

《黃武雄專欄》

你從世界杯學到了什麼？

●四年一度的世界杯落幕了。它帶給您什麼？您身為教練看了世界杯以後，在您往後的教練生涯裡，您該怎麼走？！

「生命短暫」(LIFE IS TRANSIENT)。以有效的生命，做對人生有價值的事，一樣的效果，一樣的目標，若能以最短的時間達成，稱之為「經濟時效」；若用於訓練上，稱之為「經濟訓練法」(ECONOMICAL TRAINING METHOD)，希望世界杯給您在足球訓練上，更多的啟示。

您所看到的這一次世界杯，無可置疑的是：

一、「速度的足球」。若您從事基層的足球工作，從開始選擇球員時，「速度」的因素，將是您首先須要考量的。若是您目前所帶的球員，已訓練一段時期，而已在成長中，由於「速度」其有部分是與生俱來的，因此對一位優秀的球員，您可以從他的瞬時爆發力著手，三十碼或五十碼的衝刺練習。但須注意的一

點，「爆發力」的訓練，必須基於「最大肌力」來配合。這是重量訓練的一課，在您的訓練裡，盡量能和「球」配合是最好的。記得，您現在努力的，是訓練出第一流的球員。

二、「全面攻擊的足球」。您的球員，無論是前鋒或是後衛，在個人基本動作、控球技巧的要求、和戰術應用的了解，都要做同樣的要求。因為現代足球，已幾乎無前鋒和後衛之分，每個在場的球員都得知道「攻擊」和「防守」。

因此無論用何種的陣式，同一個位置至少須有三人擔任，一個人也要至少能踢三個位置，這樣您的球隊便能靈活的應用，在對抗不同的球隊時，做適度的調整陣容。在冠軍決賽時，巴西羅納度因生病，上不了場，曾使查加洛教練，傷透了腦筋。

三、「裁判尺度趨於嚴格的足球」。由於新規則的實施——由後面鏟球，一律紅

牌出局——所產生種種的影響。包括球賽是否公平的爭執，十人對十一人導致球隊的輸球，必使四年後的世界杯，在新會長布萊特的主導下，裁判的執行方面，產生重大的改變。由於一個人的視線，無法顧全所有的角度，可能使用二名執行裁判，或是錄影重播的「複審制度」。

我一向主張「乾淨」和「公平」的比賽，也寄望於國內的教練，除了給球員好的踢球技術外，也給予好的道德教育，教育他們絕對的服從裁判的判決，不要在場中隨便舉手去左右裁判的判決，或向裁判做不禮貌的抗議。比賽中一律禁止球員拉扯衣褲、詐死、暴力行為，或沒有意義的犯規。這一次世界杯，南韓的河錫丹、荷蘭的庫伊維特、英格蘭的貝克漢姆、阿根廷的奧特嘉，都是因無意義的觸法，而影響戰局。

四、「死球戰術應用成功的足球」。「死球戰術」包

括自由球、角球、二十碼附近的邊緣球、十二碼罰球、以及「PK大戰」，在這次世界杯，「死球戰術」占有舉足輕重的地位。從PK大戰的法國淘汰義大利和巴西淘汰荷蘭；快速的自由球處理也差一點讓丹麥擊敗巴西；最後冠軍決賽，二個「角球」使法國的席丹二次頭頂攻門成功，而擊敗巴西，奪得世界杯冠軍。寄望國內的教練，重視「死球戰術」，勤加練習。

最後希望教練和球員們，都要知道，一個好的球員，除了能展現好的技術外，要懂得保護自己免於「受傷」。這一次世界杯賽中，義大利⑥內斯塔、荷蘭⑭奧維馬斯、法國⑳杜加利的「受傷」和巴西⑨羅納度的「生病」都曾影響球隊的戰力。

我曾說過，這不是一個人的事，因一人的欠缺，影響整隊的布局。好的球員要學會保護自己，教練也要瞭解「運動傷害」，希望您們都能從這一次的世界杯，得到更多的啟示。

(作者為國際足總A級教練)