

国外足球技术资料

国家体委体育科学研究所
广东省体委科研室翻印

一九七五年五月

写在前面

去年八月《国外体育科技资料》发了一期关于第十届世界足球锦标赛的专辑。半年多来，世界各国仍在进一步总结和研究这次锦标赛的经验，并结合实际加以运用。

我们在这里选印了三篇材料。第一篇是国际足联的总结报告，第二篇是欧洲教练员会议介绍，第三篇是苏联教练员的一些看法。这三篇材料较详细地分析了世界锦标赛的情况和发展趋向，对了解世界足球动态和洋为中用都有一定参考价值。材料中有些问题目前还有争论。比如全面型踢法已被公认为当前世界足球运动的特点。但在全面型踢法中对锋卫的分工和结合、位置特征、活动范围、攻防转化等方面的看法很不一致，有待进一步研究和探讨。关于在世界锦标赛的选拔，国际足联的报告仅反映了欧洲和南美一部分主张只凭借实力决定入选名额的教练员的意见，对主张把新增名额优先分给亚、非、中北美地区的建议则未予考虑，等等。

除上述三篇材料外，还有几篇关于西德和苏联足球队的训练材料，也一并印发，以供参考。

时间仓促，水平有限，其中有不妥之处，望同志们批评指正。

编者

一九七五年五月七日

目 录

国际足联的报告——第十届世界足球锦标赛总结·····	(1)
欧洲教练员会议介绍·····	(10)
教练员的建议·····	(18)
严重危机中的南美足球·····	(24)
西德足球队的训练工作是如何安排的·····	(26)
西德巴伐利亚队近况·····	(29)
准备期的训练·····	(31)

国际足联的报告

——第十届世界足球锦标赛总结

〔按〕：本报告系国际足联技术委员会的一个研究小组起草的。小组成员有 赖旺（北爱尔兰）、湿杰尔施顿（英格兰）、鲍涅蒂（巴西）、克拉梅尔（西德）、伊拉（捷克）、科瓦奇（罗马尼亚）、库特勒（卢森堡）。

专家小组根据国际足联的任务第三次研究了世界锦标赛决赛阶段的比赛情况和足球运动的发展趋向，与各国教练员、领导和医生谈了各队准备这届比赛的原则和组织问题。

本报告不仅分析了比赛风格、水平，而且对准备工作和训练方法作了对比。因此，教练员无论是在制订计划或研究战术时都可以用它作参考。

通过与教练员、领队和医生的讨论，获得了重要的材料。在世界锦标赛后的专门会议上教练员发表了对足球运动的未来的看法，估计了它的发展趋向。西德的绍恩、荷兰的米赫尔斯和波兰的古尔斯基出席了去年10月在巴黎举行的最后一次会议。可惜，巴西的扎加洛未能与会。

近十年的特点是在国际比赛中防守战术得到了果断的运用，尽管人们认为这是一条扼杀比赛的道路。如果进攻型踢法（当然要以牢固的防守作后盾）能够取得更大的成就，那就证明发展这种踢法是正确的。国际足联在1966年和1970年的报告中正好谈到了这一点。

今天，各国国家队的教练员们对运动员的个人素质和行动更加重视。“心理训练”这个词几乎成了介绍准备方法时最通用的术语。比如，这个队是否在心理上作了应有的准备？对成就和声望的反应如何？在场上必须具有什么样的心理领先地位？运动员的潜力有多大？相互配合得怎么样？用什么方法才能最好地促成集体的真正团结？

比 赛 结 构

世界锦标赛的结构需要不断地研究，必须采取改进的措施。预选赛和决赛阶段的比赛无疑会在相应的国家内提高对足球运动的兴趣。大部分人希望看到这样的世界锦标赛，即它的决赛阶段只由真正的世界强队参加。但也有人宁肯把决赛看成是地区代表的累积。这些人认为代表性可以提高锦标赛的声望。

在上一篇报告中曾建议预选赛分两个阶段进行。开始分地区选拔至28个队。这28个队又抽签分成14组进行淘汰赛。14个胜队加上上届冠军和东道国共16个队参加最后阶段的比赛。

我们对扎伊尔队和海地队在预赛中的胜利给予应有的赞扬。同时应该承认，这些队

的实力作为决赛阶段的参加者来说是不够强的。在锦标赛的初赛中就丢了相当多的球。这种状况显然是不能令人满意的。

1974年的世界锦标赛有史以来第一次实行两阶段循环赛制度。第一阶段分4个组比赛。每组前两名再分成两组进行第二阶段比赛。然后确定争夺第一名和第三名的参加者。当然，事先很难设想，第二阶段的比赛，只进行两场，各组前两名就已成定局（西德、波兰、巴西、荷兰），而其他比赛（瑞典—东德，阿根廷—南斯拉夫）已没有实际意义。专家小组认为，世界锦标赛的竞赛制度有必要进一步审查和澄清。

