足球高手防守战术运用的四大原则

 防守战术是在丢球后的即刻开始的。防守战术在比赛中的具体运用，往往表现出一定的被动性，即受进攻战术的牵制。但就其目的而言，防守战术是扼制对方进攻并设法夺回球的控制权。因而，其主动性仍然是极其明显的，防守战术的主动性通常体现在战术原则主动运用方面的积极抢断。为了掌握好防守战术，防守队员必须掌握好下面几个原则：

一、延缓原则

就是延缓阻碍对方的进攻速度，为本队组织严密的防守布局争取时间。延缓原则常用于进攻失球后的即刻，完成这一任务的队员一般是离球最近的锋线队员。一般说来，锋线队员失球后的唯一战术职责就是作为防守的第一道障碍线，阻止对方有组织的快速反击。当然，在条件许可的前提下，这一队员也可以见机行事，主动积极地抢断球。做为初学者必须清楚地了解延缓的目的。原则与灵活常常是战术奏效的不可分割的因素，而两者恰到好处的随机掌握，则来自于队员对具体赛势的分析以及整体战术意识和应变力。

二、平衡原则

主要是指防守队员在人数上至少与进攻队员保持等量。在同伴延缓对方进攻速度时，每一防守队员应根据自己的位置职能要求，迅速回撒到自己的防守位置上并在整体布局上形成相互保护的合理站位。一般说来，初学者在练习实施这一原则时，总是要求防守队在防守人数上尽可能多于进攻队。

在执行平衡原则中，延缓进攻速度的防守队员可以灵活地断截球。对于防守的队员来说，这一有助于迅速恢复控制球权的机会切不可放过。当同伴在运用延缓原则时，其他防守队员决不可把延缓作为减慢回撤速度的理由，相反每个队员都应尽可能快的回位。

三、集中原则

是指防守队员在回位后，把注意力专注于每一位进攻者，面对进攻者要因时制宜地采取积极性性的反抢行动。

在执行该原则时，要以近球者紧逼、远球者适当保持一定距离为基本思想。集中防守的成败，从个人角度讲，每一队员的抢截、铲球、破坏球技术，良好的起动断我速度以及防守意识、临场经验等起着十分重要的作用。就整体配合而言，成败更取决于队员间的保护、补位、夹击以及围抢的配合能力。

四、控制原则

通常是针对于后场区的防守而言。其基本内容是：基于球门前面是防守区域的咽喉地带，为了确保球门安全，防守队员必须采用盯人方法，以控制对手在此区域的一切行动。盯人可采用人盯人与保护的方式，也可运用区域盯人的方式，这主要取决于本队和对方队员的具体攻守特点，但无论取何种形式，牢牢控制对手的根本目的是不能掉以轻心的。在完成这一战术任务过程中，防守队员所运用的技术手段可包括：限制进攻者靠近球，封堵控球者脚下球，抢截和追逼进攻者等等。 总之，防守者必须竭尽全力阻拦和扼制进攻队员任何可能的射门机会。 在执行该原则中，每一防守队员的主要任务在于控制进攻者的一切行动，但每一防守队员也应始终在头脑中留有随时准备反攻的意识。因为一旦抢下球就意味着进攻的开始，如果防守者能在防守中孕育着进攻的动机，那么，抢下球后必然会寻求快攻，而快攻则必然有助于进攻的威胁性。