

2004年全国跆拳道冠军赛技战术运用情况的调查分析

高志红, 马振水

(河北体育学院 民族传统体育系, 河北 石家庄 050041)

摘 要:对参加2004年全国跆拳道冠军赛中运动员的技术使用情况进行调查分析。结果表明,横踢技术应用单一的问题依然存在,而且其得分率较低;击头技术的发展明显停滞不前;侧踢技术击头使用不多,但效果较好。

关键词:跆拳道; 技战术; 2004年全国跆拳道冠军赛

中图分类号:G886.9 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2006)03-0122-03

Investigation of the application of competitive kickboxing techniques and tactics in National kickboxing Championship 2004

GAO Zhi-hong, MA Zhen-shui

(Department of National Traditional Sports, Hebei Institute of Physical Education, Shijiazhuang 050041, China)

Abstract: By applying such methods as literature data, on-site observation and video statistics, the authors made an investigation and statistics on the technical performance of athletes who participated in National Kickboxing Championship 2004, and revealed the following findings: The problems of monotonous application of sweeping kick technique still remained, and the athletes' scoring rate for applying this technique was relatively low; the development of head hitting technique was obviously standstill; in the mean time, some problems were accidentally found, such as that the head hitting rate by applying side kick technique was relatively high.

Key words: kickboxing; techniques and tactics; National kickboxing Championship 2004

2002年跆拳道竞赛新规则出台,在新规则启用后的2年时间里,我国竞技跆拳道技术使用情况产生哪些变化?本研究以参加2004年全国跆拳道冠军赛中男女8个级别75场共232局(包括7次平局)比赛为调研对象,分析我国近几年竞技跆拳道技术的发展变化及存在的问题,同时找出我国当前竞技跆拳道技术的应用情况及其特点,为我国与高水平国家的跆拳道技术发展情况进行对比提供了可能,同时,也为各运动队的技、战术训练提供参考。

1 各局得分情况

对75场比赛进行了双方各局总得分的统计,其中犯规所扣分数和7次平局共得7分,不在表1内容中。平均分为一场单方的平均得分。表1显示:得分最多的为第2局,占总得分的37.5%;其次为第3局,占总得分的35.0%;排在最后的为第1局,为27.5%,比第2局少85分,得分差距较大。第1局的总得分明显少于2、3局,说明大部分运动员在体力充沛的第1局打法较为保守,洞察对手技战术的时间也较长,加之得到教练的指挥也较少,致使不敢轻易使用技术,怕

被对方反击,从而背着“包袱”比赛。所以,调引、洞察对方技战术所用时间较长是造成第1局得分低的主要原因。这提示教练员应尽快培养运动员的独立应战、主动组织战术及缩短调引、洞察对手技战术时间等能力。

表1 75场各局总得分统计

局次	得分	总得分率/%	局平均得分
1	233	27.5	1.6
2	318	37.5	2.5
3	297	35.0	2.0
合计	848	100	6.1

第2局得分明显增多,因为经过第1局的交锋双方运动员、教练员已基本掌握对手的技战术特点,并进行了己方技战术的调整,从而使得得分明显增加。第3局,从技战术上讲,双方已更为了解,应是得分最多的一局,但由于一方比分领先(尤其是比分领先较多时),很多运动员采用“保赢”节省体力为下一轮做准备的战术,所以得分有所下降;再者,运动员

收稿日期:2005-10-26

基金项目:河北省体育局、河北体育学院院管课题(编号为:04Y08)。

作者简介:高志红(1972-),女,讲师,硕士,研究方向:武术、跆拳道教学与训练。

比赛到最后一局,由于体力水平下降,进而影响动作质量、得分效果和得分率,也是第3局得分下降的原因之一。所以,在技战术水平较为接近时,从某种程度上讲,第3局是运动员体能与意志品质的比拼,同时也提示在千变万化、竞争激烈的跆拳道比赛中还应慎用“保赢”战术,以免造成被动局面。

2 踢法技术使用和得分情况

表2显示:横踢、劈腿、后踢技术的使用次数和得分排前3位,原因在于其动作结构较其它技术相对简单、易于得分和防守。同时也看出其它踢法的使用率、技术水平较低。当然这与跆拳道在我国开展的时间较短有直接关系。

