

武力不是万能药 有时也得出奇招

盘点赛场上那些出其不意的“绝技”

记者 怀晓

哪儿痛打哪儿 “砍鲨”有奇效

NBA史上最让人觉得“无赖”的战术，恐怕就是“砍鲨战术”了。

“砍鲨战术”顾名思义，就是当年针对“大鲨鱼”奥尼尔发明的一种战术。因为奥尼尔在内线无解，但又存在着罚球差的致命伤，所以，很多球队会通过奥尼尔无球犯规，将他送上罚球线。

“砍鲨战术”实际上是一个走规则漏洞的战术，也是战术性犯规的一种。当球队分数落后时，采取这个战术，就能很快得到追分的机会：只要对方未能命中罚球。

“砍鲨战术”体现最为淋漓尽致的一场比赛，是2000年NBA总决赛湖人与步行者第二场的比赛。

当时，步行者为了限制奥尼尔的得分，全场疯狂对他进行包夹，甚至不惜凶狠犯规，奥尼尔走上罚球线的次数高达39次，整场比赛几乎成了奥尼尔的罚球秀，而他只罚中了18个。

这套从发明初始就饱受争议的战术，一直是球迷热议的焦点，是违背体育道德，还是竞技体育智慧的体现？关于这样的争论，仁者见仁，智者见智。

“砍鲨战术”虽然能成功打断对方的攻势，但使比赛失去了原有的观赏性，因此2016年NBA被迫修改规则：比赛最后两分钟，不能对无球球员犯规，否则不仅让对手站在罚球线上，还会失去球权。

“摆大巴” 穆帅战术很流行

足球赛场，提到“摆大巴”战术，最绕不过去的一个人就是穆里尼奥，这是大巴“开”得最好的一位主帅。

“摆大巴”战术最初由穆里尼奥在2004年提出。彼时，穆里尼奥作为英超切尔西队的教练，在主场被热刺0:0逼平后，他评价对方

近日，韩国江原道冬青奥会短道速滑女子1500米A组决赛，两名中国运动员杨婧茹、李金恣通过“兔子战术”（也称“套圈战术”），完美配合包揽金银，上演了一幕战术奇迹，令人拍案叫绝。

竞技体育并非只是“武力值”的较量，智慧在其中同样起着关键作用。事实上，除“兔子战术”外，各竞技领域，也都有属于自己的大绝招。



杨婧茹与李金恣(右)巧用“兔子战术”包揽金银牌。 新华社发

的死守：“就像我们葡萄牙人习惯说的，他们把大巴停到了球门前。”

从此，人们把这种极致防守的战术称作“摆大巴”。

“摆大巴”是一种形象的说法，意思是在防守端囤积球员，并将防线退得特别深，球员像是一堵墙或者一辆大巴一样横在球场，以阻止对手的进攻。这是足球中最为保险的战术，又被很多球迷戏称为“乌龟阵”。

讽刺的是，穆里尼奥最终将他原本嘲笑对手的战术，在其执教生涯中贯彻得淋漓尽致。

“摆大巴”战术，也因穆里尼奥而发扬光大。许多欧洲的弱小俱乐部在面对拜仁、皇马这样的豪门时，往往都会采用穆里尼奥的“大巴战术”范本，以期逼平甚至求胜。

2018年俄罗斯世界杯，“摆大巴”战术更是被冰岛队玩到极致。当然还包括俄罗斯、伊朗等队，他们都依靠强悍的防守反击，取得了不错的成绩。

世界杯之后，批评“摆大巴”战术的声音不绝于耳，有人将这一战术视作对足球的侮辱和现代足球的倒退。它的优势在于可以有效压制对手的火力，减少失球数，但比赛变得更为沉闷，防守动作更加凶狠甚至“肮脏”，却是不可否认的事实。

