

## 三、观众是运动发展的生命力

### —— | 论排球的节奏



在世界即将进入 21 世纪，排球运动超越百年之际，“排球是观众的运动，而不只是教练的运动！”这已是国际体育界的一致看法。纵观世界体坛，有广大球迷狂热支持的项目就有生命力！就蓬勃发展！观众流失的项目就消沉，甚至面临被淘汰的命运。所以各国排球界人士应该并有必要在跨越 21 世纪之际，深入反省和评估自己献身的这一运动项目的前景，不仅要顺应观众的需求，而且应积极引导和推动世界排球“热”的进一步迅猛发展。

的确，近 50 年来排球运动已有巨大的、可喜的进步，在中国、日本、巴西、古巴、荷兰、…等国已有一批基本观众和球迷，但从球迷的广泛性和执着的热情方面来看，在中国足、篮、排三大球中，排球应当客观的说不如足球、篮球受观众所欢迎；在世界上既不能与大型的英式足球、美式足球（橄榄球）、棒球同日而语；与场地相若的篮球、冰球、网球也相去甚远。

在“排球是观众之运动”的今天，如何进一步提高排球运动对观众的吸引力！如何使更广泛层面的观众如狂迷上述诸项运动的“球迷”一样，对排球产生狂热的“爱”和“迷”！这就

### 三、观众是运动发展的生命力——I 论排球的节奏

是排球界人士急迫而又不可推卸的责任。

#### <一>忽略观众需求的严重后果：

使运动项目能步向“热”和“狂”是综合各方面因素，长期、良性循环效应的结果。如：

< A > 运动项目本身的技巧特色和精彩竞赛的吸引；

< B > 合理的竞赛规则的引导和推动；

< C > 各级政府及民间机构的策划和推动；

< D > 各种传播媒介的宣传和感染作用；

< E > 运动项目的普及程度；

< F > 心理倾向性（如爱国主义、……）的作用；

……。

可是，如何使排球比赛更紧张、刺激，更加丰富、多彩，各级赛事对观众的吸引和感染力则是最直接、最具影响力的了。所以排球运动的管理阶层和献身于排球事业的教练们不应只满足于重视组织赛事和力争在竞赛中夺取优异的战绩；更不应该错误的把排球运动的发展仅当作是排球界和教练的事；现代排球已经也必须注意向“**现代排球是观众的运动**”发展的同时，另一项极重要的职责和义务：就是要把观众放在首位，顺应并向观众的需求作出交代！遗憾的是排球界能重视观众的立场，并以他们的角度为出发点的人为数不多！忽略了吸引、感召、引导观众及以他们作为这项运动“支柱”的重要性和长期影响力！

这也是历经 100 年后，排球运动不如上述多项运动得到蓬勃发展和受世界各国观众“热爱”和“迷恋”的重要原因之一，应当引起排球界人士的充分重视！



### <二>快速、变幻的“节奏”——球迷对赛事渴求的刺激！

精彩的运动竞赛必须对观众有足够的感官和心理方面的“刺激”和“吸引”。但排球赛事确有以下问题，而使观众感到彷徨和惋惜。

#### < A > 高失误率与多停顿！

排球运动由于其技术特点及竞赛规则的规定，的确是一项容易失误和多停顿的运动。这一特色，在休闲耍乐时虽无伤大雅，但也会因此而使参与者降低兴趣。对观众而言在各类排球赛事中，不仅缺少足够的“刺激”和“兴奋”积聚的推动因素，也是造成观众既留恋又不太热衷的主要原因之一。从另一角度，排球比赛可以说是一项比失误率的赛事，那一队犯错少、失误率低，它就胜利、就成功，这一欠佳的特色也同样得到证实。根据统计资料显示（见图表1）。

这就是说约有近半的比赛进行仅约3.5" — 5" 就立即停顿12" — 16"，停顿的时间竟达比赛时间的3倍；而大多数的比赛时间仅只进行6" — 9" 就又要停顿12" — 16"，停顿的时间竟为比赛时间的1-2倍左右；所以对观众而言观看比赛的时间只是停顿时间的1/3到1/2，还不包括换人、暂停、局间休息等规则规定的较长时间的停顿。若以平均2小时（120分钟）的赛事计算，实际上只有40' -60' 左右的观摩竞赛时间可给观众带来视觉和感官的一些享受和刺激。若有精彩的场面，也是既短促又断续，未能连贯，人们的热情和兴奋因不易得到官能和心理上的加速、加温，而未能“昇华”；打打、停停的比赛给人缓慢、沉闷甚至麻木的感受，观众来时兴致盈然，但因为高失误率和不断出现较长时间的死球停顿而



