

论足球比赛中的传球技巧

黄长青 西华师范大学体育学院 2014 级 6 班

摘要: 现阶段, 随着足球运动的不断普及, 足球运动受到了越来越多人的热爱。足球作为最受人们欢迎的运动之一, 被誉为世界第一运动, 这是一项需要集体配合的运动。在这一过程当中, 传球作为最基础的技术, 可以说是组织进攻, 渗透突破, 创造射门时机的重要手段。在这种情况下, 切实掌握足球比赛中的传球技巧, 可以说具有重要意义。

关键词: 足球比赛; 现状; 原则; 传球技巧; 研究分析

一、足球运动的起源发展

足球这一项体育运动的起源, 我们最早可以追溯到北宋时期, 因此也就有着非常悠久的历史, 直到今天, 足球运动仍受到众人的追捧, 被誉为世界第一运动。足球运动不仅能够帮助我们增强自身的体质, 而且还能够培养自身养成良好的团队合作能力。随着时代的快速发展以及足球运动的不断推广, 足球这一项运动逐渐被列入到学校体育教学当中。由此我们不难看出, 足球这一项运动所占据的地位也越来越重要。

二、我国足球传球技术现状

在足球比赛当中, 运动员所必须要掌握的基础, 同时也是最基础的技术就是传球, 这一项技术, 是构成足球运动的重要组成部分。在足球比赛的过程当中, 如果队员彼此之间能够将传球技术发挥的淋漓尽致的话, 那么必然会在很大程度上提高进球的几率。由此我们不难看出, 拥有良好的足球传球技巧, 对于整节足球比赛来说, 具有重要意义, 可以说是最关键性的因素。在实际的足球比赛当中, 如果运动员能够非常熟练的掌握足球的传球技巧, 和队友之间形成默契的传球, 再加上完美的战术, 那么, 必然就能够控制住正常足球比赛, 进而带领队伍取得胜利。但是, 我们都知道, 足球这一项运动虽然受到了我们的热爱, 但是不得不说, 这一项运动却一直是我国的弱项运动。在实际的足球比赛当中, 由于足球运动员并没有良好的身体素质, 在加上并没有掌握良好的传球技巧, 这就使得我国足球运动逐

渐和西方很多国家, 例如: 西班牙、巴西、荷兰、德国等足球运动强国之间产生了巨大的差距, 这在很大程度上影响着我国足球事业的又好又快发展。在这种情况下, 全面加强对于足球运动传球技巧的训练显得尤为重要。

三、足球传球技巧的基本原则

(一) 意图隐蔽

我们在足球训练的过程当中, 要想全面提升运动员的传球技巧, 首先就需要充分的提高运动员在传球过程当中注意隐蔽自身的传球意图。在实际的比赛当中, 运动员要想获得更多, 并且更加有利的传球机会, 就必须要将你最及时的传球意图隐藏起来, 这样一来, 不仅能够有效的避免被对方球员断球, 而且还更加有利于队友精准接球。由此我们不难看出, 在实际的足球比赛当中及时的隐藏自身的传球意图具有重要意义。相反的, 如果运动员在传球的过程当中, 反复的观看想要传球的队友及传球区域的话, 那么必然就会暴露自身的传球意图, 进而导致传球被对方抢断。所以, 我们在足球比赛的过程当中, 必须要隐藏自身的传球意图, 包括传球路径、方向、球员等等。

(二) 目标准确

在比赛当中, 我们除了在传球的过程当中要隐藏自身的传球意图之外, 还应充分的明确传球目标。足球传球分为对人传以及空档传两种方式, 我们在实际的比赛当中, 如果传球出现众多失误的话, 那么必然就会在很大程度上降低进球几率, 进而导致比赛的失败。因此, 我们在足球比赛当中进行传球的时候, 就必须明确自身的传球目标, 进而通过和队友之间的相互配合, 有效提高传球的成功率。在比赛当中, 我们可以通过横穿或者是回传的方式, 进而掌握球的主动权, 偶尔使用横穿的传球方式, 能够达到出奇制胜的效果。在比赛的过程当中明确自身的传球目标, 能够在很大程度上提升比赛胜率。