关于新的竞赛制度是不是比原来的制度好的问题，不可能得到统一的回答。那些认为应该由真正的强队来争夺第一和第三名的人，自然是赞成新制度；而那些重视足球中的意外性、冒险性和奇绩的人则主张淘汰制。教练员们认为，在墨西哥采用淘汰赛时，他们没有机会挽回自己的过失，因此在复赛和半决赛中都把重点放在防守上，以避免任何风险。1974年世界锦标赛的第二阶段采用循环赛，就使各队解放了。

如果采用淘汰制，决赛阶段共赛32场；采用循环制共赛38场。在墨西哥锦标赛中参加决赛的队共踢了六场，而在西德锦标赛中则踢了七场。

西德锦标赛比墨西哥锦标赛延长了三天。

欧洲国家的足球联合会反对延长比赛日期，这首先是因为国内锦标赛的时间较长，运动员感到疲劳。而参加1978年世界锦标赛决赛阶段的队要增加到20个，这就得延长比赛的时间。

大多数教练员主张只由16个队参加决赛阶段的比赛。关于预选赛，他们认为，非洲、亚洲、北美和加勒比地区的代表队在决赛阶段以前应同欧洲和南美代表队交锋。所有的人一致同意东道国可以直接进入决赛圈，但有人反对上届冠军不经选拔就直接参加决赛阶段的比赛。

共同的想法是各组的比赛应同时开始。教练员认为，知道对手的比赛结果，对确定战术有决定性作用。

所有人一致认为，比赛间隔以3—4天为宜，在这段时间内可以充分恢复体力和消除轻伤。

物 质 保 证 水 平

大部分教练员对住宿条件表示完全满意。训练条件是无可非议的，很多队可以自己选择训练场地。

所有的人都赞扬西德各俱乐部提供的帮助，他们乐意与前来参加世界锦标赛的各队举行比赛，帮助他们检查自己的各种战术配合。气候和天气问题是大家都很清楚。有些运动员不适应潮湿的场地，另一些人则在炎热的、干燥的气候条件下不能充分发挥。无疑，多雨的天气对欧洲队比对南美队要好一些。

紧张的长时期的比赛增加了困难。西欧球队力求在严格的训练纪律和给运动员提供在训练基地外进行一定休息的可能性之间找到平衡。

比赛场地的规模和设计是很突出的。西德足联在地方政权的协助下作了必要的更

新。总的来说，场地是无可非议的，只有法兰克福例外。波兰和西德的比赛由于整理场地延长了半个小时。

关于接待条件。训练和设备等问题，所有教练员和专家小组的意见可归纳以下几点：

1. 代表队应安置在不大的体育学校、基地、俱乐部或旅馆内，要保证没有外人。驻地离比赛地点不要太远。
2. 训练场地应离得很近，并有必要的器材和设备，包括球、实心球、标杆、卷尺、不大的可移动的足球门。
3. 应有休息室、按摩室。医务室里应有一切必需的急救药品和设备，必要时应给运动员提供医疗单位。
4. 应有电视设备。
5. 组织游览和离开训练中心时，组织者应给予帮助。

裁 判 问 题

裁判员的挑选是一件认真细致的工作。教练员和运动员总希望看到高水平的裁判，而不去更多注意他们是哪个国家的。他们承认，由于每个洲的代表队有自己不同风格，因此，在裁判方法上也存在差异。比如，欧洲队抢救凶狠，但不犯规，甚至从后面抢夺，裁判员是允许的。南美裁判员则倾向于尽量保护攻方。他们认为，这种抢球过分凶狠和严厉。南美教练说，由于这次锦标赛是在习惯于凶狠抢夺的欧洲举行，因此对他们的运动员是不利的。

为了统一认识，举办了专门的裁判员讨论会和短期（一周）的集训。

所有协会和教练员对出版解释裁判规则和仲裁原则的专门手册表示满意。这是教练员和运动员的裁判指南。我们建议把这种详细解释裁判规则的指南在锦标赛前很久就出版，以便各队能够仔细研究和在准备过程中运用。

锦标赛参加者提出下述建议和建设性意见：

1. 对规则的统一解释和运用是一个重要问题。所有教练员都支持这样的建议，即凡用手接球以破坏对方进攻者，应给予警告。锦标赛开始时裁判员对这一条严格遵守，对有类似犯规行为者立即出示黄牌。这样就促使运动员显然放弃了那种不光彩的战术。可是，到锦标赛结束阶段裁判员却停止了这种警告。这一点在1978年世界锦标赛之前必须特别注意。

2. 在墨西哥锦标赛中为了克服语言上的障碍，首先采用了黄牌和红牌。总的来说，从裁判员、教练员和运动员的观点来看，实行红、黄牌制度是对比赛进行监督的好办法。但还有一些协会目前在国内比赛中尚未采用这种办法。自然，这些国家的裁判员就不会使用红、黄牌，因此，在决赛中碰到了很大困难。

受到黄牌警告的运动员如再犯同类性质的错误，则要被罚下场，并向他出示红牌。但裁判员有时没有这样做。出现过运动员重复两次犯规而两次犯规加起来应该被罚下场的情况，可是或者没有被裁判员发现，或者未予追究。尽管两次犯规的严重程度是一样

