

U16国足主帅上村健一：

但缺少独立思考
球员身体条件出色

U16国足主帅上村健一

50岁的日本足球教练上村健一来华工作5年,带过数支青训队伍,目前担任中国U16男足主教练,熟知中国和日本球员的特点。

他认为,对比日本球员,中国球员有其显著的优缺点。中国球员、尤其是青训时期的球员该如何扬长避短?对此,上村的见解发人深省。

在接受记者采访时,上村阐述了他的看法。

优点一:执行力强

善于思考,但中国孩子对教练要求的反应和执行都非常迅速,且富含激情。”

上村认为,中国球员执行力强的优点,让他们特别适合去打现在流行的高位逼抢战术。

他说:“场上防守包括前场、中场和后场三部分。后场防守,因为球门就在身后,这是一种被动性的防守。而防守越到前场就越靠近对方球门,防守就更加主动。从球员心情来说,

主动防守肯定强于被动防守;当主动防守成功时,他会更开心。如果球员具备这种执行力,就能很好地完成教练对于前场压迫的要求。一旦球员能够在前场防守中抢断成功,形成转换,就能更加快速有效地威胁对方球门。”

“我们可以把中国球员执行力强的特点很好地利用到前场的高位压迫,这非常有效。”他说。

优点二:身体条件出色

础上,要让他从小就磨炼技术并增强对场上比赛的理解能力,要让他接受科学的教育,养成科学思想和观念。”

上村说,如果孩子拥有身体优势,他会倾向于利用这种优势,而不去练脚下技术或去动脑思考比赛形势。而身体条件瘦小的孩子,小时候只能通过提升个人技术或者对场面的理解,去与大个球员周旋。

“但是等到十五六岁,大家

身体都发育起来,以前大个孩子的身体优势不复存在,同时他的技术和脑子转速也不如以前的小个孩子,就会被甩在后面了。”他说。

上村通过这些讲述表明:中国孩子身体条件出众,但如果得不到科学的训练,这一优势就会反噬他们,造成难以弥补的损失。

缺点:缺少独立思考能力

上村认为,很多中国球员比赛中要靠教练的指引踢球,不会根据场上形势作出判断。“我来中国后看到的球员多数如此。”

他说:“教练员赛前会对对手作出分析,但你不能保证比赛情况跟你分析的情况完全一致。这就需要场上队员随机应变作出调整。比赛主体以及根据需要作出判断的最终还是球员本人。”

上村说,有次一个中国球员在比赛中做了一个错误动作。他问球员为什么这样做,对方回答以前教练就是要求他那样做。

他说:“你不能别人怎么说,你就怎么做,你要根据场上的情况、同伴的位置和对手防守意图等因素综合分析,做出一个比较合理的决策。”

上村认为,很多中国球员缺乏独立思考能力与他们的生活环境、教育背景以及训练方式有关。

他认为,具体到足球训练中,应该为球员创造独立思考的机会。授之以鱼不如授之以渔,要告诉球员做决策的基准与方法,不能越俎代庖去替球员做决策。

上村说,球员作出决策后,教练需要及时给他反馈。正确决策要鼓励,存在误差的要提出改进建议。“先给球员一个判断的基准和方法,然后给他时间去判断,最终再给他一个反馈,这是一个良性循环的过程。只要时间足够,球员就能养成独立思考能力,比赛阅读能力也会相应提高。”他认为,锻炼球员决策能力的最佳方法就是比赛。

上村说,他在中国执教的实践表明,只要教练方法得当,中国球员完全可以养成独立思考能力。

他以他执教的U16国足的防守方面的改进为例进行解释。他说,防守职责大体上分为三个方面:盯人、保护和站位。防守队员需根据场上形势判断自己该担负的职责。一些球员刚入队时,防守只会执行单一职责。经过大半年训练与比赛,他们现已能根据比赛需求,自行在这三个角色里不断进行转换。他们在独立思考与决策方面取得了巨大进步。

上村的一席话,点出了我们青训领域的痛点:愿意和能够科学训练、培养球员独立思考能力的教练在哪里?

据新华社



仓鼠视频 HAMSTER VIDEO

沧州日报社 出品

属于沧州的视频工作室

大型纪录片 / 宣传片 / 多机位直播

首届国际大运河影像大赛金镜头奖
《伟大的变革——庆祝改革开放四十周年》国家大型展览视频单元入选
全国城市党报媒体融合奖融媒创新奖
河北省宣传文化系统工作十大创新案例
河北省网络产品重点扶持精品项目
抖音平台单视频流量破亿

联系方式:17632050016

断交公告

县道李杜东路下穿京沪铁路通道(兴济段)路面塌陷及积水严重,因铁路运行安全及排洪防涝的工作要求,现正在对道路基层渗水进行降水、排水,该改造工程需续延至2024年10月30日。期间所有车辆禁止通行,轿车及小型货车请提前绕行(南边绕行兴济南街道洞子,北边绕行兴济民主街和兴济北街两个道洞子),因施工给您带来的不便敬请谅解。

特此公告

沧县交通运输局
沧县公安交通警察大队
2024年9月30日

在线办理

公告 声明 通知 广告 拍卖 挂失

电话:3061515

微信:17717792898

地址:沧州市新华路报业大厦一楼



空调移机回收
维修、家电回收
电话:5127777

沧州晚报
广告部

地址:解放西路
传媒大厦17楼