(三) 时机恰当

我们在传球的时候, 只有准确的掌控好传球的时机, 才能够得到出奇制胜

的效果。作为一名足球运动员, 在传球的过程当中必须要学会随机应变, 准确的掌握传球的时机、传球对象以及传球区域, 进而降低被对方球员抢断的机会。相反的, 如果运动员盲目传球的话, 那么必然就会导致在传球的过程当中被断球。再例如, 如果传球过早或者过晚的话, 那么必然就会导致队员出现越位的现象, 进而使得队友陷入僵局。因此, 我们在实际的足球比赛过程当中, 正确的掌握传球时机具有重要意义。因此, 我们应积极的通过实战训练的方式, 帮助足球运动员掌握传球的最佳时机。

一般来说, 传球的时机主要包括以下两种:

1. 传球在先, 跑位接球在后

传球在线, 跑位接球在后, 这也就是我们所说的传球指挥跑位。在这一过程当中, 主要是控球者通过传球所实现的, 在这一过程当中, 我们应充分的按照传球路线, 进而进行跑位接球的方式, 进而来实施战术意图。例如: 转移强攻, 当一侧边路发起进攻的时候, 必然能够吸引大量的对方球员防守, 在这个时候, 我们将球快速的转移到另一侧边路, 然后队友及时的插向该空当区域, 进而发起快速强攻。再举个例子来说, 快速反击, 当控球队员成功截球之后, 在第一时间内将球传向防守队员身后空当处, 在接球队员接球之后, 快速实施射门。在这里需要我们注意的是, 这一传球方式需要运动员具备极强的反应能力, 在接球之后, 快速的做出相应的反应, 反应迟钝的话, 必然就会被对方识破, 进而抑制战术的有效发挥。

2. 跑位在先, 传球在后

跑位在线, 传球在后指的就是跑位引导传球。这一传球方式, 需要我方队员同时跑向多个空当区域, 然后控球人员选择一个最具有威胁的空当进行传球。这一传球方式的最佳传球时机, 就是在队友疾跑将要超越对手的那一瞬间。如果传球过早的话, 那么就极易导致防守队员转身先得球; 如果传球过晚的话, 那么必然出现队友减速等球的现象, 这

下转 (第 39 页)

反拍接发球时,判断好来球线路,可选择攻击对方三个点,打对方正手位时脚步要作向左侧身调整。

④正反手切削摆短击球(图3)

由于少儿的前后移动都相对较慢,而且基本没有网前球和高压球技术,前后调动会比较有效,在正手切削摆短中,往往可以起到很好的效果,直接得分,并且会牵扯到对手的注意力,如果对手注意力放在前场,调动对方到网前,打对方穿越或者挑高球让对方左右前后跑动,让对方始终处于被动状态。在教学中,为提高摆短放小球的安全性,可让小运动员把球摆放在球场的中间位置。

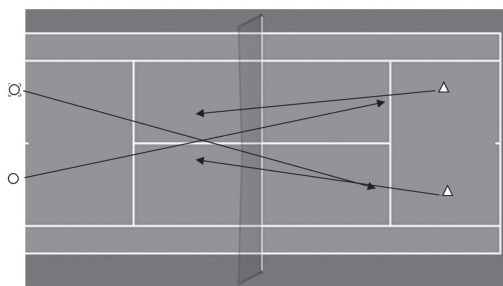


图3 正反手切削摆短击球

⑤假动作击球---提高阶段

这个战术的运用首先运动员要有很好的预判,并且脚下提前侧身移动,早早做出挥拍攻击的动作,如果对方不动就果断攻击对方场地的空档,如果对方移动,就攻击对方的身后,骗过对方,做假动作时要观察对手,同时要在击球时稍微滞后点,这样可减少对方判断的时间。从而达到击球优势并且获胜。

(2)教学实战接发球练习

因为少儿的理解力较弱,所以在教学过程中,要由易到难,先讲解后练习,但儿童模仿力强,一般教练要亲自示范讲解,先讲分解动作,再讲组合动作,这样小队员很快领悟要点,并掌握接发球的基本技术。

