻方仍不分青红皂白打中长传冲吊进攻战术，必然以卵击石，打的次数越多，队员越泄气，实不可取。

所有的战术运用，特别是进攻战术的运用，都要讲运用条件、运用时机、地域、运用结果（效率）。分析战术运用条件，



主客队双方队员特长（或不是），扬长避短选用战术比较直观且容易。如：类似像巴西队队员风格的球队，个人技术、战术配合均较对手稍高一筹的话，采用层层推进，战术性传切配合，禁区前沿突发攻击，此战术当为首选。如本队队员技术水平差，且粗糙，战术配合不过硬，易丢球，当然打中长传，直接打对方身后急攻战术较容易和较妥当为首选。相对讲，运用进攻战术时机、地域选择则要困难得多，也重要得多。进攻战术是在什么时候发起和什么地域发起，是该战术运用能否成功的核心，是主要矛盾。指导你或者说是鉴别你某次进攻战术发起时机和发起地域是否正确的评判依据；无论采用何种攻击战术，发动攻击前，比赛场上双方对阵瞬时态势，究竟对哪一方更为有利，对攻方有利则可就地发起攻击。如对防守一方有利，就要暂缓发起攻击，而是要先行调动对方，利用对方出现的暂时错误、疏漏，或者是按攻击方主动安排的有准备、有目的、有方法的运行方式改变场上对阵态势，朝着有利于攻防转化并接近完成时，再行发起战术性进攻。

分析、判断出比赛场上瞬时双方交替变化的对阵态势的有利和无利状态，确实是一件非常困难的事：一来是因为对阵态势都是稍纵即逝的场景，二来是有些场景有些隐形性质，似隐似显，不太明朗，难以捕捉。但是，大家都应当明白，比赛场上确实确实存在着可以利用或主动创造出一些有利于进攻一方或者有利于防守一方的瞬时对阵态势，凡能成功地利用到这些有利于进攻的瞬时态势而发起的进攻，和一个随机、随意、不考虑有利与无利状态而发起的进攻，其结果将明显不同。比赛目的既然是要取胜，就要排除困难，学会分析判断，最终要掌握比赛场上瞬时对阵态势的有利、无利判定原则和案例，按照足球比赛的客观游戏规则去运作。

目前比赛中出现的情况多数是，战术运用，特别是具体到每



一次战术进攻上，随机、随意处理得多，试试看、撞大运，存有利用对方偶然失误的侥幸心理，因而总体上战术运用水平、驾驭能力提高不快，进步不大。比赛场面的起伏、波动，比赛结果胜负的难以预料，恰好说明比赛双方大部分是在试试看、撞大运状态下运作。比赛中，谁能偶尔抓住一两次接近于合理运用进攻战术和发起的进攻，即通常所说的抓住了机遇，谁就是胜者。

缺少一个正确评价进攻战术运用好坏标准，缺少对每次发起的进攻质量鉴别和相应分析，无法实现足球比赛中集体战术运用从必然王国到自由王国的过渡。本书接下来的章节将系统地介绍有利于进攻（防守）的瞬时对阵态势界定、划分，以方便于各支球队捕捉进攻战机，提高战术运用水平和每次进攻的质量，让比赛重新纳入到公平竞争的轨道。即谁先能领悟到这些问题的重要性，通过认真艰苦训练，掌握其实质操作的技巧，谁就能稳操胜券。

综上所述的三点“隐形”因素，是在比赛过程中大量存在的，有时看上去不起眼的、微不足道的，却是隐约可见、瞬时即逝的真实因素，正是这些比赛场上无时无地不在的因素，真正影响着比赛进程、比赛质量和比赛的结果。

将“隐形”因素捕捉、放大、显露真形，有巨大的现实意义。为此，进一步深入研究能包含这些影响因素的全部具体内容，得出一个较准确完整的概括性的定义，制定一些切实可行的，个人技术、集体战术运用技巧的实施要领，判定其行为正确或错误的标准（规范），进而能在比赛的全过程中，全方位监控运动员个人技术动作运用，集体战术配合运用的质量，区分出好坏、正误，并加以考核评定。

结论是：提高对这些在比赛中起决定性作用的“隐形”因素的认知，尽快自觉贯彻到日常训练和比赛中去，是每一支足球队伍迫在眉睫的任务，是一条切实可行的通往胜利的道路。