### 三、观众是运动发展的生命力——I 论排球的节奏

时 间 形成死球 的回合	对死球的 分析	从发球至 形成死球 的一般时 间	占死球总数 的百分率	每次死球的一般停 顿时间(从死球到 下一次击球开始 比赛的时间)
第1回合 (A队“一次攻”)		3.5" -5"	约45%	12" -16"
第2回合 (B队 第一次反攻)		6" -9"	25-30%	
第3回合 (A队反攻)		10" -13"	15%左右	
第4回合 (B队反攻)		14" -17"	5%左右	
第5- 第8回合		18" -28" 左右	5%左右	

图表1：排球竞赛时间与死球停顿时间对照表

感到束然无味，不断重复的停顿也使整个赛事被缓慢、拖长的节奏所笼罩。要长期吸引观众，就不得不从考虑修改排球竞赛规则来解决这一课题。(将在《IV论排球的节奏》中阐述)

同时，我们又可以看到一个可喜的现象：比赛中若进行到第3个回合，观众就开始呈现紧张、兴奋的精神状况，若进行到第4个回合或以上还未出现死球时，观众就欢呼、就呐喊助威，甚至于出现吹口哨、顿脚的场面。所以如何营造多回合、来回争夺的赛事，(在《IV论排球的节奏》中详述)并使这种兴奋得到不断的累积、增强，这就是形成排球“热”之“源泉”。加上心理倾向等偏袒因素，其实建立庞大的球迷队伍也不是不可能办的事。

那么平均120分钟的赛事里，真正处于双方实战竞技的40'



## 排球的“节奏制胜论”

-60' 中的“节奏”又如何呢？真正竞赛时的“节奏”又是否能有效的满足观众对“刺激”和欣赏的需要呢？

### < B >原有的“3 击 2 慢竞赛主导节奏”要突破！

①彻底改变高传强攻的打法及其“2 慢”主导节奏是关键所在。

在过去的百余年里，为了降低失误率，同时在尽可能“稳”的前提下攻击对方，从第二传开始的“高传强攻”这种对教练和运动员而言既容易掌握又慢节奏的打法，在世界排球发展史中始终处于无可争辩的“主导”地位！尤其是百年以来处于霸主地位的欧美各国强队，更因其身高力壮而一直采用这种既沉闷，又拖慢节奏的高传强攻战术为主。这种第一传稳、缓；第二传高、慢；第三击强力扣杀的进攻结构，从“竞赛节奏”而论被称为“3 击 2 慢竞赛主导节奏”（简称“2 慢”主导节奏）。