二、结果

在进行下手接发球前,小队员的击球成功率基本保持在60%-70%左右,经过训练,击球成功率基本达到100%,得分获胜率由50%上升到75%或100%,关键是小运动员的自信心提高了,越来越敢打了,能根据对方的来

球,知道怎么打,往哪个方向打,打在什么位置。

三、结语

通过理论分析和实践训练相结合,小运动员对每一个来球都能清晰的处理,不像以前头脑中是模糊的,现在战术明确,思路清楚,对接发自信满满,打法多变,尤其是对方下手二发球,会主动上前迎击球,在比赛中经常由被动变主动,通常破发成功并且获得比赛最后胜利。根据儿童的思维特性,教练要讲解和示范相结合,关键是教练要重视儿童的接发球训练,认知到接发球和发球同等重要。

参考文献:

- [1] 鲍勤.谈网球接发球的基本打法[J].南京体育学院学报(自然科学版),2005,4(3):71-73.
- [2] 李庆有,俞继英,张忠秋等.网球接发球研究[J].中国体育科技,2006(5):62-65.
- [3] 张安琪,李昱朋.网球接发球技术与战术特点探讨[J].体育世界(学术版),2016(4).

上接(第37页)

也就给了地方队员可乘之机。

我们上述所说的第一种传球方式,虽然属于单点单线传球,隐蔽性并不高,但是我们传球的过程当中如果能够做到准确而又快速的话,那么也会给对方球员带来一定的威胁。第二种传球方式属于多点多线传球,这也就给了传球者巨大的选择余地,因此也就有着较强的隐蔽性,不易于防守者及时的做出防守,因此也就有着较高的进球几率,因而这也就成为当前的主要传球方式。

(四)力量适中

在实际的足球比赛过程当中,运动员应充分的结合战术需求以及实际状况,进而科学合理的控制自身的传球力度。在这一过程当中,需要运动员充分的结合传球路径、方向、距离等多个方面的因素,进而采取适中的力量,使得队友能够更好的接球,并做出相应的战略选择。如果运动员在传球的过程当中传球力量过大的话,那么必然会导致队友在接球的过程当中,无法及时的做出相应的反应,进而影响到传球节奏;如果传球力度过小的话,又会导致对方球员断球。在这种情况下,全面提升足球运动

员的传球技巧,良好的掌控传球力量,进而掌握掌控传球节奏,扭转比赛局势。

四、足球传球注意事项

(一)先观察再传球

在比赛当中,我们时常会看到很多运动员在拿到球后,往往会先带球,然后再寻找有利的传球机会。其实,这是一种非常错误的思想。我们在比赛当中,在拿球之前,必然要充分的掌握周边状况,在拿到球之后,第一时间内进行传球,而不是带球。如果没有发现有利的传球机会,我们才应带球寻找有利传球机会。

(二)传易不传难

我们在传球的过程当中,应始终秉承传易不传难的原则,因为这不仅能够确保传球的成功率,而且还能够提高队伍进攻的机会。

(三)传近不传远

在比赛当中,我们传球的时候,首先应选择距离自己较近并且有利的队友,进而在确保传球成功率的同时,能够保持进攻的连续性。

(四)传少不传多

传少不传多指的就是,在传球的时候

应尽量往防守人数少的地方传球,这样有利于拉开阵型,更好的实施战术,提高进球的几率。

五、结语

综上所述,足球这一项运动越来越受到更多人的喜爱。传球作为最基础的足球技术,是我们组织进攻,渗透突破,创造射门时机的重要手段。在这种情况下,我们就应加强传球技巧的训练,同时在传球的过程当中应遵循先观察再传球、传易不传难、传近不传远、传少不传多的原则,顺利赢下足球比赛。

参考文献:

- [1] 张乾伟,余吉成.关于足球比赛中传球内涵的分析[J].成都体育学院学报,2013(06).
- [2] 黄新,徐鑫明.足球比赛中连续传球配合的运用及练习方法[J].中国学校体育,2013(06).
- [3] 郭炳彦.浅析足球运动中传球的技术原理及战术原则[J].北京体育大学学报,2009(06).
- [4] 赵建安.现代足球角球进攻战术中传球及落点的研究[J].西安体育学院学报,2012(02).