

2018年全国U16女子排球锦标赛技评分析

林荣强,连道明

(集美大学体育学院,福建 厦门 361021)

摘要:文章通过文献资料法、数理统计法和技术评定法,对参加2018年全国U16女子排球锦标赛的各队前10名运动员的技评成绩进行分析,研究结果表明:各队的三项基本技术有所差异,发展不平衡。发球的抛球位置和击球点不稳定,挥臂击球时不能充分运用腰腹力量;垫球时身体后坐后仰,击球瞬间不蹬腿或抬臂动作不协调,击球点不能保持在腹前,手臂动作不规范;传球时队员未对正方向或身体后仰,击球伸臂伴送不明显,传球手型不规范,击球点偏离较严重。分析青少年排球基本技术存在的不足,对今后青少年排球基本技术的训练有很好的参考价值。

关键词:2018年;U16女子排球锦标赛;技评

中图分类号:G842

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2019)01-0047-05

Technical Evaluation of National Youth U16 Women's Volleyball Championships in 2018

LIN Rong-qiang, LIAN Dao-ming

(College of Physical Education, Jimei University, Xiamen 361021, China)

Abstract: In order to analyze the shortcomings of the basic skills of youth volleyball, provide a good reference for the training of basic volleyball skills in the future, standardize the basic skills of young volleyball and consolidate basic skills, this paper utilized the literature data method, mathematical statistics method and technical assessment method to study the technical evaluation results of the top 10 athletes participating in the 2018 National Youth U16 Women's Volleyball Championship. The conclusion: The three basic technologies of each team are different, and the development is uneven. Serving, the position of the tossing ball and the hitting point of the ball are unstable, and the waist and abdomen force cannot be fully utilized; Reception, the body is seated backwards, and the ball is not coordinated when the ball is hit, the hitting point cannot be maintained in front of the abdomen, and the arm movement is not standardized; Setting, the players are not facing the positive direction or the body is reclined, the hitting arm is not obvious, the passer type is not standardized, and the hitting point is more serious.

Key words: 2018; U16 Women's Volleyball Championship; technical review

目前我国排球运动员基本技术不够规范,基本功不扎实,许多队员在进入国家队后,跟不上教练的训练节奏,基本技术差是其关键因素之一。2018年全国U16女子排球锦标赛于2018年7月11日在重庆八中举行,本次比赛增加了技评内容,并将技评分数计入总分。这是全国青少年排球比赛中技评项目中断20余年后首次恢复技评内容,在新的历史时期,将技评分数计入总分,使教练员更加重视技术训练的规范,大大地促进了训练与教学的技术规格化^[1]。同时,通过技评提供的反馈信息,对教学工作也有着指

导和改进的作用^[2]。纠正一种错误动作,比新学一种正确动作,从某种角度上讲具有更大的难度^[3],优秀排球运动员成长的关键是在青少年时期,从小是否接受科学、系统、正规的训练是其发展的关键,但有些教练员急于求成,想让队员尽快参加比赛而忽略对其基本技术的训练和培养,导致青少年排球运动员基本功不扎实^[4]。技评工作无疑对基本功训练具有指导意义。

本次技评严格根据《中国青少年排球训练教学大纲》(以下简称《训练大纲》)中技评的指导要求进

收稿日期:2018-11-06

基金项目:国家体育总局科技服务课题(HW18058)

作者简介:林荣强(1994—),男,福建泉州人,在读硕士。研究方向:体育教育训练学。

连道明(1963—),男,福建漳州人,教授,硕士研究生导师。研究方向:排球教学理论与方法。

行评定,技评项目包括发球、垫球和传球 3 项基本技术,各项技术由 3 个要领组成,各要领再分为若干环节。技评的目的在于规范青少年的排球基本技术,夯实基本功。本文通过对技评成绩进行分析,探究我国当前青少年排球基本技术掌握的情况,为今后青少年排球基本技术的训练提供有益参考。

1 研究对象与研究方法

1.1 研究对象

参加 2018 全国 U16 女子排球锦标赛的上海队、江苏队、山东队、天津市体校队、香港队、北京队、重庆队、天津塘沽体校队、包头一中队、包头二十四队 10 支队伍,各队技评成绩前 10 名的运动员,总共 100 名队员的技评成绩。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