的，但裁判员则认为犯规的性质有区别。他们解释说同样的犯规在一种情况下可给予警告，在另一种情况下可以不给。现行的惩罚制度没有把技术性错误同严重的、粗野的犯规明确区分开来。

出现上述现象的原因是到锦标赛中期裁判员给的警告已经太多了，因此，后来就变得谨慎起来。

这个问题在下届世界锦标赛之前同样应引起注意。

3. 教练员们赞成裁判员会议的下述决定：运动员负伤时，只允许队内两个工作人员（医生）进入场内，并且在施行救护之前必须离场。这一措施只有当所有的人在所有比赛中都严格执行和遵守的条件下，才能得到尊重。由于采用这种限制有意拖延时间的规定，我们惊讶地看到很多运动员在看来负了重伤之后不经任何急救立即恢复了比赛。这种情况在各国都应受到鼓励。

4. 教练员们指出，对有意用手接球的行为提出警告（黄牌）是正确的。但是他们认为，对有意用手拉人或用其他方法以破坏对方进攻的行为更需要作出类似解释和给予同样处罚——正式警告。

研究小组同意这一观点。

5. 双方争夺时的身体接触仍然是一个问题。裁判员应熟知这些情况，并随时作好准备以便正确无误地判断那种“职业性”犯规，这种犯规是运动员利用自己的不公平的优势似乎是“偶然地”去碰撞对手时发生的。裁判员应把这种似乎是无意的碰撞和真正的无意碰撞明确区别开来。运动员用手臂和身体截拦、阻挡无球的手应同截拦、阻挡有球对手一样判罚。裁判员对这样犯规如果不追究或看不到自然会引起运动员埋怨，这还常会激起报复行动。

教练员们指出，凶狠的、但不犯规的抢球动作，如果造成对手丢球和装伤躺倒，往往被裁判员判为犯规。当守方把腿伸出去断球（或铲球）时，很多人装模作样，故意从对方身上摔下去，造成犯规假象。此时，裁判员应明晰地分析和判断情况，不仅不为假象所迷惑，而且还要处罚装假的运动员。

6. 众所周知，判罚点球是检验裁判员的果断性和知识的关键时刻。在锦标赛中对类似犯规的处理是有差别的。总的来说，教练员们认为，裁判员对明显犯规判罚点球更加果断了。但在许多情况下，当球仍然被攻方控制时，裁判员不罚点球，似乎此时鸣笛对守方有利。而后来球被后卫夺走，则什么处罚也没有了。

7. 大家一致认为，现在在禁区附近罚直接任意球的战术有了明显的改进。成功的百分率是高的。所谓成功是指命中目标或接近目标。甚至当“人墙”离球的距离比规定的还要近时也常常如此。教练员们懂得，裁判员很难要求守方严守9米的规定，一致主张必须采用某种措施以保证9米距离得到遵守避免不必要的延误和不守方破坏这一规定。然而，教练员们承认他们自己也没有解决这个问题的满意的办法。

8. 关于延误时间的问题，一致的意见是多准备几个球。这样可以避免许多延误。此外，裁判员应更加严格地监督守门员的行动，以防止他们故意延误开球。

9. 有些队采用后卫一致前移以造成对方越位的战术。由于裁判员对复杂情况的判断上的矛盾（攻方队员在传球时是越位还是没有越位？），这种越位战术有时不仅无

利，反而有害。有的巡边员不只一次地机械地举起旗帜定为越位，根本不考虑现实情况，到底运动员在传球的一刹那是否处于越位位置还是没有越位，虽然得到球时已经明显越位了。

10. 在裁判员的许多条件中特别重要的条件是自信心和威信。所有教练员对裁判工作的一丝不苟，对被负伤运动员不过于温情，遵守规则的果断性给予了高度评价。然而，他们对某些裁判威性的把犯规运动员叫到身前进行指责的做法表示反对。

11. 医生们坚持要求，在场上因出汗过多而影响比赛效果的运动员有权出场喝水或润润嗓子。

12. 换人早已允许，不仅用来交替负伤运动员，而且还可作为一种战术手段，有时竟成了圈套。教练员们经常为换人问题感到不安。从另一方面来说，他们又坚决不相信，替补队员上场能够完成给予的任务。如果由于战术上的需要已经换够了人，那么另一个运动员负伤时就不可能再换了。因此，很多教练员建议把换人两次改为三次，具体地说是换一个守门员和两个场上队员。这一建议能够影响到比赛的战术，因此，需要认真考虑。

研究小组不支持这种建议。

上面所谈的许多问题并不是新问题。但教练员们反复提请注意，认为它是“老规则”同新的现代风格相冲突的结果。裁判法没有跟上战术发展的步伐，而是落后于足球运动的发展。

研究小组支持国际足联旨在促使裁判员和教练员更加紧密合作的立场。极其重要的是让裁判委员会的代表参加技术委员会的工作和兼任技术委员会的成员，反之亦然。这样就可以共同研究与裁判法和运动员行为有关的各种问题。

