

上海女排参加全国排球联赛技战术分析

张立明

摘要:通过对2006-2007和2007-2008年全国女子排球联赛以技术统计进行比较研究,分析上海女排这两个年度在比赛过程中技战术上的变化情况,寻找与其他强队的差距,从而探讨上海女排比赛时的各种技战术因素,并为上海女排今后的技战术发展提供训练上的依据。

关键词:上海女排; 比赛; 一攻; 防反; 失误

中图分类号: G808 文献标志码: A 文章编号: 1006-1207(2011)05-0076-03

Technical and Tactical Analysis of Shanghai Women's Volleyball Team in the National Volleyball League
ZHANG Li-ming

(Shanghai Institute of P.E., Shanghai 200237, China)

Abstract: Based on the technical statistics of the 2006-2007 and 2007-2008 National Women's Volleyball League, the article analyzes the technical and tactical changes of Shanghai Women's Volleyball Team in those competitions so as to find out its deficiencies as compared with the other strong teams. It discusses the different skills and tactics that can be used by Shanghai Women's Volleyball Team in competition in order to provide reference to the training of Shanghai Women's Volleyball Team.

Key words: Shanghai Women's Volleyball Team; competition; first attack; defensive counterattack; mistake

2005年的全运会结束以后,上海女排进行了队伍的调整,增加了许多新队员,并以“提早谋划队伍的可持续发展”为基本点,开始了新周期第一年的训练、比赛工作。功夫不负有心人,在教练的带领下,上海女排经过顽强的拼搏,取得了较好的成绩:2006-2007年全国女排联赛第七名后,在2007-2008又取得全国女排联赛第三名,同年又获得了全国城市运动会女子排球冠军,在一年的时间内运动成绩大幅度提高。在2006-2007、2007-2008这两个年度中,由于人员的调整,上海女排的技战术水平虽然不如鼎盛时期,但在一攻和防反两大主要技战术体系上仍然保持着一定的优势。通过对2006-2007和2007-2008年全国女子排球联赛的技术统计进行比较研究,分析上海女排这两个年度在比赛过程中技战术上的变化情况,寻找与其他强队的差距,从而探讨上海女排比赛时的各种技战术因素,并为上海女排今后的技战术发展提供训练上的依据。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

以上海女排为研究对象。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

收集和阅读了大量的有关排球的文献资料,并进行仔细的整理和分析。

1.2.2 图像解析法

对2006-2007和2007-2008年全国女子排球联赛的录像进行解析与整理。

1.2.3 数理统计法

用 Excel、Spss13.0 软件对解析后数据进行相关分析和统计处理。

2 结果与分析

2.1 上海女排目前的技战术优势分析

一支排球队的实力,不仅体现在队员的身体素质、临场经验和心理素质等各方面,更重要的是比赛时技战术水平的发挥上。在2006-2007、2007-2008这两个年度中,由于人员的调整,上海女排的技战术水平虽然不如鼎盛时期的出色表现,但在一攻和防反两大主要技战术体系上仍然保持着一定的优势。

2.1.1 全国联赛上海女排一传和一攻情况对比分析

排球的每球得分制规则的实施,使得一攻成了排球比赛的重要得分手段。全国排球专家组调研结果显示:“在女排比赛中,一攻得分约占总得分的46%以上。”而稳定的一传、二传,精湛的攻守技术是保证一攻战术成功的重要因素。上海女排深刻认识到这一规律,全队加强了这一方面技战术的训练,使一攻优势得到充分的发挥(见表1)。

由于竞赛制度的调整,在2006-2007年度和2007-2008年度比赛中,分别进行了15场和18场比赛。从表1可以看出,上海女排在2007-2008年度的一传到位率高于2006-2007年度的到位率2.9个百分点,这就为一攻战术的运用提供了保障。上海女排一攻的成功率逐步提高,扣死率高于前一年度比赛平均值2.8个百分点,被拦死和失误率也有所下降。这也是上海女排取得较好成绩的主要原因之一。主攻手何晴、奚希和接应张磊不断进步、提高,发挥出色,这也为上海女排取

收稿日期: 2011-06-26

作者简介: 张立明,男,高级教练,主要研究方向:运动训练。

作者单位: 上海体育职业学院,上海 200237



表1 2006-2007和2007-2008年上海女排一传和一攻技术统计比较分析

Table I Comparison between the First Serve and First Attack of Shanghai Women's Volleyball Team in 2006-2007 and 2007-2008

