謙:教練請問您畢業於什麼學校?

陳:我畢業於中原大學。

謙:請問教練有沒有除了足球之外的運動專長?

陳:有，我是羽球隊跟籃球隊，我還有田徑、跳遠和短跑。

謙:請問教練擁有什麼運動證照?

陳:C級足球教練執照

謙:請問教練曾經是足球球員嗎?請問是踢什麼位置?

陳:不是足球員。

謙:請問指導過那些俱樂部?或是校隊?

陳:花蓮美育虎足球俱樂部，以及花蓮菁英代表隊。

謙:請問教練如何評估一個人適不適合踢足球?有什麼特別的方法嗎?

陳:適不適合踢足球，是只要有興趣就可以踢，只是說好跟不好，因為會變成你能不能長久在這個領域內得到成就感， 足球是一個很容易上手，也是一個很容易跟大家一起玩的運動，所以我覺得每個人都很適合踢足球。

謙:請問守門員需要具備的生理條件?

陳:c2-1-1反應快然後判斷力要好，還有他必須跟手眼，跟手跟腳，就是他c2-1-2協調性要很好。

謙:請問後衛需要具備的生理條件?

陳:要比較耐用，他的生理條件跟前鋒的生理條件要相似，但是可能要因為後衛要應付的是前鋒，所以你c2-1-3前鋒要有的生理條件， 後衛就要有什麼樣的生理條件。相反的你要有更多的，你可以稍微慢一點，但是你可以更c2-1-4耐衝撞，所以高大的球員比較適合後衛。

謙: 請問中場需要具備的生理條件?

陳:中場的生理條件就必須要有c2-1-5靈活的頭腦，他必須c2-1-6能掌控球的進行，攻擊的方向和防守的方向，那他的生理條件就變成必須要有c2-1-7良好的判斷力，跟對球賽的感覺，中場反而不需要強烈的生理條件，他要夠聰明，且要冷靜。

謙:請問前鋒需要具備的生理條件?

陳:你如果夠高，就是前面我講的，適不適合踢足球，因為足球這個運動很自由高的人有高的進攻方式，矮的人有矮的進攻方式，c2-1-8高的人他可以靠頭頂，這是一種進攻方式，像是荷蘭隊，他們很高，靠空中的頭頂啊，來射門，那c2-1-9矮的人巴西他們就靠腳法， 所以生理條件，沒有一定要什麼樣的生理，以前鋒來說，他沒有一定要，他很靈活，那你也防不住。他長得很高的人，頭頂球，你也防不著，c2-1-10足球前鋒可以依照自己的生理特性，有不同的進攻風格，防守就比較沒有這樣的問題，高壯，一定比矮小好防守，這比較有限制性。

謙:請問守門員需要的心理條件?

陳:c2-2-1守門員的心理條件，第一個要不怕球，第二個耐得住寂寞，他必須要很冷靜，球來不緊張，因為久久球才會到他前面來，那也以整個足球場的視野來說，他的c2-2-2視野是最好的，可以看到前面15個人，整個隊伍的最後方，所以他必須要有很好的統整能力，他是後場的指揮官。

謙: 請問後衛需要具備的心理條件?

陳:一樣他c2-2-3不能太緊張，他也要有勇敢的精神，這個勇敢的精神，是跟守門員不太一樣，c2-2-4守門員有點像賭博性質，他可能先預測，可是c2-2-5後衛沒有這個機會他只有單純的判斷，不需要預測，因為足球後場有幾個安全區跟危險區，你要把你的敵人誘導到、逼迫到一個安全區，執行工作上、執行能力上，要很好的堅持度，有耐心，不要急著出腳，避免被過，他的心理條件是沉穩的。

謙:請問中場需要具備的心理條件?

陳:中場球員他要c2-2-6靈活，因為他要判斷何時進攻，何時防守，然後判斷走勢，譬如說，如果今天大家都往右邊打，左邊一定是空的，他必須在大家都打右邊的時候， 思考到左邊是空檔，然後把球傳導到左邊，所以他必須，c2-2-7一樣是冷靜的，必須是開心的，不能意氣用事，譬如說他一直覺得右邊很好，一直衝，一直衝，可是右邊一直打不進去，那你要靈活的換邊。

謙: 請問前鋒需要具備的心理條件?

陳:剛剛c2-2-8中場是要創造力，因為他右邊不行，就打左邊嗎，進攻不行就打防守，而前鋒的叫做創意，因為他的目的很簡單，就是去得分，但如何去得分，球到他腳下，要如何推進，是他唯一的工作，當然防守，如果對方後面拿到球，也要去搶斷，比較像是他的副職，主職還是得分，那我剛講的這些東西，畢竟足球是一個很，足球場的是一個很大的場地，他c2-2-9是一個密度最低的運動，足球場那麼大，人數那麼少，所以每個人、足球員都要有很好的，空間觀念，他必須有很好的方向感，因為你專注在帶球的時候，很容易看不到別人，所以你必須靠身體的感覺，和大腦的記憶力去知道你的隊友那個時候在哪裡，因為你絕對有可能在很遠的地方，是你眼睛看不到的，你只能用喊的，或者是隊友會在什麼地方，這是我覺得是足球員必須具備的基本功能，就是不管什麼位置，因為後衛也可以是得分的，誰規定後衛不能得分，但是他如何得分，c2-2-10他必須要有很好的空間感才能打球，才能傳到好的地方，然後再搭配隊友，這是一個團隊的運動，所以團隊合作是我覺得是中場是很需要團隊合作的心理，因為他最忙最累。

謙:謝謝教練。