准 备 方 法

国际足联99个成员的代表队参加了1974年世界锦标赛的选拔。每个队都想在预选赛中获得胜利，以争取进入决赛圈。其出发点首先是因为这样能鼓励足球运动的发展，引起社会各界对足球运动的兴趣，促进年轻运动员水平的提高。

各队的准备工作包括以下几个重要方面。

国家队和俱乐部

俱乐部足球活动，同俱乐部之间的国际比赛一样，在西欧各国占有优先地位，它大大限制了国家队的训练时间和与外国队比如与南美各队进行比赛的数量。这就是为什么大多数西欧国家队的水平与俱乐部队的训练工作质量和比赛风格有着直接关系。这些因素是国家队的身体和战术训练水平的基础。有些国家的代表队是由2—3个不仅在国内，而且还经常在国际比赛中取得成就的优秀俱乐部队的成员组成的。这些运动员经常与强队接触，因而有机会磨炼自己的技巧，扩大自己的战术能力。

我们都还记得，赢得1950年世界冠军的乌拉圭队的成员主要选自两个俱乐部队——“彭亚罗尔”和“纳西奥纳尔”。参加1974年世界锦标赛决赛的西德队有6个队员是“巴伐利亚”队的，荷兰队也有6个人是“阿亚克斯”队的。

最有经验的教练员指出，运动员之间的联系和相互配合的默契首先是由于他们在实际比赛中经常地、多次地共同配合的结果。只通过训练或友好比赛是不可能达到这种默契程度的。这种相互配合的原则对运动员的搭配提出了一定的要求：每个环节，每个组必须有一个非常理智的人，以便不仅能够锤炼集体行动，而且还能根据临场情况随机应变。

不少联合会碰到了这样的问题：大多数最优秀的运动员分散在各个俱乐部，有的甚至还在外国队。这些人没有可能做到相互了解和共同锤炼集体配合行动。

这类队的比赛的成效更多地取决于运动员的个人技巧，他们的愿望，情绪，以及对临场情况的自身的反应。这些队的教练员的创造性受到限制。

运动员的个人风格与他所在的俱乐部队（他在一年内要代表自己的俱乐部参加50或50场以上的比赛）的作风有着紧密联系。如果国家队没有可能进行长时期的集训、共同训练和多次比赛，它就很难形成鲜明的风格，很难掌握独特的战术。这样的队的教练员承认，他们的队员一到赛季的末期，就要诉说身体累了，精神疲惫了，而这正是需要他们参加重大的选拔赛或世界锦标赛的时候。

对那些在整个赛季都肩负俱乐部队的比赛重任而且到后来又已经疲劳了的国家队员，在世界锦标赛前的两、三周内教练员是不可能做很多事情的。他们所能做的就是让运动员休息，恢复疲劳和排练几种最明确的相互配合的方法。在这样的条件下，对很多教练员来说，比较容易和比较保险的办法还是采用防守战术，而不是去发展和掌握某种进攻型阵式。

非洲和亚洲的俱乐部足球运动的水平总的来说，大大低于欧洲和南美。亚、非的代表队在队员的个人技巧、速度和战术上有相当的潜力，但他们尖锐地需要与真正的强队进行经常的比赛，以便真正检验自己。那些参加全洲锦标赛和俱乐部杯赛的联合会，自然对普及国际足球运动有着重大贡献。但它们的比赛期太长和令人疲劳不堪。如果认真地谈到对发展中的足球国家给予帮助的话，那么要求它们更加经常地进行国际交往。

在南美和某种程度上在东欧国家，国内比赛的日程考虑到了给国家队有更多的可能进行共同训练，国际比赛和出国访问。这样做有助于积累在各种气候条件下与不同风格的对手数量的经验。

当然，气候对国家队的训练计划是有影响的。在南美，一、二月份气候炎热，各队可在这段时间共同训练和上访。瑞典和其他北欧国家有长时期的严寒的冬季，它们的国内比赛的时期较短。比赛季等到四月份才开始，而6—7月份就是决赛期，要达到良好的竞技状态，这么短的时间显然是不够的。

国家队的比赛

大部分教练员都把除世界锦标赛以外的任何比赛看作是检查国家队水平的好机会。通过友谊比赛可以和外国队交流经验，但在这样的比赛中显然缺少竞赛的因素。奥运会足球赛对东欧国家队来说是一种好的准备形式。例如，波兰国家队在1972年慕尼黑奥运会上获胜后，受到了很大的鼓舞。这一胜利，不仅使该队打下了在预选赛中淘汰英格兰队的基础，而且使运动员有机会试试后来将要举行世界锦标赛的场地。

南美和西欧的职业球队是不参加奥运会的。它们对有机会参加本洲的足联举办的各种比赛给予很高评价。西德队在参加1972年欧洲锦标赛并取得胜利的过程中，获得了许

多宝贵的东西。

国家队的教练员

大多数国家的足球联合会一当本国代表队被淘汰，就立即着手制订准备下届世界锦标赛的计划。负责国家队的那些机关的组织机构和形式是很不一样的。有的国家成立专门的技术委员会，在四年期间内对国家队实行领导。例如，巴西的这种技委会有23个专门人材。有的国家则任命一个国家队教练，他有制订训练计划的自由，当然要得到足球联合会的同意。

