

高庸專欄 帶你看世界杯

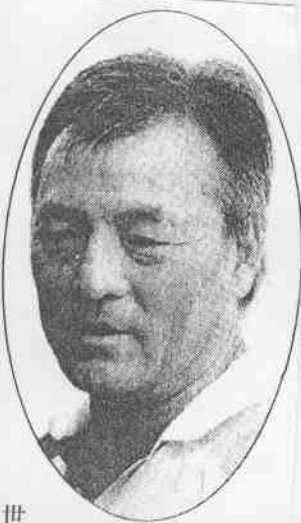
足球運動員具有

高庸

高度教育價值

講求紳士風度的公平競爭 比賽時

不但個人要有表現 也要求團隊精神



個運動的本質具有高度教育價值。它是個講求紳士風度的公平競爭，比賽時，不但個人要有表現，也要求團隊精神，而且不論再大牌的球員，只要一走進球場，既要

從器材、球場等軟硬體基本設置一路談下來，今天我跟大家談談足球的精神面。

我個人認為每四年一次舉辦的世界杯會造成全球轟動，最根本原因是這

遵守規則，又要服從裁判，臨場還不能抗議，比賽結果也不讓改判，是體能、智能、術德兼修的一種運動。它已成爲歐洲文化的一部份，不但學校把足球列爲必修科目，社會上也充滿了各種足球學校、訓練營，一個不懂足球的人，在那裏幾乎無法生存。

它同時也是最經濟、易得性最高的運動。任何人只要會用腳踢就行了，至於踢的「東西」，只要是圓的就行。而且不像其他運動，一定要藉助硬體設備，如籃球，如果不在標準籃框下練習投籃，到正式比賽場地就很難進分；棒球，如果沒有正式場地配上球具，到

足球就不行了，很多足球明星出身都很寒微，小時候根本沒有機會在正式場地踢標準球，但他們只要家中有一面牆，一個圓形的東西，就可以自己練習頂球、踢球，或者跑到戶外，在地上畫個圈

，然後開始練習用全身各部份碰球，直到能夠在那個圈內讓球完全不落地爲止。簡而言之，足球是全世界最不需要花錢就可以自己練就一身本事的運動，這是爲什麼，它既能夠在世界上生活水準最高檔的歐洲風行，也能在生活水準最低落的中南美及非洲興盛。

再看這個運動對人體及心理影響。凡是足球員，儘管它在比賽中有分前鋒、中場、後衛、守門員，但在訓練時卻一視同仁，所有人都要練控、持、盤、射、截等攻守動作，而且現代足球講求全面，球員進場前就必須是全能的，任何位置都要勝任，所以連頭腦都要訓練，因此它應該是一種最均衡的運動，至少在比賽中，幾乎所有球員都須承擔勝負壓力，不像籃球，有個高大的中鋒加上雙塔，就可吃遍天下；棒球，則往往一場比賽下來有些人累得要命，有些人完全沒發揮，光是球員心理就難平衡。

(高庸先生現任中華女足隊總教練)