

第十章 怎样组建一支冰壶队

比赛中，一支冰壶队不是简单的四人组合，由于冰壶是为数不多的真正团队运动项目之一，球队中每名队员负责不同的击球，因此，队员与其位置的合理“匹配”是非常重要的。

虽说要成功建立一支冰壶队需要考虑很多因素，但有四个主要因素是必须考虑的，它们依次是：

- 所有队员在自己的位置上都很顺手，而位置结构（一垒、二垒、三垒或四垒）绝不代表他们的技术水平或在球队中的价值；

- 所有队员的冰壶释放方法和释放点都相似；
- 所有队员都努力使“投壶运动轨迹”相似
- 所有队员都懂得团队交流、刷冰以及定位系统的价值

第二条和第三条可以通过一起比赛和训练来达到，然而，第一条是最重要的，它是许多球队队员的合作不能超过两年的原因，所谓“四垒综合征”指的是一支球队中有一名以上队员认为自己应当是四垒。

击球解剖

在讨论球队中谁应该打哪个位置之前，我们先来理解一下击球从开始到结束是怎样一个过程、队员们怎样相互影响，这对了解每个位置很有帮助。比赛中不是某个个体在击球，而是整个球队在击球，球队中的所有队员参与每一个击球，这种团体运动项目为数不多，我只能想到一个——划船。

以下是比赛顺序，它发生在每一次击球上，所有四名队员都有参与，就好像一些事情同时发生，又一起消失。如果一支球队合作很好，则所有这些都将在一次击球上。

注：需要几个月的团队训练，队员们才能把所有这些事情做得完美，不要指望你的临时球队能够达到这样的境界。

投壶

- 四垒根据击球呼叫做出决定
- 他或她与队友针对击球进行交流
- 他或她观察冰的状况、放置冰壶刷
- 他或她与队友交流击球所需要的力量
- 在另一端，刷冰队员就位并做好准备，投壶队员与刷冰队员确认击球呼叫以及需要的力量

- 四垒给刷冰队员指示一个开始方向（如果方向很好，则可能什么都不需要）
- 如果力量太小，则刷冰队员开始刷冰
- 在冰壶到达一半行程时，刷冰队员告诉四垒冰壶将停在哪里
- 四垒继续与队友交流冰壶运行路线，如果路线有问题，则给出刷冰指令
- 冰壶停止，四垒与刷冰队员的交流全部结束

注意：在此过程中，投壶队员只有两个任务：击打冰壶刷和投掷一定力量的球。

击走

- 四垒根据击球呼叫做出决定
- 他或她与队友针对击球进行交流
- 他或她观察冰的状况、放置冰壶刷
- 他或她与队友交流击走所需要的力量
- 在另一端，刷冰队员就位并做好准备，投壶队员与刷冰队员确击球呼叫以及需要的力量
- 击球队员专注击球，用需要的力量朝冰壶刷投掷冰壶
- 四垒给刷冰队员一个相对路线的初始指示
- 刷冰队员带着实际力量初始指示站到各自位置上
- 如果需要，四垒请求刷冰
- 冰壶停止，四垒和刷冰队员的交流全部结束

注意：在此过程中，击球者仍然只有两个任务：击打冰壶刷和投掷一定力量的球。

选择运动员

首先要记住这样的原则：所有运动员必须在适合他们的位置上，他们必须能够完成自己的职责。冰壶队的每个位置都有一个特定的职责，在寻找队员或分析现有球队时，记住以下几点：

一垒

职责：一垒负责为一局比赛开球，多数情况下，一垒的投壶结果决定着该局的战术运用。在很多场合，一局的结果就是一垒击球的直接结果。一旦一垒投完全部两只冰壶，则他（她）的角色即变为队友的支持者，成为一名核心刷冰队员。

对一垒的要求：一垒是这种类型的人：他（她）完全理解第一个出场运动员的角色。过去，一垒通常被认为是团队中经验丰富且技能很高的运动员，这在联盟球队中可能是对的，而在竞赛级别的球队中，他（她）与队友具备同样丰富的经验和同样高的技能，所不同的是：一垒能够清楚地理解他（她）被赋予的重要角色。一垒通常将冰壶球投入营垒，有时也投掷几个击走（takeout）球。