表2 75场各种踢法使用次数和得分统计

踢法	使用次数	占总次数比例/%	得分	得分率/%	占总得分比例/%
横踢	4 097	87.4	767	18.7	89.7
劈腿	280	6.0	44	15.7	5.1
后踢	152	3.2	28	18.4	3.3
旋风踢	23	0.5	4	17.4	0.5
后旋踢	16	0.3	8	25.0	0.9
推、摆、侧踢	121	2.6	4	3.3	0.5
合计	4 689	100	855	100	100

(1)横踢技术的使用与得分比例较2002年基本持平,技术应用过于单一的问题依然存在。

2004年横踢得分占总得分的89.7%,较2002年的89.4%上升0.3%^[1],说明我国竞技跆拳道技术使用过于单一的问题依然存在,仍然是以横踢为主的连击踢法组合和双飞踢等技术为主要得分手段。目前,当我国竞技跆拳道水平发展到各运动队水平相当时,技战术的多样性显得尤为重要,因为在技术水平快速发展的今天,技术全面、多样,变换多端,将决定战术运用的变化与种类,同时也是决定能否成功破坏对方战术部署的重要因素。所以,技术的全面与多样将是我国竞技跆拳道发展的方向。

(2)横踢技术的使用次数与得分较其它技术比例悬殊,但其得分率不高。表2显示:横踢技术的使用次数占使用总次数的87.4%,但得分率仅为18.7%,也就是说有81.3%的横踢技术使用并未得分。显然,提高其得分率,是比赛制胜的关键。

调查过程中发现,除对方防守成功外,横踢技术使用不规范及得分意识不足,是导致横踢得分率低的主要原因。规则要求:准确有力地击中有效得分部位才得分。“有力”的体现又在于击打效果的明显度,击打效果又依赖于技术的正确与否和动作力度的大小。

1)在本次比赛中,很多击打部位准确,而没有得分,其原因主要是击打效果不明显,影响得分。主要表现为:技术着力点没有充分接触护具,这是造成没有得分最多的原因。由于得分机会出现时,运动员为了迅速抢抓得分机会,而忽视

了动作技术的规范,造成正脚背接触护具时的面积过小,没能将正脚背全接触或大部分接触护具,影响击打效果;再者,击打到护具上时力的方向改变(改变方向为斜上),从而造成接触时力的减小,力度是得分的关键要素,没有一定的力度,击打到护具上的效果就不能充分体现,尤其是在某些副裁判处于盲区的时候,就要凭经验去听、去感受是否得分和给分。所以,每一次横踢,都要注意技术的规范,尽量使脚背全接触护具,不要因击中而效果不明显而浪费得分机会。

2)技术的发力顺序是影响横踢得分的又一原因。横踢技术要求“鞭打”发力,要有韧劲,而很多运动员临场发挥不出来,踢击的腿像“棍”一样僵硬,从而影响力量的发出造成得分率低。应将全身的力量通过拧腰、转髋、制动等过程,将相关关节和肌肉按其发力顺序协调、节节贯穿传于着力点(脚背),抽打到对方的有效得分部位上。这样不仅有利于力量的集中发出,促其得分,同时又使横踢具有像“鞭子”一样能随机应变。总之,在激烈的赛场上,技术能否正确使用与发挥决定着得分与否,它依赖于平时对技术掌握的规范与牢固程度,所以,应继续狠抓基本技术训练。

3)增强得分意识和信心,提高得分率。俗语说:“精神一到,何事无成”。在比赛过程中的得分也是一样,当捕捉到得分时机时,尤其是做高难、高分踢法时,要对自己充满自信,出腿不要犹豫,要有“势在必得”的精神,大胆、全力地发挥自己的技战术,否则因为精神意识的犹豫,势必对技术的速度、力度及准确度造成影响,使技术不能全面发挥,影响有效得分。所以,在平时训练中应提高和培养运动员的有效踢击意识和信心。

