

本文章已註冊DOI數位物件識別碼

▶ 羽球運動技戰術分析文獻之回顧

Literature Review of Techniques and Tactics Analysis of Badminton

doi:10.6462/JCDPE.201912_(15).0004

交大體育學刊, (15), 2019

Journal of Chiao Da Physical Education, (15), 2019

作者/Author：何忻澄(Shin-Chen Ho);王志全(Chih-Chuan Wang);呂子平(Tzyy-Pyng Leu)

頁數/Page：34-40

出版日期/Publication Date：2019/12

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

[http://dx.doi.org/10.6462/JCDPE.201912_\(15\).0004](http://dx.doi.org/10.6462/JCDPE.201912_(15).0004)



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼 (Digital Object Identifier, DOI) 的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



羽球運動技戰術分析文獻之回顧

何焯澄¹、王志全²、呂子平³

¹ 國立交通大學人文社會學系

² 國立交通大學體育室

³ 靜宜大學體育室

摘要

羽球運動的技術使用與戰術應用是影響運動員訓練與表現的重要因素之一。過去雖已有諸多研究探討羽球運動技術或戰術分析的研究與討論，但卻鮮少針對相關研究結果進行有系統的彙整與整合。基此，本文旨在統整羽球技戰術分析的相關文獻，進行蒐集歸納與梳理，以瞭解羽球運動技術或戰術的現況與發展趨勢。結果顯示，羽球新賽制的實施，加快了羽球五個單項的比賽節奏，而朝向速度（球速、移位速度）與主動攻擊發展，使得下壓技術（殺球、扣球、切球）、發短球與網前技術成為主要使用技術；戰術方面，男子單打和雙打主要以主動攻擊與前中場持續壓制為主，女子單打和女子雙打則是強調多元進攻與反守為攻戰術，而混合雙打則以男後女前的攻擊模式為主要戰術。據此結果，提出具體實務訓練、競賽，以及未來研究方向之建議。

關鍵詞：戰術分析、技術分析、統合分析

聯絡作者：呂子平

電子郵件：tpleu@pu.edu.tw

聯絡地址：433 台中市沙鹿區台灣大道七段 200 號

引用文獻：何焯澄、王志全、呂子平 (2019)。羽球運動技戰術分析文獻之回顧。交大體育學刊，15，35-41。

壹、前言

羽球運動在 1992 年巴塞隆納奧運會成為正式比賽項目，並於 1996 年亞特蘭大奧運會確立男子單打、女子單打、男子雙打、女子雙打及混雙五個項目，提升了羽球在奧運會上的重要性，也逐漸成為各國欲爭取的奪牌項目（楊繼美，2006）。然而，國際羽球總會為改善比賽耗時過長和刺激性不足等問題，於 2006 年將 15 分搶發球權的賽制改為 21 分落地得分制，此變革對羽球運動的比賽時間、技術、戰術運用，以及選手在訓練方式有著重大的影響。值得注意的是，新賽制的實施讓臺灣選手在國際競賽成績表現上更加亮眼，如鄭韶婕、謝裕興、程文欣、簡毓瑾、李勝木、蔡佳欣等皆曾躋身世界八強；近幾年更有長期穩居后座的女單選手戴姿穎，與今年剛突破個人紀錄，晉升世界排名第二的男單選手周天成，引領國人對羽球的高度關注，更使其成為大眾最喜愛的運動項目之一。

運動科學研究和運動實務發展相結合是提升運動表現的重要關鍵。隨著羽球新制的實施，有效縮短了比賽時間，同時也加快了比賽節奏，讓羽球運動更朝向全面、快速、力量、多變與科學化訓練（王志全、張家昌，2008；盧正崇、呂芳陽，2006）。其中，羽球運動技術的變化與戰術的運用將影響比賽結果，如何發揮自己的優勢攻擊對手的弱點，分析自身和對手的技術與戰術運用，進而擬訂有效戰略戰術，成為教練、選手與相關研究人員所關切重要議題（王志全、張家昌，2008；涂國誠，2007；陳儷今、廖莉安，2018）。綜觀羽球相關文獻，可以發現至今已累積許多關於羽球技戰術分析的研究與討論（江佩欣、廖焜福、陳志一，2016；涂國誠，2007；陳儷今、廖莉安，2018；鄭元龍、陳五洲，2006；鄭健民、蔡佳欣、紀世清，2013；盧正崇、黃奕仁，2008），但卻鮮少針對相關研究進行有系統的彙整與整合。張育愷、宋岱芬與陳豐慈（2017）指出，綜評性的論文是國際體育學術社群相極為重視的項目之一，透過彙整過去相關文獻的研究結果，清楚的定義出探討項目，以及有系統的歸納資料，最後做出組織化的分析。經由這樣的統整、定義、歸納與分析，將有助於釐清與瞭解該議題的研究結果與發展趨勢。