在国家队难以进行经常的共同训练的那些国家，各俱乐部教练和国家队教练之间的接触和合作有着特殊的意义。在某些欧洲国家，这种合作以国家队教练和俱乐部教练之间的协议形式固定下来。协议中规定了训练日程，改进某运动员的个人素质的方法等。总的来说，对俱乐部和对国家队都要有利

那些有条件安排国家队进行较长时期的共同训练的国家，也采用俱乐部和国家队共同制订统一计划的办法。所有的人一致认为，对运动员来说，再没有比国家队教练和俱乐部教练之间存在意见分歧和不协调所带来的危害更大了。如果两方面协作一致，那么不仅有利于发展运动员的长处，而且还能既在俱乐部又在国家队合理地运用这些长处。运动员更加明确应如何来保持和磨练自己的技巧，在与周围同伴的配合中对自己有什么要求，他能够掌握无论是俱乐部和国家队给他提出的特殊的战术要求。

共同训练

分析16个队准备工作的细节表明，无论是共同训练的次数，或者是在两次锦标赛之间的四年期间内国际比赛的次数，都存在很大差别。巴西队认为，他们的认真制订的准备计划是在墨西哥取得胜利的重要因素。1974年世界锦标赛前的准备工作他们也是这样安排的。其他一些联合会也采用类似的训练计划。

下表中列举的是几个队专门训练的时间和比赛次数。

巴西队：	集训天数	比赛次数
1971年	28天	7次（包括罗科杯赛）
1972年	42天	6次（包括独立杯赛）
1973年	49天	10次（包括访非、欧）
1974年	33天	9次
波兰队：		
1971年	52天	9次
1972年	62天	13次
1973年	30天	14次
1974年	35天	3次
保加利亚：		
1971年	33天	9次
1972年	32天	9次
1973年	34天	14次

扎伊尔队:	1974年	40天	5次
	1971年	未集训	7次
	1972年	42天	13次
	1973年	180天	12次
	1974年	98天	9次
阿根廷队:			
	1971年	——	10次
	1972年	7天	13次
	1973年	10天	12次
	1974年	45天	6次
海地队:			
	1971年		7次
	1972年		13次
	1973年		14次
	1974年		

从二月份开始,该队经常在一起训练,进行检查性比赛和出访比赛,至锦标赛结束共四个月。

荷兰、苏格兰、西德、意大利等队则处于另一种情况,这些国家的俱乐部队的比赛季节延续十个月。这就是说,它们在竞赛期的大部分国际比赛安排在周中,而国家队没有集训的可能,只能在锦标赛后组织几次访问比赛。这些国家平均每年进行5至9场国家队之间的比赛。1974年,考虑到国家队的利益,它们稍稍改变了漫长的竞赛日程,以使国家队去西德参加世界锦标赛之前有2—3周共同训练的时间。

准 备 内 容

身体训练是任何球类项目的一个重要组成部分。身体训练水平的高低与该项的性质所要求的身体用力紧密相联的。一个防守队员要盯住一个在场上不断快速跑动并经常改变方向对手,他所花费的体力比他所监视的人要大得多。

近十年来,诸如“工作能力”、“紧逼”和“比赛压力”等术语已得到了相当广泛的采用。如果一个队得球后全队进攻、丢球后全队撤回防守,那必须要有高水平的工作能力。不停地跑动加上一对一的争夺,就是这种踢法的重要内容。当同伴掌握球时,周围的人立即摆脱对手,为同伴传球创造多种机会。如果球丢了,他同样应采取积极的态度,或者把球抢回来,或者在球和球门之间抢占有利位置。抢球应该迅速而积极,即使不可能触到球,也要使对手匆忙出球,造成传球不准。要想保持这种压力,紧逼,就要求运动员有很高的身体训练水平,当然还应有相当的技巧和战术能力。

今天,应通过无氧耐力和有氧耐力训练来发展运动员的不停顿地跑动的能力,而不

引起不良后果。绝大多数教练员能采用现代训练方法使运动员达到很高的身体训练水平，并通过测验来检查训练状况。

巴西运动员在准备1970年世界锦标赛时，特别注意培养高度的工作能力，以使自己在这方面不落后于欧洲队。他们把重点放在发展耐力上，手段是跑和各种发展身体素质的练习。经常采用库珀测验，使运动员的耐力达到了很高的水平。巴西人认为，这是保证他们在墨西哥世界锦标赛中取得胜利的诸因素中的一个重要因素。后来，库珀测验法已广泛运用于巴西和其他国家的各级足球队中。

瑞典许多项目的运动员素以身体素质好而著称。国家队在训练中集中力量发展速度和速度耐力，把这些任务摆在培养集体战术之上。瑞典队在世界锦标赛的所有比赛中的最明显的战术特点是利用长传把球送到空档，运动员立即快速突破防线，力争抢先得球。另一方面，只要一丢球，所有运动员又迅速后撤，参加防守。