挑选这样一个人作为一垒：他的投壶动作由身体驱动，动作完美流畅，这样投出的冰壶力量均匀一致，同时他（她）还必须是一名精力充沛的刷冰队员。

<http://www.tianocurling.com/indexen.htm>

二垒

职责：二垒的主要职责是保持四垒做出的、一垒最初执行的战术思想。二垒位置上的击球可以有很多种，通常要求二垒打出第一个防守球或者进攻球，它可以是一局中的第一个“旋球 (come-around)”。按照自由防卫区规则，二垒通常是最先遇到障碍的队员，即他（她）是第一个不得不将球投掷到防卫球后面的运动员，二垒还可以根据比赛战略或一垒表现扮演“清道夫”的角色。如果一垒在一次或两次击球中失误，则可以要求二垒使用重击或“双飞 (double)”清理该区域。二垒应当有能力进行大力投掷，将另一球击走，同时具备准确的方向控制力。

对二垒的要求：与一垒相似，二垒是这样的人：他（她）完全理解队员的角色；由于对二垒的击球要求比对一垒的更多，因此，二垒必须具有娴熟的击球本领。在整个比赛中，二垒受到的关注度可能最小，他（她）必须能够认识到这个位置不是一个吸引眼球的位置。如果队伍中有一个拉拉队长，那么二垒是最合适的。

选择一个有力量的二垒，他（她）的投壶必须完美流畅，以保证投壶一致，同样，他（她）也必须是一名精力充沛的刷冰队员。

三垒

职责：要求三垒具备各种击球能力，从防卫 (guard) 到剥离 (peel)、从粘球 (freeze) 到双飞 (double)，三垒必须有随时投掷任意一种击球的本领；通常要求他（她）投出锁定比赛的高难度击球。除击球技巧外，三垒还必须具备优秀的战略知识、营垒管理以及优秀的空间方向调整技能，这是球队中最难的工作，因为三垒应当能够指挥刷冰队员对四垒投掷的冰壶实施完美无瑕的刷冰。记住，三垒只对每局的两次击球呼叫刷冰，多数情况下，三垒是球队中技术最好的队员。

对三垒的要求：三垒必须是一名真正的团队合作型运动员；由于他们的技术能力与四垒相当，因此，他们必须支持并信任四垒作为自己的球队领导，即使他们是球队中最好的投手也要如此，因为三垒的角色是非常重要的。

挑选一名击球没有任何问题的队员作为三垒，任何问题都将导致球队成功受阻。

努力寻找一名能够两边刷冰的三垒。

四垒

职责：四垒的角色是给整个球队提供全方位的领导和决策，其在击球方面的最大职责是“锁定”该局，他（她）可能是本局战术的最后执行者。在优秀球队中，要求四垒投掷维护型击球，如防卫球、开放击走 (open takeout)、开放拉引投掷 (open draw) 等。然而，也有许多场合要求四垒投掷关键性的防守击球，如旋球 (come-around)、粘球 (freeze)、打甩 (hit and roll) 以及营垒四英尺区域的拉引投掷 (four foot draw)。

对四垒的要求：四垒必须具有稳定球队其他成员情绪的影响力；尽管四垒不是球队中最好的击球手，但他（她）必须能够沉着地完成最后击球。四垒投掷后，一局比赛结束，因此，其投壶压力是非常大的。球队必须有信心认定四垒将成功地锁定该局比赛或该场比赛。

显然，球队动态是一支球队成功的重要因素；在四名优秀投手组成一个有凝聚力的整体并达成一致目标之前，没有人能够保证他们会成为一支优秀球队。任何一名对其它位置球员持怀疑态度的队员都将成为失败的催化剂。

找一名教练

在最近的 20 年里，冰壶教练变得比以前更加流行，许多参赛球队都有一名教练，世界锦标赛和奥运会中每支队伍也都有一名教练。选择教练可能很难，因为他（她）必须具备每名队员的技能。一个好的教练要具备以下才能：

- 团队目标制定
- 投壶和刷冰技术分析
- 冲突管理
- 比赛规划
- 对手分析
- 比赛场地分析

比赛中有教练指导是有益的。与其它运动项目不同，冰壶比赛规则不允许教练员在比赛中提出击球要求、自由更换运动员等，这就要求教练员在比赛之前进行正确的规划，因为他（她）只能在暂停和第五局休息时与队员进行交流。

教练关注球队的长远规划，使球队关注长期目标而不是短期目标。