通过中国知网和集美大学图书馆查阅与排球技评的相关文献,梳理有关排球技评的理论知识,为研究青少年排球技评奠定理论基础。

1.2.2 数理统计法

对本次技评成绩进行收集,运用 SPSS24.0 等软件对数据进行整理与分析,探究我国青少年排球基本技术的掌握情况。

1.2.3 技术评定法

由国家体育总局排球管理中心选派排球高级教练员及专家组成技评专家组,严格根据《训练大纲》

中技评的指导要求,在充分认识比赛技评的目的、意义以及重要性的基础上,秉持公平、公正的精神与态度进行技评。本次技评项目包括发球、垫球和传球三项基本技术,每项最高得分均为 100 分。各项技术由 3 个不同要领组成,各要领按技评扣分表换算计分,3 个要领得分相加,即为该项基本技术得分。各队三项基本技术技评总得分前 10 名队员的成绩计入比赛成绩。

2 研究结果与分析

2.1 总体技评分析

参加本次 U16 比赛的女排运动员,基本上代表了全国该年龄段的技术水平。由表 1 可知,3 项基本技术的总体平均分为 82.79 分,其中发球平均分为 82.27 分,垫球为 81.99 分,传球为 84.12 分,运动员基本技术总体上较好。将各个队伍 3 项技评平均得分与总体均值进行 *t* 检验,发现上海队三项平均得分与总体有极显著差异($P<0.001$),江苏队、山东队三项平均得分与总体有显著差异($P<0.05$),且这三只队伍技评成绩好于总体成绩,说明这三只队伍的这三项基本技术相较于总体情况是较为扎实的。包头一中队、包头二十四队中的技评得分低于总体平均分,且与总体平均分有较显著差异($P<0.01$),说明他们的三项基本技术掌握情况相较于总体是稍差的。

综上所述,参加本次比赛的各个队伍三项基本技术水平有所差异,发展不平衡。

表 1 2018 全国青少年 U16 女子排球队技评成绩

名次	队 别	发球均值	垫球均值	传球均值	三项均值	<i>P</i>
1	上海队	86.78	89.70	88.25	88.24	<0.001
2	江苏队	87.20	84.53	87.50	86.41	<0.05
3	山东队	82.40	85.25	89.45	85.70	<0.05
4	天津市体校队	87.03	80.98	85.85	84.62	>0.05
5	香港队	82.50	83.53	85.35	83.79	>0.05
6	北京队	82.48	84.00	82.95	83.14	>0.05
7	重庆队	80.75	81.43	85.75	82.64	>0.05
8	天津塘沽体校队	82.98	79.58	81.55	81.37	>0.05
9	包头一中队	76.35	77.48	76.90	76.91	<0.01
10	包头二十四中队	74.25	73.45	77.60	75.10	<0.01
	总体	82.27	81.99	84.12	82.79	-

2.2 各项技术技评分析

2.2.1 发球技评分析

发球不仅是比赛的开始,也可视为进攻的一种方式。提高发球的攻击性、破坏对方一传、抑制对方进攻技战术是当前世界各队争取得分的重要手段和技战术发展的焦点^[5]。发球技评根据《训练大纲》指导要求,从抛球(35 分)、挥臂击球动作(35 分)、击球点(30 分)3 个要领进行评分,各要领再按技评扣分表的不同环节进行扣分换算。由表 2 可知,U16 女排队员发球技评总体扣分率 17.76 %。其中击球点扣分率最高 22.60 %,击球点的扣分环节较高的是击球前左右高低不稳,平均扣分 3.95 分,说明队员击球点的

选择不正确或稳定性差;抛球扣分率 19.05 %,其主要是抛球位置左右、前后、高低不稳定,平均扣分 5.67 分,说明队员抛球动作不规范,抛球稳定性不足;挥臂击球动作扣分率 11.15 %,队员的挥臂击球动作较合理,其问题主要在不能充分运用腰腹力量,挥臂动作不协调,平均扣分 2.48 分。随着发球进攻性的加强,发球失误的情况也必然会进一步增多,这是一对矛盾,虽然有拼发球而失误的客观因素存在,但本次技评发球失误平均扣分 0.98 分,相当于每个人都将近发失两球(失误一球扣 0.5 分),队员发球失误过多。同时队员抛球不稳,导致击球点不准,也是导致发球失误的关键因素之一。