通过与各国国家队教练的座谈和对他们的准备工作的分析，可以明显地看出，在参加西德比赛前夕，训练课部只用来改进专门的配合或对付对方战术的某些手段。

波兰队经常练习两翼的快攻。巴西人在训练中主要是使运动员明白，在与欧洲队比赛时供控制球和传球的空间和时间比在国内要小得多。西德、荷兰、南斯拉夫和意大利等队更多地组织与弱队的比赛，以便调整比赛节奏和培养集体行动。

大多数国家派专家去了解和分析可能遇到的对手的优缺点。有些队在世界锦标赛前很久就开始了这一工作，并且以后一直延续下来。西德队拥有各种比赛的录像。西德运动员既可以检查自己的行动，又可以研究其他队的行动。

各国教练能极快地发现其他队的战术特点，他们在锦标赛中对对手非常了解。第一阶段的三场比赛后，所有人一致认为，荷兰队的另一个很大特点是未进球的射门机会特别多。大多数教练员很难解释，为什么荷兰队能在整个锦标赛期间保持这样高的比赛水平。

大家知道，在每次比赛中都有一些队一开始就踢得很好，而且一场比一场踢得好；而另外一些队则相反，它们不能发挥自己的最好水平。

取得成就的因素

据我们的调查和与各国教练员交换意见的结果，我们认为一个队取得成功的基本因素是：

- 1.国内应很好开展各级水平的足球运动；
- 2.国家队、俱乐部队以及青少年队的教练员应在组成和发展国家队的共同计划范围内相互合作；
- 3.国家队员应有参加高水平比赛（国际的和国内的）的经验；
- 4.国家队员应有在一个队内共同比赛的机会，因为通过比赛中的合作能培养和发展相互间的默契，了解同伴的个人特点；
- 5.每个运动员在俱乐部队的个人风格实质上形成和决定着他在国家队的踢法。顺利地参加俱乐部队的国际比赛有特殊价值，这种比赛使运动员有机会在与外国优秀选手的

交锋中发挥和改进自己的个人技巧；

6.良好的身体训练水平和不停顿地快速跑动的能力是通过训练取得的，但在气候比较炎热的国家，培养这些素质比较困难；

7.在一个队里，个人素质、技巧和场上纪律非常好的运动员起着特别大的作用；

8.对发挥运动员的积极性起主要作用的是他的高度的责任心，果断性，自我牺牲精神，渴望为本队和本国取胜的心情。运动员应坚持科学的训练原则，饮食制度，必要的休息和恢复。

（未完待续）

（写人摘译自苏《足球球》1975年第13、14、16、18期）

欧洲教练员会议介绍

欧洲足球联合会于1975年1月12日至14日在意大利佛罗伦萨郊区的体育中心召开了第六次欧洲教练员会议。参加这次会议的代表约50人。他们交流了训练经验，畅谈了世界锦标赛的观感和足球运动的发展趋向。探讨的主要问题有：

（1）各队对世界锦标赛的准备；

（2）比赛的分析；

（3）优秀运动员的个人技术；

（4）有关世界锦标赛的竞赛制度；

与会者一致认为，从世界锦标赛的结果来看，南美足球运动的水平在下降。而欧洲队则表演了现代足球运动的特点。他们的踢法比南美更富有进攻性。

现将几个主要发言的内容摘要介绍如下：

西德国家队教练绍恩的助理杰尔互尔念了绍恩写的报告。在谈到西德队的准备工作时，杰尔互尔说：“我们是从学会快速比赛开始的，然后积极地提高运动员的耐力。”

“国家队在比赛前加强了训练，集训期间进行了各种测验。国家队的集训短则两周，长则两个月。主要的测验是参加友谊比赛，特别是出国比赛。通过比赛，既检查整个队的状况，又检查了准备工作。遗憾的是出国比赛的次数没有达到理想的指标。在准备过程中一共进行16场国际比赛。”

杰尔互尔指出：在训练中我们采取个别对待的方式，比如穆勒和贝肯鲍尔这两个人的运动量就不一样，何况后者在世界锦标赛前又负了伤。个别对待还有另一个目的：使运动员能进一步发展自己的长处。如穆勒练习在禁区内近距离的各种姿势射门，经常练得满头大汗。”

“气候没有给我们帮什么忙，天气冷并且多雨。但在这样的条件下，我们注意了速度训练：20—25米的无球跑。时间短，强度大，这是我们的训练原则。”

查尔互尔认为，西德队占有以下几个条件：

（1）锦标赛在西德举行，队员有高涨的情绪；

（2）有象贝肯鲍尔，穆勒，布列特内尔，奥维拉特这样一批出色的运动员，他们依仗自己的个人能力，可以在比赛中创造优势；

（3）有两届世界锦标赛的经验。在四年前的世界锦标赛的结束阶段，运动员都感到体力不够。因此，这次进行大运动量训练再没有必要对他们做说服工作了。他们中的很多人都还记得在墨西哥的那种力不从心的状况。

代替米赫尔斯担任荷兰国家队教练的诺贝尔在发言中谈到了各队的战术。他认为，南美各队采用的是老的踢法。总的来说，1974年的世界锦标赛没有出现新的战术阵式。我们所看到的都是4 + 3 + 3阵式的各种变化，只是运用特别灵活。我指的是所有防守队员都更积极地压向中场，更紧密地集中在进攻区。但是多数队提高了对防守的注意，因而进球数是比较低的。