“变速跑” 田径拼的不止实力

很多人认为，跑步是纯体力项目，能力强就会跑出好成绩。但这种认识较为片面，因为战术在任何项目中，都是取胜的重要因素之一。

尤其是中长跑，战术分为“跟随跑、领跑、变速跑”，近年来，采取“变速跑”战术取胜的案例还真不少。

2020年全国田径锦标赛男子10000米决赛中，绝对速度不如彭建华等年轻人的云南老将董国建，在比赛进行到4公里时，突然“加速”冲出大部队，并利用自己擅长的“变速”能力，接二连三地变化节奏。

这番操作，彻底打乱了对手的跟跑节奏，他最终战胜彭建华、戚振飞等强敌，夺得冠军。

所谓变速跑，就是在比赛中的配速不是匀速的，变速跑分为先慢后快和先快后慢。先慢后快这种跑法，是前面阶段采用低配速跑，后面采用高配速跑，这种跑步策略比拼的是最后的冲刺能力。

先快后慢，则是在前程拖垮

对方，利用后半程来实现个人能力的突破，这种战术对于跑者能力有很高的要求，一般适用于想取得好成绩的人，比如运动员想破赛会纪录，往往会采用这种激进的跑法。

不过，“变速跑”对运动员有氧能力、无氧能力等综合能力要求都很高，对运动员体能极限是一大考验。

空中加油 “兔子”的作用真不小

在职业公路自行车比赛中，车队会采取各种各样的战术，通过车手之间的相互配合来夺取佳绩。其中就包括“空中加油”战术。

公路自行车竞赛中的“空中加油”战术，是一种车队中副将干扰对手，为主将保存体力并为其破风的综合型战术。而在了解“空中加油”前，首先要知道自行车竞赛中的“兔子”。

在公路自行车赛中，由于比赛路程较长，在非关键路段中，车手会采取在集团中匀速骑行的方式来控制体力，只有在经过冲刺点、爬坡点或临近终点时，才会发起真正冲刺。

但在比赛过程中，经常会有一些车队副将从大集团中单骑而出，以较高的速度甩掉大集团，进行领跑，这些车手被称作“兔子”，也叫做“突围手”。

“兔子”冲出大集团后，会在一定程度上提升大集团的速度，或是引来其他车队车手的追赶。这样就在一定程度上为本队控制了比赛节奏，并将对手进行牵制，消耗追赶者的体能，为本车队队员保存实力。

待主将追上后，“兔子”便开始进行“空中加油”工作，在体力消耗较大的爬坡路段中，接应后方赶来的主将，为主将进行破风。

“空中加油”战术中，扮演“空中加油机”角色的，就是“兔子”。

这也说明，一支优秀的车队，除了拥有能力突出的车手，在战术方面同样十分成熟——一件环法黄衫车手的背后，其实是车队队员之间紧密合作的成果。

编辑：季禹 美编：杨晓健 组版：颜莉

wedding

我们结婚啦

Welcome to our

“纸”记美好

一句问候，一声祝福，
镌刻纸上，铭记美好。

订版电话：0531-85196204
85196199

结婚 喜 启事



新郎：崔春昱 新娘：张泽霞

2024年1月28日（农历癸卯年腊月十八）
正式结为夫妻。合二姓以嘉姻，乐于钟鼓；
敦百年之静好，宜其室家。今日婚礼，特此
登报，敬告亲友，亦作留念。

结婚 喜 启事



新郎：任永旭 新娘：胡雅文

于公历2024年1月30日（农历：腊月二十）
正式结为夫妻，从此星海同赴，一生同路。
特此登报，敬告亲友，亦作留念。

结婚 喜 启事



新郎：房光银 新娘：宋丹丹

2024年1月27日（农历癸卯年腊月十七）
正式结为夫妻，两姓联姻，一堂缔约。良缘
永结，匹配同称。合二姓以嘉姻，乐于钟鼓；
敦百年之静好，宜其室家。今日婚礼，特此
登报，敬告亲友，亦作留念。