基於以上所述，本研究旨在針對羽球技戰術分析之研究進行統整。首先從 2017 年「臺灣人文及社會科學期刊評比暨核心期刊收錄」之教育領域核心期刊中為搜尋對象，進行 2006 年至 2018 年相關羽球運動技戰術分析文獻蒐集，接著依羽球競賽項目男單、女單、男雙、女雙、混雙五個單項進行分類，分別針對技術及戰術兩大主題進行歸納梳理。最後依據分析結果提出討論與建議，以提供給教練、運動員及相關從業人員更簡明而透徹的參照，以作為實務訓練與競賽之依據。

貳、羽球運動技術分析回顧

羽球運動擁有多種技術，普遍上由擊球位置到落點的軌跡區分技術型態，歸納為後場、中場與前場三類型（柳融迪、陳毅桓、林品緯、劉有德，2011；涂凱傑，2008）。後場技術包含高遠球（後場擊到後場）、殺扣球（後場下壓到中場）、

切球（後場吊往前場）；中場技術包含平抽球（中場擊到後場）、平球（中場擊到中場）、防守擋網前球（中場到前場）；前場技術包含放短球（前場回放前場）、推球與挑球（前場擊到後場）、撲球（前場下壓至中場），以及發球長球與發短球等。

技術分析的旨在於理解對手的球路與主流的運動發展趨勢（鄭元龍、陳五洲，2006）。在彙整相關研究後發現，新賽制的實施使得男子單打在殺球、接殺擋短、放短球、挑球與發短球的技術使用提高，而高遠球、抽平球等技術較低（涂國誠，2007）；另在相關的研究中（柳融迪、陳毅桓、林品緯、劉有德，2011；孫彩卿，2011；涂凱傑，2008），亦發現頂尖運動員（林丹、李宗偉）在發球部分以發短球為主，最後一拍技術則是以殺為最高，其次為網前小球。女子單打部分，以高遠球、殺球、挑球和發長球之技術為主（江佩欣、廖焜福、陳志一，2016；涂國誠，2007），另鄭元龍與陳五洲（2006）以女單選手葉釗穎在國際賽中的技術使用之得失分率進行討論，發現葉釗穎的主要得分技術為對角抽球和髮夾式網前球，而失分則是推球、擋網前球和低手擊球。整體而言，男子單打和女子單打的技術使用以殺球、網前球、高遠球、接殺擋短、發短球為主，其男子單打發短球的使用高於女子單打，而女子單打則是在後場高遠球的使用高於男子單打。

關於雙打技術的使用，在新賽制的實施後，男子或女子雙打在殺球、扣球、切球、挑球、推平球和撲球有增加的趨勢，長球、抽平球、接殺擋短與網前小球則是減少，而得分較高的技術有撲球、切球、殺球，而挑球、接殺挑高、接殺擋短、高遠球則是得分較少的技術（涂國誠，2008；陳儷今、廖莉安，2018；蔡佩玲、廖焜福、陳志一，2016）。另外，在混合雙打部分，紀世清、王家閔與姚漢禱（2011）分析結果顯示，殺球和撲球是使用率與得分率最高的兩項技術，並指出其他有利的得分技術為發球、切球和推平球，不利得分的技術則有挑球、網前短球及高遠球。綜合上述相關研究可知，雙打（男子雙打、女子雙打、混合雙打），皆以後場技術（殺球、扣球、切球）和網前技術（撲球）為首要，著重於後場殺球、扣球和切球技術的配合，並適當利用有質量的網前球，增加後場攻擊得分機會，而處於防守的球路，如高遠球和挑球則在得分上屬於較不利的技術。

參、羽球運動戰術應用回顧

戰術是選手平時訓練的重要課程，也是比賽勝負的關鍵。所謂戰術意指依雙方球員的打法、體能與特長等因素，而擬訂出的最佳作戰計畫（王志全、張家昌，2008）。由於羽球場區、性別、參賽對象不同，各項目在競賽中展現的戰術差異極大。因此，如能釐清各單項目的戰術運用，有助於結合技術使用，提升選手訓練與競賽的應用。

王志全與張家昌（2008）研究提出四種單打主要戰術，分別為發球戰術（結合發高遠球、平高球、網前短球等球路變化，達到先發制人的效果）、四角拉吊突擊戰術（以四角球來調動對手跑動，消耗對手體力，待對手球速或移動速度減慢時，結合殺球進攻）、守中反攻戰術（以防守為主首要，待對手強攻不下，疏於防守之際，加以反擊進攻），以及全面下壓搶網進攻戰術（以下壓球路為主，積極搶