诺贝尔说：“一人队如果踢进攻型，必须有很好的身体训练水平，当然每条线上都应有核心队员。他们代表着整个队的面貌。”

谈到各个队的准备工作，荷兰队的教练指出：“西德、波兰、南斯拉夫对这届锦标赛的准备最好，南斯拉夫队后来水平有所下降，运动员的比赛负担量安排得不好。”

“现在身体训练安排得越来越科学了。战术上的创新是困难的，因为都改进身体和技术训练。优秀运动员只有在合理条件下，才进行即兴表演。荷兰队和西德队的踢法是一样的，两个队的自由后卫都参加进攻。”

波兰教练布拉乌特在发言中强调全攻全守和身体，技术，战术训练的结合。他认为：“足球运动有了明显的变革。首先突出了身体训练，场上的十个运动员现在都应把身体训练和技术、战术训练结合起来。然而在评价运动员的技巧水平时，他的战术智慧仍是决定性因素。在挑选队员时，我们很重视心理因素。他们应有取胜的信心，能自觉地完成教练员的意图。加多哈和拉托的角球配合运用得如此得心应手。甚至我们这些教练员都感到惊讶！另外还有声东击西的配合，例如，从一侧佯攻，突然把球转移到另一侧。我们也很重视战术的灵活性，要求运动员能根据对手的情况，临场改变战术阵形。”

按照布拉乌特的意见，只有既能很好防守又能很好进攻的人才能使自己的队踢出现代风格。他说：“波兰国家队在准备世界锦标赛过程中，很重视发展耐力，所以在训练计划中安排每三天一场比赛。”

东德教练特拉普以《经验和教训》为题对世界锦标赛作了全面评述，（详细内容见后）。他认为，足球运动已经从纯力量派（象1966年在英国世界锦标赛中所表现的那样）过渡到了斗智和高超技术的表演。防守和进攻之间的配合加强了。各线和各环节之间的相互补位看得更明显，优秀球队不是使自己的踢法去适应对方的行动，而是迫使对手跟着自己走。

各国都有自己的基础俱乐部，国家队员中的大多数就是从这些俱乐部挑选出来的。西德、荷兰、波兰这三个队的人选比较稳定，因此，他们在各场的比赛中发挥得较好。

上述三个队的所有三条线的实力配备都差不多，锋、卫都没有明显差别。相互补位本

身要求运动员全面发展，这就迫使教练员在训练中作重大改革。例如，防守应该严密，前卫线力求控制空间，（这样能更快地转入进攻）而前锋则善于进球和制造射门机会。

巴西人、阿根廷人、乌拉圭人在丢球后全队都后撤至禁区防守，而欧洲队则在哪里丢球就力争在哪里把球夺回来。

守门员和自由后卫最好是高个子。进攻型前卫应有很好的射门功夫。有趣的是在本届比赛中边锋踢进的球超过了全部进球数的一半。

保加利亚教练阿拉卓夫发言的题目是《世界锦标赛的回声》（详细内容见后）。他把参加锦标赛的16个队的踢法分成三类。西德、荷兰、波兰、南斯拉夫等队都是进攻型踢法。巴西、意大利、保加利亚等队则很重视防守，前面留两个前锋。而乌拉圭、海地和扎伊尔等队通常只留一个前锋在前面——这显然是不够的。这次有这样一个特点：大多数进攻都是从准确的长传开始的。

阿拉卓夫认为：“出色的心理训练是全面型足球运动的特点之一，甚至可说是基础。”

法国国家队教练、罗马尼亚专家科瓦奈指出：“现代踢法要求运动员有很好的速度素质来维持必要的节奏。”但是他认为：“要求边后卫经常出击60——70米是不利的和非常危险的……后卫只应在30米范围内活动。前卫的活动范围也最多40米。出击距离太远甚至对优秀运动员也太费气力，他们实际上都往往不这样做。”

另外，苏联教练佐宁在介绍这次教练员会议的情况时也谈了一些自己的看法，他说：“欧洲教练员在每篇报告中都使用了“全面型”这个词。而“全面型”是与第十届世界锦标赛前三名的踢法联系在一起的。”他认为医学和科学研究目前还不能回答我们所关心的许多问题。比利时教练古塔尔斯在会上的发言就是一个例子。古塔尔斯说：“1971年巴西教练扎加洛在荷兰作了一个关于用专门仪器测定运动员身体状况的报告。当时有人问他：你扎加洛在挑选国家队队员时考虑不考虑这些材料。”扎加洛回答说：“我挑选最好的运动员，我已不只一次地碰到这样的情况：医生说某个运动员的状况不好，可是他在场上却表现最好。”

当然这不是说教练员可以忽视已有的材料学和医学成就而另搞一套。出现上述现象，要么就是扎加洛所采用的测验方法针对性不强，要么就是巴西运动员完成测验的质量不高。实际上现在已有几十种测验方法能够反映运动员的能力和当时的身体状况，就是这个古塔尔斯也在运用各种方法对运动员进行检查。

