



# 真正的失败是停止学习

## 编者按

作为中国足协执委、上海足协分管技术培训以及青少年发展的副主任，孙雯上周末刚刚参加完一个教练员讲师继续培训班。

教练员讲师培训班，简言之，就是培训“教足球教练的老师”。因为分管这一摊的工作，所以，孙雯也旁听了其中两天的课。本周一，上海足协组织的一个D级教练员讲师培训班开班。

退役之后的孙雯，一直致力于中国足球的基础性发展。然而，这位前“世纪足球小姐”，“学得越多反而越觉得惶恐，因为觉得要学的东西还有很多，时间不够用”。

都说“足球从娃娃抓起”，但谁去抓？抓什么？我们青少年足球训练与国外的差距到底在什么地方？我们特地请孙雯写点学习的心得体会，从细节入手，与大家分享。

## “外行看热闹，内行看门道”

大凡喜欢足球的人士，最津津乐道便是这个射门有多棒，那个配合有多好。作为球迷，无可厚非。而作为教练，看待比赛若是像球迷这样，肯定是出了偏差。

尤其是作为一名青少年教练，“观察比赛，发现问题，解决问题”才是关键。在我们称之为足球黄金年龄的11-16岁发展期，教练员如何把足球的知识有效传达给球员，并让他们学习和运用，才是真正有效的训练，举个栗子便能明白两者之间的差距。

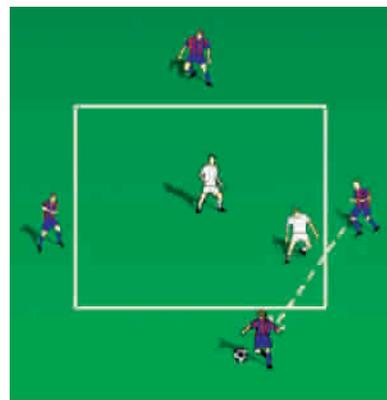
在U13的比赛中，日本的教练发现了小球员总是习惯一只脚踢球，往往是球从哪里来，还往哪里去。该如何帮助小球员解

决这个问题呢？

中国教练的解决方案是这样的：“你要用双脚踢球，不要总是往一个方向。”可小球员总是记不住，一到对抗比赛，还是一只脚踢球。于是，接下来的便是责备：“你怎么搞的，说了那么多次，你怎么还记不住。你猪脑子啊？”

日本教练的解决方案是那样的：设计场景，让小球员自然而然选择用双脚踢球，并不断地鼓励他们。

右图是教练设计的场景。要点是，白色球员只能在方框里抢球，蓝色球员必须两脚踢球，并充分利用比赛空间。而我们从小到



大，都在玩42抢截。却从来没有想过，一个最普通的42抢截，要求不同，达到的效果则完全不同。这就是我们执教的差距所在。

## “我是来还中国足球的债”

“我们只知道它好玩，不出界就是技术好。从没想过，改变一下游戏的规则，队员们立即能从中学习到某种技能。记住，技术好，是一回事。合理运用技术的能力才是比赛真正需要的技能。因为比赛，始终有压力，有对手，不能让孩子把技术转换成比赛需要的技能，就不是一个合格的青少年教练。”这就是目前担任中国足协技术部技术主任的郭家明先生的理念，也是国际足联青少年训练的理念。说起郭家明，想必上点年纪的球迷都晓得，5·19事件，中国足球最著名的失败日。而缔造者，就是这位时任香港队主帅的郭家明。如今，我们都称他郭Sir(先生之意)。作为国际足联资深的讲师和技术调研专家，从培训讲师，到培训教练，从编排培训大纲，到亲自在球场上演练，郭Sir在中国足球技术的培养和发展上，孜孜不倦，他调侃说，“我在还中国足球的债！”

“没有失败的教练，只有停止学习的教练才是真正的失败，”郭家明是戏说。但其实，我们都是还在还债。为我们的傲慢还债，为我们的无知还债。一个十几亿人口的大国，出不了足球人才，是我们所有足球人的亏欠，每个人都得反思。十几年前，我还是国家队球员的时候，曾经对郭先生说过这样一句话：“啊，我还需要从低级教练证书读起吗？”十五年后，当我从D.C.B.A教练员资格一路读来，我深深为自己的幼稚感到羞愧。永远不会忘记，我在马来西亚B级培训的澳大利亚讲师告诉我们的一句话：“没有失败的教练，真正的失败是停止学习。”

作为教练员，我们当然希望培养出一名世界级的足球运动员，但是对于所有孩子如何对待足球以及如何要求自己，我们应该保持一种开放的态度，要明白足球训练只不过是一种体育教授的过程。通过足球训练，我们希望培育孩子们良好的性格



中国足球技术部主任郭家明在授课 图 TP

和责任心意识。我们不能让孩子们在价值观上将胜利看得比学习更重要。

孙雯

# 主动求变 绝处逢生 被动应变 坐以待毙

## 广东男篮客场战胜北京扳平比分

变还是不变，这是个问题，广东队和北京队给出了不同的答案。109比101，昨晚广东队客场战胜北京队，将CBA半决赛总比分扳成2比2平，而最终决定比赛结果的，正是一个“变”字。