	2006-2007					2007-2008				
	到位	一般	失误	破攻	总数	到位	一般	失误	破攻	总数
一传										
合计	624	298	35	62	1019	870	336	63	87	1356
成功率	61.2%	29.2%	3.4%	6.1%		64.1%	24.7%	4.6%	6.4%	
一攻										
合计	373	404	60	62	899	527	504	79	79	1189
成功率	41.5%	44.9%	6.7%	6.9%		44.3%	42.3%	6.6%	6.6%	

得出色的成绩打好了基础。

2.1.2 上海女排的防反优势

排球专家研究结果显示：“防反是女排比赛中第二位的得分手段，占总得分的30%左右，全队的防反能力对取得比赛胜利具有关键作用。”排球比赛的攻防规律是一攻和防反的不

断转换对抗，要想领先和战胜对手，就必须依靠发球后的拦防反击，破坏或阻止对方一次攻击发挥威力^[2]。从2006-2007和2007-2008年度上海女排反击和防守技术统计表明，上海女排的防反水平对比前一年度有了明显的进步（见表2）。

表2 2006-2007和2007-2008年度上海女排反击和防守技术统计比较分析

Table II Comparison between the Attack and Defense of Shanghai Women's Volleyball Team in 2006-2007 and 2007-2008

	2006-2007					2007-2008				
	扣死	一般	被拦死	失误	总数	扣死	一般	被拦死	失误	总数
反击										
合计	323	413	68	73	877	459	591	77	86	1213
成功率	36.8%	47.1%	7.8%	8.3%		37.8%	48.7%	6.3%	7.1%	
防守										
合计	529	82	564	1175		772	153	718	1643	
成功率	45.0%	7.0%	48.0%			47.0%	9.3%	43.7%		

从表2中可以看出，防反系统的得分环节主要包括拦网和防守反击扣球2个方面，上海女排在2007-2008年度的防反体系中拦网、扣球得分中，各项指标都比2006-2007年度有了显著提高，其中扣死率提高了1个百分点，防守能攻率提高了2个百分点。而被拦死率和失误率分别下降1.5个百分点和1.7个百分点，由于各项进攻指标也都有不同程度的提高，所以反映出上海女排在一年的联赛中在防反技术环节方面取得了较为明显的进步。

与此同时，与上述技术指标形成明显对比的是上海女排在2006-2007和2007-2008年度的得失分变化情况。从表3中可以看出，上海女排发球、拦网、一攻、反击等得失分总体指标在一年的时间内有了巨大的变化。在与其他球队

的技术平均统计中，上海女排总体处于领先地位，其中在拦网和反击两项指标中尤其突出，使得在多3场比赛的前提下，上海女排的总得分比上一个年度多出了接近100个得分。是上海女排在一年时间内取得进步的重要原因。训练比赛的实践说明，一攻水平可以带动防反能力的提高，同样，防反能力的提高，也可以促进一攻能力的加强^[3]。上海女排不仅积极稳定一攻，而且训练运动员从发球开始抓防反的技战术，从而破坏和阻止对方形成一次进攻的同时攻系统。上海女排全队非常重视发球和拦防技术的训练从而提高强攻能力，取得防反技术上的优势，这是上海女排在一年的时间内取得较大进步的主要原因。

表3 2006-2007和2007-2008年度上海女排得失分对照表

Table III Data of Point-Losing of Shanghai Women's Volleyball Team in 2006-2007 and 2007-2008

	2006-2007						2007-2008					
	发球	拦网	一攻	反击	其它	总比分	发球	拦网	一攻	反击	其它	总比分
上海队	78	169	374	324	273	1220	83	210	519	459	356	1627
其他队	62	128	370	330	290	1181	86	160	503	403	345	1497
相差	+16	+41	+4	-6	-17	+39	-3	+50	+16	+56	+11	+130

2.2 上海女排目前的技术弱势分析

通过对上海女排比赛数据的统计、比较分析，发现了上海女排许多的优势，但是更重要的是要找出其薄弱环节，从而使上海女排在训练与比赛中不断克服缺点，发挥优势，从而取得更好的成绩。通过认真仔细的研究，发现上海女

排存在失误较多、技术发挥不稳定等方面的弱势。目前，与全国最强的球队之间仍有较大的差距，需要认真分析其原因并研究对策。

2.2.1 比赛中失误偏多是上海女排的弱势

排球比赛中的失误、失分包括发球失误、扣球失误、拦网



失误和其他的失误,而每一次技术失误都会造成本队失分^[1]。统计显示:“在每场比赛的总得分中,有20%之多是对方失误送的分,这也是女排比赛的基本得分规律之一”。同时,也应该尽量避免本队的失误造成的失分。从表4中可以发现,在