網爭取進攻機會);孫彩卿 (2011) 指出,單打必須強化前 6 拍進攻與防守的戰術,加強全面性、特長技術與攻防技術的轉換是羽球競賽得分的重要因素。另涂國誠 (2007) 亦指出,男子單打主要以快速進攻為首要發展戰術,女子單打則是以守中待攻戰術為主。

雙打部分,男子雙打主要以「快速、全面、攻守兼備」為主要戰術發展方向,其前三拍的處理是影響比賽勝負的關鍵(孫彩卿,2012;鄭賀珍、陳盛彬、林國欽、黃全成,2012)。此外,男子雙打的戰術主要以攻擊戰術為主,注重前中場的壓制,積極掌控主動下壓的機會,以保持主動攻擊的連續性(涂國誠,2008;鄭健民、蔡佳欣、紀世清,2013;盧正崇、孫彩卿、陳儷今,2017)。在女子雙打的相關研究中,涂國誠 (2008) 和孫彩卿 (2012) 提出,基於女運動員的生理條件限制下(攻擊得分效益較低),為避免在持久戰時消耗過量的體力,女子雙打往往使用高遠球技術調動對手,再尋找機會進攻,因此,防守能力的提升是女雙戰術變化的關鍵。最後,在混雙戰術應用方面,紀世清與姚漢禱 (2011) 及盧正崇與呂芳陽 (2010) 指出,積極搶網進攻是主要得分戰術,並以男後女前的攻擊模式為得分率較高的戰術模式。

綜合以上文獻彙整分析,單打主要戰術在於全面性、特長技術與攻防技術的轉換;男子雙打則強調主動攻擊與前中場持續壓制的連續性,女子雙打則是利用高遠球等技術來調動對手,透過多拍調動來尋找攻擊機會,其強調多元進攻與反守為攻戰術;混合雙打部分,配合男女生的生理差異,以男後女前的攻擊模式與男女平行的轉守為攻戰術為主要戰術。

肆、結語

羽球技術與戰術的組織與運用,是影響運動員訓練、戰術擬定與運動表現的重要因素。本文回顧 2006 年,羽球實施新制後之技術與戰術相關研究,透過歸納與分析,發現不同單項所使用的技術與戰術有所不同。如在男子單打技術方面,以發短球、殺球、擋網前球和網前球為主;女子單打以發高遠球、高遠球、殺球、擋網前球和網前球。男子雙打及女子雙打以殺球、扣球、切球、挑球、推平球和撲球;混合雙打為殺球、撲球、挑球、推平球為主要技術。在戰術應用方面,男子單打以快速進攻為主要戰術,女子單打以守中反攻戰術為主。雙打部分,男子雙打以主動攻擊與前中場下壓壓制為主,女子雙打則強調多元進攻與反守為攻,混合雙打主以男後女前的攻擊模式為主要戰術。

技術的使用與戰術的應用有著密切的關係,其戰術的執行是藉由技術的組織而成。根據以上文獻回顧分析結果顯示,羽球新賽制的實施,加快了羽球五個單項的比賽節奏,而朝向速度(球速、移位速度)與主動攻擊發展,使得下壓技術(殺球、扣球、切球)、發短球與網前技術成為主要且關鍵的技術。相對的,在戰術層面,亦隨著技術球路組織,形成發球搶攻、下壓不起高、搶網進攻等攻擊戰術成為主要的作戰戰術。值得特別注意的是,在女子單打和女子雙打方面,雖相較於羽球舊制(搶發球權)在比賽節奏和進攻有明顯的增加(涂國誠,2007、

2008)，但由於生理因素，讓女子單打和女子雙打在組織進攻戰術上，會傾向採比較為多元的球路組合（如高遠球、殺球、扣球、切球）；此外，亦會採取先透過調動對手移位，在尋求反攻機會的守中反攻戰術，以避免久攻不下，而造成自我體能上的消耗。

本研究透過羽球技術及戰術兩大主題進行文獻回顧與梳理後，建議在實務訓練，除強化球員的身體素質外（力量、移動速度），在技術面可多加強化後場攻擊技術、網前球技術與發短球；在戰術方面，針對發球搶攻、下壓不起高與搶網進攻等戰術進行模擬及訓練。未來研究方面，由於現今相關技術及戰術的文獻主要以世界排名頂尖運動員為主要研究對象，鮮少針對國內優秀運動員以及基層運動員進行分析，因此，建議未來研究可針對國內優秀運動員以及基層運動員進行分析討論，將有助於釐清世界頂尖運動員與國內優秀運動員的技術和戰術差異，以及瞭解基層運動員的技術和戰術使用情形和發展方向。其二，則是彙整國外相關羽球技術及戰術文獻進行彙整討論，以增加該議題研究廣度與深度。