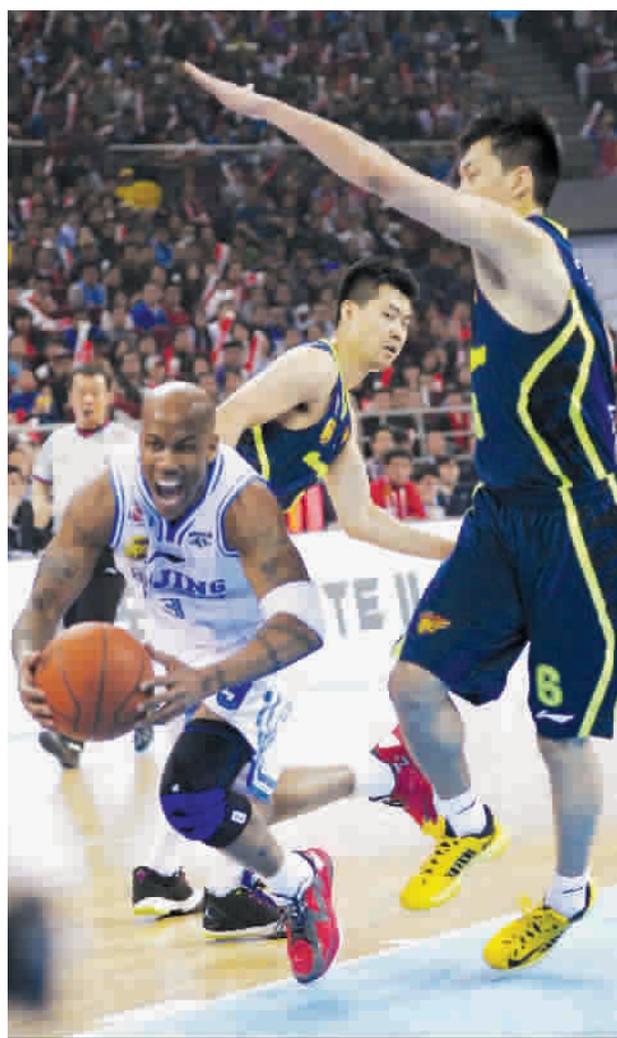
广东队执行教练尤纳斯因伤不能指挥比赛，年轻的杜锋被推上了“救火教练”的位置——迎接他的，无疑是一场艰难的考验，输球就将出局，而且比赛地点是从未攻克过的五棵松体育馆。面对困境，杜锋大胆求变：坚决夹击北京队双外援，12人轮换保持体能，控制阿联上场时间……正是这几大战术变化，不但成功解决了之前3场比赛的“虎头蛇尾”问题，而且也打乱了对手的战术布置。

马布里是北京队的灵魂，昨晚他也受到广东队的“特殊照顾”。仅仅第一节，杜锋就先后更换3名球员防守他，从高度占优的周鹏，到速度占优的陈江华，再到小外援艾维，利用多人轮换防守来限制对手。虽然最终马布里依然砍下34分，但是广东队的包夹战术却成功切断他和队友的联系，他全场只送出3次助攻。同样的战术也用到北京队大外援莫里斯身上，董瀚麟、任骏飞、李原宇轮番上阵消耗他，虽然莫里斯第二节依旧神勇，但是整个下半场他才得到

10分——更重要的是，几名替补的轮番出场为易建联赢得了休息时间，这使得他在第4节有充沛体力应战。

杜锋以前打球时，有个绰号叫“杜老大”，但是昨晚叫他“杜大胆”更为合适——上半场他就让全队12名队员上了个遍，而在关键的第4节，他居然一度祭出“全班班”，有哪个教练胆子这么大？杜锋这么做，确实不无道理。之前3场半决赛，尤纳斯用人非常保守，最多一次才用了9名队员，最终导致主力球员第4节纷纷体能不足，这才有了总比分1比2被逼上悬崖的恶果。昨晚杜锋很敢用人，尽管并不是每个替补都能发挥巨大作用，但是至少他们为主力赢得了休息时间。

反观北京队，在只差一步就迈进总决赛门槛的关键时刻，队员们的心态发生了微妙变化，而主教练闵鹿蕾战术上“以不变应万变”的策略也宣告失败。和上一场一样，北京队仍然想依靠双外援拿下比赛，最终马布里和莫里斯虽然联手砍下65分，但是国内球员无一得分上双。闵鹿赛后很无奈：“回到主场，大家气势和客场不一样了，没有了天不怕地不怕的感觉，可能心理上还是有些包袱，除了外援，国内球员的作用没体现出来。” 本报记者 李元春



北京男篮外援马布里(白)昨受到对手的“特殊照顾” 图 CFP

## 体彩公告

### 排列3第14062期

中奖号码：3 8 2  
直选 4826注 1000元  
组选六 10789注 166元

### 排列5第14062期

中奖号码：3 8 2 3 2  
直选 42注 100000元

### 七星彩第14027期

中奖号码：5 0 6 5 4 8 6  
一等奖 0注 0元  
二等奖 10注 48248元  
三等奖 169注 1800元  
四等奖 2480注 300元  
五等奖 29442注 20元  
六等奖 374942注 5元



扫一扫添加新民体育公众账号