两个年度的比赛中,尽管在后一个年度的每场平均发球失误有所减少,但是在每场拦网的失误率方面却有所增加,显示出上海女排失误偏多的技术问题(见表4)。

表4 2006-2007和2007-2008年度上海女排技术失误情况分析
Table IV Technical Mistakes Made by Shanghai Women's Volleyball Team in 2006-2007 and 2007-2008

	2006-2007				2007-2008			
	发失	平均每场失	拦失	平均每场失	发失	平均每场失	拦失	平均每场失
上海队	109	7.2	135	9	124	6.8	196	10.8

从表4中可以看出,上海女排在联赛中所有技术失误次数都偏高,到联赛后期情况虽有好转,但发球失误和拦网失误仍是最大的薄弱环节。分析其原因:一方面,上海女排参照世界女排的发展趋势,比赛中大胆的改变打法,将保守性发球改为攻击性发球,世界女排的比赛理念是攻击性跳发球的得分与失误的合理之比为3:1^[2],上海女排某些队员可以达到这个比例,但是大多数队员还达不到这个比例,从而使得发球失误偏多;另一方面,由于上海女排引进了许多新的队员,这些队员较年轻,经验不足,技术不成熟,从而也使得比赛中失误偏多。上海女排正在不断摸索最合适的发球战术,但增强发球的攻击性是不可动摇的^[3]。

2.2.2 上海女排其他方面的差距

现代世界女排具有较明显的发展趋势:进攻的立体化、队员的高大化、战术配合的简单实用化、快速多变、技术全面等特点^[3]。上海女排的身体素质及身体形态的条件与其他强队并没有较大差别,只是由于队伍的调整,在一些技战术配合及比赛经验上年轻队员与上海队女排老队员相比还有差距。

通过统计与分析上海队的比赛结果,笔者认为,上海女排应以联赛的技术统计为依据,重点解决一传到位率、二传组织、一攻得分等技战术环节的质量。在防反环节,虽然发球和拦网两项得分都有进步,但是由于心态不稳,年轻队员掌握技术不稳定,盲目地拼发球,造成发球、扣球及其它小球技术上频频送分,达到平均每局7分左右。在女排前6名的比赛中,每局球的胜负常常是2分之差,1个球的失误就会导致1局甚至整场比赛的失败^[4]。全方位地提高队伍综合实力,不断研究排球比赛的得失分规律,创新图变,改变训练、比赛理念,顺应世界女排发展潮流,下大力培养新生力量,是上海女排今后努力的方向^[1]。

3 结论与建议

3.1 上海女排在一攻的成功率及扣死率上虽然有了很大的进步,但是提高与保持的空间还是很大的。所以,上海女排应更加重视全队的一传、二传等技战术的训练,重点培养主攻手,从而提高一攻的稳定性及精确性。

3.2 在防反技术方面,上海女排应从发球开始,根据上海女排各个队员的特点,设计出合适个人的发球方法,从而减少失误率,提高攻击性。提高拦防及处理球的能力,从根本上改进防拦体系。

3.3 上海女排最大的弱点是发球失误过多和拦网失误过多。要解决这个问题,一方面要着重培养年轻队员,使其掌握精准的技术并提高各方面的能力,从根本上解决失误偏多的问题;另一方面,要培养队员的配合意识,使技术得到稳定的发挥,保持和提高技战术方面的优势。只有这样,才能在全国女排的激烈竞争中立于不败之地。

参考文献:

- [1] 卢卫中等. 江苏男排参加2006年全国三大赛事的技战术情况分析[J]. 南京体育学院学报, 2006, 9: 53-56
- [2] 赵善文. 谈中国女排甲A联赛的赛练结合[J]. 南京体育学院学报, 2002, 4
- [3] 张欢. 中国女排与世界强队进攻差距分析[J]. 西安体育学院学报, 2004, 2: 62-64
- [4] 孙天明. 中国女排雅典奥运会资格赛成败因素分析[J]. 北京体育大学学报, 2004, 2: 25-26
- [5] 陈建杰. 中国女排拦网能力不足析因[J]. 山东体育学院学报, 2006, 2: 82-84

(责任编辑: 何聪)