表 2 发球技评表

环节		抛球		挥臂击球动作		击球点		发球失误	总体
扣分要领	抛球有屈腕动作,球产生旋转(跳发除外)	抛球位置左右、前后、高低不稳定	不能充分运用腰腹力量,挥臂动作不协调	飘球击球前无直线挥臂;跳发球大力球挥臂幅度小	大力发球无推压动作或动作不充分,球上旋不够	击球前左右高低不稳	不利于发球或影响攻击性	发球失误(失误一个扣0.5分)	
平均扣分	0.98	5.67	2.48	1.98	0.00	3.95	1.70	0.98	
扣分率/%	19.05			11.15		22.60		-	17.76

注:扣分率=(所有研究对象在该要领的各环节扣分总和)÷(该要领满分×所有研究对象人数)×100 %

2.2.2 垫球技评分析

垫球在排球比赛中占有重要的地位,主要用于接发球、接扣球和接拦回球,是防守也是组织进攻的基础^[6]。垫球技评根据《训练大纲》指导要求,从身体姿势(30 分)、手臂动作(35 分)、击球动作(35 分)3 个要领进行评分,各要领再按技评扣分表的不同环节进行扣分换算。由表 3 可知,U16 女排队员垫球技评总体扣分率 18.20 %。其中垫球的击球动作最不理想,扣分率达到 31.85 %,主要问题是击球点不能保持在腹前和不蹬腿或抬臂动作不协调,平均扣分分别为 5.43 分、4.08 分,说明队员击球点选择不理想,垫

球击球动作不协调;身体姿势扣分率 20.25 %,多数被扣分的队员是因为身体后坐后仰,平均扣分 3.63 分;手臂动作表现较好,扣分率 2.80 %,队员的手臂动作都较为规范,仅有部分人出现前臂未靠近,不压腕前臂不外旋的不规范动作,平均扣分分别为 0.42 分、0.38 分。队员在垫球的准备阶段的身体姿势不到位,会影响垫球的判断、移动,加上移动步法不正确、不到位,不能面对垫球方向,在移动体侧垫球时,手臂动作不规范,不能很好地做到外侧脚在前,外侧手高,形成拦截面,提外侧肩。同时,垫球时全身协调用力不够,跟腰动作不充分,也会导致垫球效果差。

表 3 垫球技评表

环节	身体姿势			手臂动作				击球动作					总体
扣分要领	身体后坐后仰	腿太直,重心高	两脚平行站立,不分前后	两臂未伸直	前臂未靠近	不压腕前臂不外旋	两手抱不拢,两臂高低不一致	不主动抬送前臂迎击球	不蹬腿或抬臂动作不协调	手臂触球位置不正确	击球点不能保持在腹前	肌肉紧张动作僵硬	
平均扣分	3.63	1.17	1.28	0.11	0.42	0.38	0.07	1.23	4.08	0	5.43	0.42	
扣分率/%	20.25			2.80				31.85					18.20

注:扣分率=(所有研究对象在该要领的各环节扣分总和)÷(该要领满分×所有研究对象人数)×100 %

2.2.3 传球技评分析

传球是排球基本技术之一,是组织战术的基础,特别在衔接攻防战术上是必不可少的基本技术^[7]。传球技评根据《训练大纲》指导要求,从击球点(30分)、手型(35分)、用力动作(35分)3个要领进行评分,各要领再按技评扣分表的不同环节进行扣分换算。由表4可知,U16女排传球技评总体扣分率15.72%,传球技术总体掌握较好。其中传球的用力动作扣分率21.80%,主要问题是传球时未对正方向,身体后仰和伸臂伴送不明显,平均扣分分别为4.41分、3.22分,说明队员身体移动不到位,传球动作不规范;传球手型扣分率15.90%,扣分的主要原