佐宁接着指出：“今天，各国优秀教练员都很重视运动员在比赛和训练后的体力恢复。所有优秀俱乐部队已实行这样的制度，即比赛后全队先返回训练基地，只有第二天中午采用了恢复手段后才让回家。有趣的是发言者中没有一个人说过他们队里有因休假而增加体重，因而需要时间来恢复原有竞技状态的运动员。运动员一般都能自己控制自己的身体状况。而象贝肯鲍尔，克鲁伊夫这样的选手，都能自己掌握运动量。教练员对他们是充分信任的。”

（原载苏《足球》1975年第4、6、8期《国外体育》1975年第5期 易人 编译）

经 验 和 教 训

东德 特拉普

在60年代末和70年代初，足球运动的风格出现了重大变化，这种变化表现为由明显的力量派踢法，（例如，在1966年世界锦标赛中它起了决定性作用）向以足球专项素质作基础的踢法过渡。后者在1970年墨西哥世界锦标赛中得到了广泛运用。

足球运动的变革目前正处在先进的取长补短阶段。因此在1974年世界锦标赛中没有出现任何原则性的新的发展趋向……。我们认为未来的足球运动将沿着下述几个方面发展，而这些方面是相互联系着的。

（一）指导思想

优秀足球队的攻防力量的分配是相当平衡的，而且这种平衡是力求进攻，力求进球的踢法所具有的特征。如果没有可靠的防守，就不能有进攻型足球。

参加决赛阶段的16个队，除少数外，都尽力实现以攻为主的指导思想。在这方面表现最好的是西德、荷兰和波兰队。

（二）阵式

以攻为主（要有可靠的防守）的战术思想导致各队采用4 + 3 + 3的阵式，在防守线上设一个自由人。组织时每条线上或全队组合上应安排好力量的比例；组织者、策应者和战斗员。要使国队成员达到相对稳定，就应采取不是从每个队吸取一个队员，而是一组队员的办法。这样就可以促进各俱乐部队培养出成批的骨干。因此国家队的水平在一定程度上与各俱乐部队的水平有着直接关系。

从世界锦标赛的情况来看，优秀队的战术阵式和人选是相对稳定的。临场情况所要求的或预定的换人不会引起阵式上的或队员相互关系上的重大变化。

荷兰、波兰、瑞典，当然还有西德队在世界锦标赛中都采用固定的阵式。荷兰和西德队中的骨干力量表现得最突出。

（三）优秀队员

每个队都有 不出力量，我们称之为优秀队员。有的队在每条线上都配备有主力，后卫线上的主力队员承担主要的组织工作，中场的主力队员完成战略上的职能，前锋线

上的主力队员则起协调作用。

这些队员的主要活动是：

完成根据指导思想所提出的和要求集体在战术上必须完成的任务；

他们可以根据临场情况独立地调整赛前预订的指导思想或采用相应的办法加以改变；

他们是比赛速度的确定者，并可以根据比赛和进球情况改变比赛的节奏。

要完成这些任务，要求运动员精力非常集中，竞技状态稳定。由于他们经常要以自己的行动去鼓舞同伴，因此，需要有很高的心理和身体训练水平。

在世界锦标赛中表现最突出的运动员是：贝肯鲍尔，奥维拉特，克鲁伊夫·旺·哈内盖姆，德伊纳，利维里诺。

（四）取得成绩的综合因素

成绩的取得决定于身体、技术、战术和意志等方面的因素。为此，需要多年的、细致的发展和培养。这一过程是复杂的。在现代足球运动中，上述那一方面发展不够或发展过度，都不可能用别的什么东西来弥补。就一个运动员来说，不管他是组织者，策应者还是战斗员，他的能力和原有的发展水平都对他在比赛中的个人行动产生影响。专项身体素质和技术能力的进一步发展及他们的相互影响能促进比赛速度的继续提高。为此，需要有关改进训练法的建议。

（五）全面化

我们理解，每个队员都参加防守和进攻就是全面化。全面化有鲜明的界限。……真正的全面化要求每个运动员具有高度的身体训练水平和个人技战术能力。个人能力加上积极的集体配合，就能收到特殊效果。

例如，象布列特内尔，内斯肯斯，弗朗齐斯科，马利诺和奥布拉特等人在世界锦标赛中不断参加防守和进攻，利用了一切极微小的取胜的机会。

（六）防守

防守组织仍然是高水平的。一旦对方控球，防守就在那半场全线展开。防守中的一般特点是有组织的封锁一定区域（主要是中路）和对手。

在现代的进攻型踢法中，防守的稳定性是通过良好的组织和下述因素实现的：

在中场就开始加强抢球。能抢球更好，否则也不让对方通向禁区或减低他们的推进速度；

对控制球的对手及时地，迅速地连续不断地实行盯人防守。此时，离他最近的运动员应封锁区域，减少他传球的机会或使他根本无法传球；

在主要防线上，特别是在自由后卫的位置和关键位置应派身体强壮，个子高和灵活