3 击头技术使用和得分情况

(1)击头技术发展停滞不前。2004年击头得分占总得分的6.3%,与2002年的11.3%相比^[1],竟下降5.0%,说明我国此项技术水平发展明显停滞不前。在本次统计过程中,除劈腿使用次数较多外,其余的踢法攻击头部的使用次数和得分都很少,击头技术也较为集中在个别运动员的技术表现上,多数运动员的使用次数和得分都较低。虽然总体使用攻击头部的技术种类和次数较2002年有所上升,但占总得分的比例下降,说明新规则对击头得分的增加也促使其防守技术的发展和提高。本次比赛没有像预计的那样,伴随新规则启用时间的增长而高分击头技术的使用次数和得分比例明显增多(2002新规则对得分的分值进行了更改,鼓励击倒与击头),说明我国竞技跆拳道此项技术发展较为缓慢。据有关资料显示,两年前,国内比赛此项技术的得分就落后于国际比赛,所以,我们应引起高度重视。再者,无论从规则的导向还是技术的发展趋势来看,高分击头技术可能成为今后国际比赛的制胜因素,若我国此项技术不加速发展,将会在国际竞技跆拳道赛场中落伍。

(2)击头技术使用和得分最多的踢法为劈腿,但其得分率较低。结果表明:使用击头次数且得分比例最多的踢法是劈腿,击中头部并得分的为17次34分,占击头总得分的63%,排第一位,但其得分率较低,排第4位,为6.1%。造成

该技术得分率低的主要原因为:动作路线较长,速度慢,易于被察觉和防守。调查过程中发现,有 10 次劈腿技术击打头部被对手躲闪后而击中胸部得 1 分。所以,应提高该动作速度和隐蔽性,提高得分率。

(3)击头技术得分率高依次排序为侧踢、后旋踢、横踢。比赛中,观察到侧踢技术多用于阻击,但在统计过程中,却意外的发现使用侧踢击头技术两次,得 4 分,成功率为 100%;同时后旋踢在击头得分比例中也较高,为 25%,排第二位;后踢、双飞也有一次攻击对方头部但未得分。所以,后旋踢与侧踢的击头技术应引起重视,其得分率高可能与动作难度较高,使用较少,致使某些运动员只重视对一些常用击头踢法的防守而忽视了对不常用的击头踢法的防守有关;再者,后旋踢动作本身具有攻即是防的特点、侧踢技术可由使用最多的横踢技术空中变线获得等,都说明其技术在使用时的隐蔽性较强,使对手防不胜防。所以,在高分击头技术快速发展的今天,教练员应根据运动员个人技术特点和素质水平有选择的进行击头技技术训练。

4 结论与建议

(1)调引、洞察对方技战术情况和独立应战能力不足是造成第一局得分低的主要原因。所以,提示我们的教练员应尽快培养和提高运动员的独立应战、主动组织战术及缩短调引洞察对手技战术时间等能力。

(2)横踢技术的使用次数和得分比例排第一位,且较其它踢法比例悬殊,但得分率较低。需进一步增强此项技术使用时的规范性,同时注重对得分意识和信心的培养,提高得分率。

(3)横踢技术的得分比例较 2002 年有所增加,技术应用

过于单一的问题依然存在。所以,应进一步加强动作的左右平衡与多样性的训练与应用,以提高战术的应变能力。

(4)攻击头部的技术使用和得分最多的踢法为劈腿,而得分率最高的为侧踢和后旋踢。所以,提示我们攻击头部所使用的技术应结合运动员自身条件有选择的进行重点练习。

(5)击头技术得分比例较 2002 年有所下降,说明我国此项技术停滞不前和其防守技术高于技术得分的发展,其发展令人担忧。规则的导向即是趋势,若我国此项技术不加速发展,将会在国际跆拳道赛场上落伍。

参考文献:

- [1] 王彦会,高志强,高志红,等. 2002 年全国跆拳道冠军赛技术使用情况的调查与分析[J]. 少年体育训练,2003(6):29-31
- [2] 刘宝成,赵秋蓉,鲁凡. 97“康富来杯”全国跆拳道锦标赛技术分析[J]. 西安体育学院学报,1998,15(2):37-41.
- [3] 朱辉,薛新轩. 中外男子跆拳道运动员比赛腿法技术运用情况的对比分析[J]. 武汉体育学院学报,2002,36(6):149-150.
- [4] 曾于久. 中国跆拳道队参加第 14 届男子第 7 届女子世界跆拳道锦标赛情况分析[J]. 武汉体育学院学报,1999,33(6):37-39.
- [5] 赵磊. 跆拳道裁判员记分理论与实践[J]. 搏击. 跆拳道,2004(9):22-26.
- [6] 刘宝成,赵秋蓉,鲁凡. 1996“万基杯”中国跆拳道锦标赛调研报告[J]. 西安体育学院学报,1996,13(1):48-51.

[编辑:李寿荣]