因是队员出现两手前后高低不齐、手指不屈和拇指朝前的不规范动作,平均扣分分别为2.17分、2.07分和1.05分;击球点扣分率8.40%,平均扣分较高的两项是上下前后偏离击球点和击球点左右偏离击球点10厘米以上,分别为1.26分和1.20分。传球的手型较多出现双手高低的现 象,很大程度上是队员脚步移动不到位、步伐不正确所致,同时双手包球不理想,手指触球面积小,双手触球多少不一致,导致控球能力差,传球用力动作的全身协调用力不够,也导致传球时手上控制球能力较弱,而击球点选择不准,很大程度上还是步伐不到位、不正确,导致不能面对传球方向。

表 4 传球技评表

环节	击球点				手型			用力动作							总体
扣分要领	上下前后偏离击球点	上下前后偏离击球点10厘米以上	上下前后偏离击球点20厘米以上	左右偏离击球点10厘米以上	拇指朝前	手指不屈	掌心朝前	两手间距过小或过大	两手前后高低不齐	伸臂伴送不明显	手指手腕缓冲小	用力方向不一致	无蹬地、伸展配合	未对正方向,身体后仰	
平均扣分	1.26	0.06	0	1.20	1.05	2.07	0.25	0.04	2.17	3.22	0	0	0	4.41	
扣分率/%	8.40				15.90			21.80							15.72

注:扣分率=(所有研究对象在该要领的各环节扣分总和)÷(该要领满分×所有研究对象人数)×100 %

3 结论与建议

3.1 结论

(1)各队的三项基本技术有所差异,发展不平衡。因此,高水平后备人才培训基地的各队伍应根据本队技评情况,狠抓基本技术,规范基本动作。

(2)发球技术的抛球位置和击球点不稳定,挥臂击球时不能充分运用腰腹力量,动作不协调,导致击球、控制球能力不强,且发球失误较多。

(3)垫球技术的准备姿势易出现身体后坐后仰的错误动作,准备击球时不蹬腿或抬臂动作不协调和击球点不能保持在腹前,手臂动作易出现前臂未靠近,不压腕前臂不外旋的不规范动作。

(4)传球时队员脚步移动不到位、步伐不正确,导致传球时未对正方向或身体后仰,同时伸臂伴送不明显,传球手型易出现两手前后高低不齐、手指不屈和拇指朝前的不规范动作,击球点上下前后偏离,左右偏离10厘米以上。

3.2 建议

(1)充分发挥“竞赛杠杆的作用”,在今后的青少年排球比赛中坚持技评内容,切实发挥《训练大纲》作为我国青少年排球教学训练的指导性文件的作用,使青少年队伍的训练更加重视基本技术的规范,夯实基本功,为年轻运动员的进一步提升打下坚实的物质基础,以期为我国输送更多高水平排球人才。

(2)2018年8月的全国排球高水平后备人才培训基地集训期间,要求各队训练课的前1小时,按照训练组拟定教案,统一学习基本技术的规范动作。这项举措是从队伍的训练角度来尝试解决青少年规范基本技术,扎实基本功的问题,与比赛中加入技评正好形成互补,可以尝试将两项举措更有机地结合起来。

(3)随着排球发球技术的发展,发球进攻性受到前所未有的重视,因此发球技评中,建议对跳发球、跳发飘球给予鼓励,不计失误扣分,甚至可以适当加分。

参考文献

- [1]李德成,陈铁成,万百亭,连道明. 1986年福建省业余体校排球赛技评工作分析[J]. 体育科学研究,1987(1):23-26.
- [2]屈胜国. 对田径教学技评工作的分析与研究[J]. 武汉体育学院学报,1986(4):27-32.
- [3]李湘健,黄绵成. 对四川女排乙组技评与比赛调查[J]. 四川体育科学,1991(4):37-39,45.
- [4]王幼华. 我国少年女排运动员身体素质与技评状况评析[J]. 福建体育科技,1998(3):57-60,64.
- [5]王智平,赵宝钢. 排球规则改变对运动员认知心理及发球技战术发展的影响[J]. 中国体育科技,1997,33(4):56-57.
- [6]虞重干. 排球运动教程[M]. 北京:人民体育出版社,2009:54.
- [7]陈高国. 排球正面传球教学探讨[J]. 贵州民族学院学报(哲学社会科学版),2004(4):159-160.

[责任编辑 江国平]