

现代排球技术发展特点及趋势

赵子建,许瑞勋

(河南师范大学 体育学院,河南 新乡 453002)

摘 要:采用文献资料、归纳整理、录像观察分析等方法,有针对性地对现代排球技术发展特点、趋势进行了探讨。旨在明确排球技术的发展特点及趋势,以便给有关人士尽早进行设计、实验出更合理更先进的新技术,并有效地在比赛中加以应用提供参考。

关 键 词:排球技术;发展特点;发展趋势

中图分类号:G842.3 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2001)03-0035-02

On exploring the trends and characteristics of modern volleyball techniques

ZHAO Zi-jian, XU Rui-xun

(Institute of Physical Education, Henan Normal University, Xinxiang 453002, China)

Abstract: This paper explores the trends of techniques of modern volleyball by exploring literature and summation, and by watching and analysing video. It aims to make clear the trends and characteristics of volleyball techniques so that the experts in the same field can design and experiment on the reasonable and advanced new techniques, and they can efficiently make full use of them as soon as possible.

Key words: volleyball techniques; developing characteristics; trends

排球技术是在比赛规则允许的条件下所采用的各种合理击球动作和配合动作的总称。^[1]排球技术的发展是以排球技术为研究对象,在原有的技术基础上所进行的以改变其动作结构、原理等特性因素的创新性活动。比赛规则的修改促进了排球运动的发展,势必影响排球技术的变化。为了重振中国排球雄风,攀登世界排坛高峰,适时把握排球技术发展特点,认清排球发展趋势,依据其规律革新排球技术是我们面临的重要任务。

1 排球技术发展演变的特点^[2]

(1)新技术出现的3个途径——改进、移植和创新。改进原技术:如前臂垫球技术是对翘腕垫球技术的改进和发展。移植其他技术:如前伸式拦网技术移植于篮球的“盖帽”技术。创新技术:如日本女排现采用的低抛低弧发球技术^[3]。

(2)创新技术是偶然出现——普遍运用——规范动作——自由运用的过程。如“快板球”从30年代偶然使用到逐渐提炼规范其技术,之后为世界诸强普遍运用,并不断创新出“短平快球”、“平拉开快球”、“高快球”、“错位快球”、“远网快球”等一系列快球。

(3)进攻与防守的技术发展,前者领先于后者,后者又促

进前者的再发展。如扣球技术领先于拦网技术,而拦网技术的丰富与完善又促进了立体进攻战术的发展。技术是战术的基础,战术是技术的综合运用与升华。只有技术上有了新的变化,才能为战术创新提供新的前提条件。如两次球及其进攻技术带动了两次球转移进攻战术;因跳发球和远网扣球技术的提高,才出现了后排进攻和立体战术。

(4)竞赛规则与技术发展的辩证关系。排球运动的竞技发展产生了规则,并决定了规则的内容;而规则又限制了比赛的性质与形式。规则必须不断修改以适应排球运动发展的需要。规则的正确及时修改,根本性地影响着排球技术的发展。如“每球得分制”、“自由人”等新规则的实施,必定促使排球技术出现新的变化。

2 排球技术的发展趋势

(1)技术动作分类趋于模糊。现代排球比赛攻防转换的节奏加快,攻防的概念也发生了变化。发球不单是比赛开始的技术而又是极强的进攻技术。球速可以达到100 km/h,超过了扣球速度。拦网也不再是单纯的防守技术而变为最前沿的进攻技术了。

(2)技术动作模式的发展更新。在现代排球的高水平比赛中,由于球速的增快和战术变化的莫测,防守技术动作由

收稿日期:2000-11-20

作者简介:赵子建(1976-),男,河南新乡人,在读硕士研究生,研究方向:排球运动训练学。

原来准备姿势——判断——移动取位——击球的模式,发展到边判断边取位——反应动作——控制球的模式。判断与取位同时进行,反应动作则以身体的适当部位去拦截球,如肩、臂、手、脚等。而这些部位与球接触的瞬间,控制球的反弹方向和力量便是现代防守的技术动作要领。“发挥运动员潜意识的作用,预先综合判断,注意起球的技巧和控球能力”^[4]便是其经典的概述。正面双手垫球的动作在防守中已不多见,取而代之的是耸、翘、抬、挡、搪、拍等多样化的击球技术动作。

(3)跳发球技术的多样化。跳起大力发球的球速很快,但只依靠单纯大力跳发的技术已经太简单了。跳发平飘、轻飘,跳发侧旋、下旋,轻发落点,发组合性能球等日渐盛行。助跑勾手大力跳发球、单脚起跳跳发球等新技术已初见成效。^[2]

(4)对防守技术难度的降低和判罚尺度的相应放宽而出现的新技术。这些新技术,如高姿位防守和脚踢球技术;垫击二传技术等。由于冲跳扣球增大了可扣球空间和适应能力,对二传球的落点要求降低,从而诞生了“边二传”、“心二传”和“中二传”阵形。

(5)近网和快节奏的后排扣球技术。后快球由原先的距网2m左右向近网1m左右处推进,成为后近体快球。此外,单脚冲跳扣球也缩短了后排扣球与球网的距离。在快球

掩护下的后排第二起球以及强攻的弧度均有降低的趋势,加快了进攻的节奏。

(6)单手拦网技术。有意识地使用单手手腕拦网,增加了拦击高度和伸过球网的距离,提高了防守攻击性,是拦网技术发展的前沿技术。

排球运动的创新,归根结底是技术的发展与创新。因此,只有认清排球技术的发展趋势,把握时机,遵循其超前性、针对性、价值性和可行性的基本原则,提前进行设计、实验及运用更合理有效实用的新技术,才能在比赛中出奇制胜,夺取比赛的胜利。

参考文献:

- [1] 体育院校通用教材.排球运动[M].北京:人民体育出版社,1999.
- [2] 金 贇.现代排球技战术创新发展特征与实例探析[J].中国体育科技,2000(3):14-16.
- [3] 张承玉.第8届世界杯女子排球比赛各个参赛队进攻技战术运用特征规律的探讨[J].中国体育科技,2000(9):26-27.
- [4] 葛春林.排球运动科学研究的现状与发展方向[M].北京:北京体育大学出版社,2000.

[编辑:周 威]

【书讯】

《学校体育史》征订启事

由李晋裕、滕子敬、李永亮主编的《学校体育史》是全国哲学社会科学“九五”规划重大课题“中华人民共和国教育史研究”成果之一。

该书较全面、系统论述了中华人民共和国成立50年来学校体育卫生发展和改革的历史,该书资料翔实,内容全面、是各级教育、体育、卫生有关管理部门工作人员和广大的学校体育、卫生老师,以及学校体育理论和史、志研究工作者的重要考文献,是全国体育系、科和有关体育、卫生专业师生必备的参考书,也是全国各级各类学校图书馆、阅览室及其他有关图书馆有价值的藏书。

该书由中央教科所体卫艺中心、北京华健开发公司发行。每本定价24.80元,集体订购300本以上给予8折优惠。凡10本以下订户,每本加收包邮费15%,10本以上订户,免费邮寄。欢迎订购。

订购办法:

邮局汇款:100088 北京北三环中路46号 刘桂菊

银行汇款:北京工商银行北太平庄分理处;户名:北京华健开发公司;帐号:100-144442-13

联系电话:(010)62003347、62375134 联系人:李永亮、刘桂菊