參考文獻

- 王志全、張家昌 (2008)。2008-以 SWOT 分析探討羽球單打戰術。中華體育季刊，22 (1)，128-135。
- 江佩欣、廖焜福、陳志一 (2016)。女子羽球單打比賽技術分析-以 2013 年馬來西亞羽球公開賽為例。臺大體育學報，30，1-9。
- 柳融迪、陳毅桓、林品緯、劉有德 (2011)。化繁為簡-羽球男單比賽技術型態比較。臺東大學體育學報，15，41-51。
- 紀世清、王家閔、姚漢禱 (2011)。羽球混合雙打比賽及球技術分析。運動教練科學，23，1-14。
- 紀世清、姚漢禱 (2011)。羽球混合雙打比賽戰術分析。運動教練科學，21，41-56。
- 孫彩卿 (2011)。優秀羽球男子單打對打紀錄分析：以李宗偉對打林丹為例。運動教練科學，24，13-24。
- 孫彩卿 (2012)。羽球女子雙打技、戰術之特殊性。大專體育，119，42-47。
- 涂國誠 (2007)。羽球新規則的實施對單打競賽時間結構及技術使用率的影響。體育學報，40 (3)，129-141。
- 涂國誠 (2008)。羽球雙打競賽時間結構及技術使用率的研究。運動教練科學，12，45-54。
- 涂凱傑 (2008)。世界級男子單打羽球選手林丹競賽模式與技術型態之標記分析。臺灣體育學報，11，31-50。
- 張育愷、宋岱芬、陳豐慈 (2017)。國際綜評性論文之分析。體育學報，50 (4)，375-384。
- 陳儷今、廖莉安 (2018)。羽球男子雙打得分關鍵因素之分析。大專體育學刊，20 (4)，322-333。

- 楊繼美 (2006)。2004 年雅典奧運會羽毛球比賽紀錄分析與探討。運動教練科學，6，61-69。
- 蔡佩玲、廖焜福、陳志一 (2016)。2011 世界羽球錦標賽之女子雙打羽球技術分析研究。臺大體育學報，31，1-8。
- 鄭元龍、陳五洲 (2006)。博奕理論在羽球比賽技術分析之應用。體育學報，39(4)，35-45。
- 鄭健民、蔡佳欣、紀世清 (2013)。男子羽球雙打比賽戰術分析。運動教練科學，29，45-57。
- 鄭賀珍、陳盛彬、林國欽、黃全成 (2012)。羽球雙打前三拍擊球戰術之探討。嘉大體育健康休閒期刊，11(3)，230-235。
- 盧正崇、呂芳陽 (2006)。2006 年羽球落地計分變革解析。大專體育，83，19-23。
- 盧正崇、孫彩卿、陳儷今 (2017)。2015 年世界優秀男子羽球雙打戰術分析。淡江體育學刊，20，31-42。
- 盧正崇、黃奕仁 (2008)。羽球單打比賽結構訊息之解析。大專體育，97，42-46。
- 盧正崇、呂芳陽 (2010)。羽球混合雙打技、戰術趨勢解析。大專體育，109，59-65。

Literature Review of Techniques and Tactics Analysis of Badminton

Shin-Chen Ho¹, Chih-Chuan Wang², Tzyy-Pyng Lew³

¹ *Department of Humanities and Social Sciences, National Chiao Tung University*

² *Office of Physical Education, National Chiao Tung University*

³ *Office of Physical Education, Providence University*

Abstract

The techniques and the tactics used in badminton are important factors that affect players' training and their performances. Although there have been several analyses and discussions of the techniques or the tactics of badminton, few of them have been systematically collected and organized. Therefore, the object of this investigation was to organize the materials, thus realize the current situation and the development of the techniques or tactics of badminton. The result showed that the implementation of the five categories of badminton intensified the flow of game, which made the speed and active forcing shot be more crucial in one game. Furthermore, pressing shot such as smash and cut, low serve, and net play became the major skills. As for the tactics, the frequently used tactics in men's singles and doubles were active attacking and consecutive smashes on mid- and forecourt. Both women's singles and women's doubles emphasized the variation of attack and the tactic of defense and fight back. In mixed doubles, the tactic of male back female up was usually adopted. As the result, we outlined the suggestions of practically training, competition, and the research agenda for the future.

Keywords: tactics analysis, techniques analysis, meta-analytic review