

羽球比賽擊球頻率與時間對得分之影響

¹ 侯忠武 ² 陳佳慧 ² 張嘉澤

¹ 國立體育大學 競技與教練研究所

² 台灣運動能力診斷與訓練調整研究中心

摘要

目的：探討羽球比賽擊球次數與持續時間對得分之影響。研究為 2013 年全國羽球團體錦標賽優秀男選手男女各一名，數據以影片分析方式進行。影片紀錄包含球數、揮拍數與揮拍時間。結果顯示男選手第一局比賽總球數為 34 球，拍數 166 拍，總時間為 282.78 秒。單球最多拍數為 17 拍，單球最長時間 28.74 秒；單球最少拍數為 1 拍，單球最短時間為 1.85 秒。女選手球數為 34 球，總拍數 159 拍，所花總時間 299.64 秒。單球最多拍數為 11 拍，單球最長時間 19.68 秒；單球最少拍數為 1 拍，單球最長時間 2.64 秒。優秀男選手單局每得分平均拍數約為 4.88 拍(標準差=3.80)；優秀女選手單局每得分平均拍數約為 4.68 拍(標準差=2.76)。結論：結果分析顯示優秀選手在擊球拍數與擊球時間表現，均快於一般甲組選手。因此建議應提高一般選手的訓練節奏與快速力量能力，才能在最短的時間與擊球數量獲得勝利。

問題背景

在2006年1月1日起，正式實施21分落地得分制，也採三局二勝賽制，不僅將原本的發球得分制改成類似排球的落地得分制，並且在比賽間休息時間上也做了重大的修改。呂芳陽與盧正崇（2006）指出羽球新制最大的改變即是取消發球權得分制，改為直接落地得分，使得比賽節奏更加快速與比賽偶然性的增加。以往舊制規則所擬定的戰略戰術強調的是體力為基，戰術為輔的耗久戰；這樣的訓練模式是否還能符合新賽制的需求？以及選手的競賽結構內容是否也會因賽制的不同有所改變？如何因應新賽制的改革，在訓練方法做適當的改變？這些問題成了近幾年教練與選手極為關心的議題。基此，本研究希望藉由2013年全國羽球團體錦標賽男選手和女選手於賽中球數與拍數之相關性羽球比賽時間結構與拍數進行分析探討並比較性別差異，來提供教練、選手做技能強化、擬定有效戰略戰術之參考，藉以提高國內整體羽球運動表現。

方法

一、研究對象

本研究所稱優秀選手係指參加2013年全國羽球團體錦標賽中男選手薛○○和女選手戴○○為研究對象。

二、比賽評估依據本研究採用觀察標記分析方法進行競賽影片分析紀錄，此方法是藉由競賽影片的觀察，記錄運動員的擊球拍數、比賽時間等競賽資料，探討目前國內最優秀之男女羽球運動員比賽時間結構。2013年全國羽球團體錦標賽為本

次研究依據。

結果分析與討論

表-1 為國內優秀羽球男女單打選手球數、拍數與揮拍時間。第一局比賽之記錄：男選手總球數為 34 球，總拍數 166 拍，所花總時間 282.78 秒。單球最多拍數為 17 拍，單球最長時間 28.74 秒；單球最少拍數為 1 拍，單球最短時間 1.85 秒。女選手總球數為 34 球，總拍數 159 拍，所花總時間 299.64 秒。單球最多拍數為 11 拍，單球最長時間 19.68 秒；單球最少拍數為 1 拍，單球最長時間 2.64 秒。

表一 男選手球數、拍數與揮拍時間

選手	球數	拍數	拍數時間
男	34	166	282.7
女	34	159	274.7

男、女選手每球擊球時間分析。男選手總共花了 34 球贏得第一局比賽，總時間為 282.78 秒，每次得分平均時間為 $5.7 \pm 3.4s$ ；女選手總共花了 34 球贏得第一局比賽，總時間為 274.72 秒，得分平均時間則為 $8.9 \pm 5.9s$ ；男、女選手每得分擊球時間平均值差異 3.2s (圖二)。若與鄭永成、謝豐盛、陳德盛 (2010) 提出之甲組選手每局總揮拍時間男子為 40-140 秒，女子為 70-180 秒之間，則可以發現，本研究中不論是男女選手比賽的強度，皆高出一般甲組選手相當長的時間。

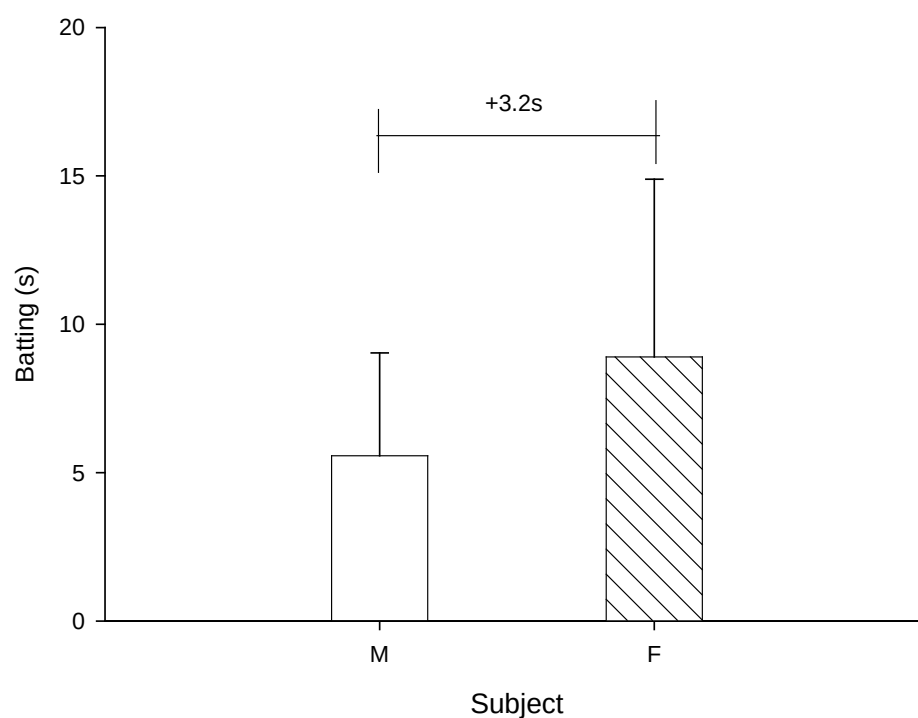


圖-1：比賽每得分擊球時間分析

結論與建議

結果分析顯示優秀選手在擊球拍數與擊球時間表現，均快於一般甲組選手。因此建議應提高一般選手的訓練節奏與快速力量能力，才能在最短的時間與擊球數量獲得勝利。

參考文獻

呂芳陽、盧正崇(2006)。2006 年羽球落地計分變革解析，大專體育，83，19-23。

楊繼美(2006)。2004 年奧運會羽球比賽紀錄分析與探討，運動教練科學，6，61-69。

鄭永成¹ 謝豐盛² 陳德盛¹(2010)。甲組羽球男女比賽球數、拍數與拍數時間之分析與訓練調整。體育運動學術團體聯合年會暨學術研討會。