根据各种级别比赛的统计资料，“2 慢主导节奏”（见图 2）的平均时间分别约为：1.5"；1.5"；0.3" 男(0.4" 女)左右。

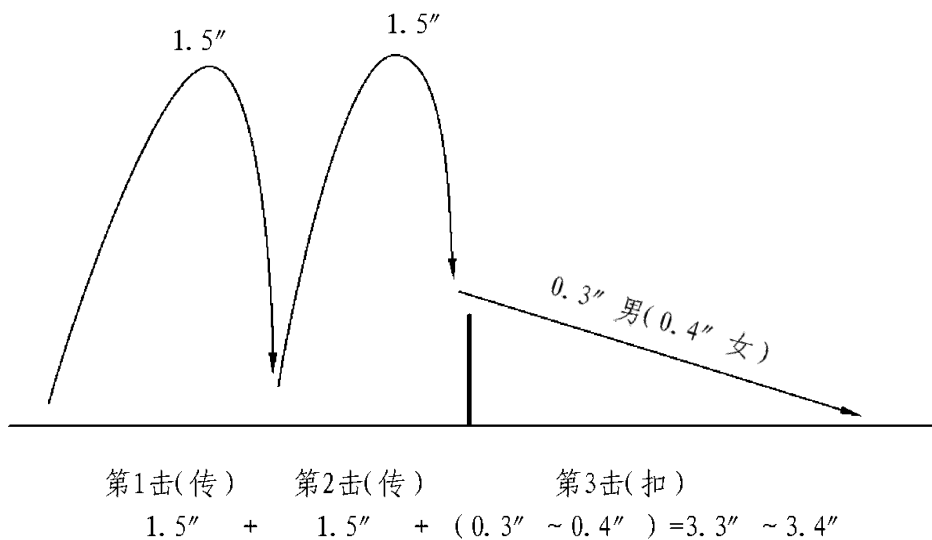


图2：“3 击 2 慢竞赛主导节奏”的组成时间及示意图



### 三、观众是运动发展的生命力——I 论排球的节奏

由于第三击的强力扣球多被拦网阻截，在极短暂的时间里已进入下一次的“3 击节奏”。所以“2 慢节奏”主要在第一、二传的两段缓慢时间中得以体现！第一传是排球比赛的基础，是接对方各种刁钻的发球或强力扣球的情况下为了减少失误并有效的转入反攻程序，因此第一传以 1.5" 左右防起一定高度的球是必须的。所以改变百年高传的缓慢节奏，制造精彩“镜头”和“刺激”就应该也必须由第二传着手！彻底改变高传强攻的“主导”打法之关键就在于从第二传“全面”发动★ 的不同快、变进攻战术所制造的不同快速节奏！从而发展出“3 击 2 快”新的竞赛主导节奏！（简称“2 快”主导节奏）（见图 3）

（★注：“全面”发动，并不等于“全部”发动，“2 快”主导节奏的第二传应理解为尽可能多的去组织快、变进攻战术！）

由于排球规则规定：每队在将球击入对方场区前，在本方场区最多可连续击球 3 次（拦网触球除外）。所以组成进攻

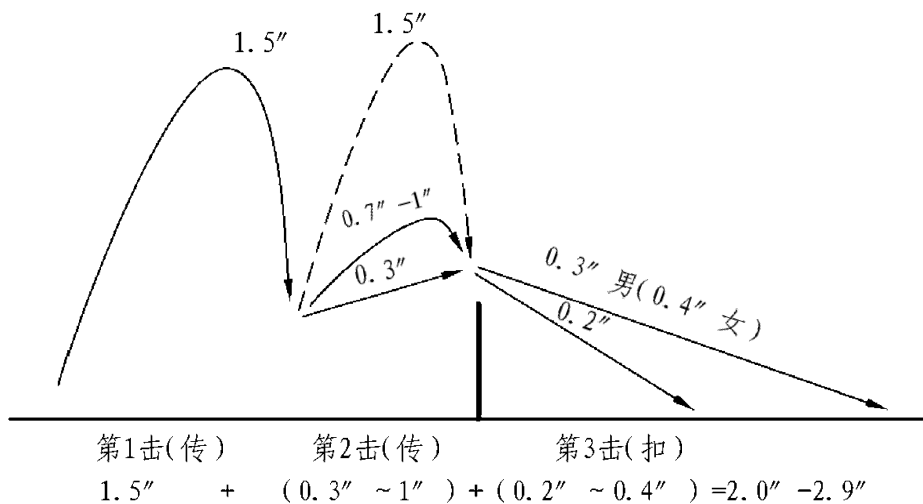


图3：“3 击 2 快竞赛主导节奏”的组成时间及示意图



## 排球的“节奏制胜论”

的“3 击节奏”，对于竞赛而言亦即是各“组段对应节奏”串合成排球竞赛的“3 击竞赛节奏”，双方的来回争夺不过是这种“3 击节奏”的循环重复。

②亚洲球队仅在“一次攻”中创用的快、变战术节奏，治标不治本！

高传强攻的“主导”打法和节奏，100 余年来几乎没有根本的改变，20 世纪 50 年代中国创用的快球和 60—70 年代中国、日本等亚洲球队创用的平拉开、短平快、时间差、位置差等变慢为快的打法（《II 论排球的节奏》将加以叙述），虽然改变了部份第二传高传强攻例行公式化的打法和节奏，并大大推动了排球运动的发展，但因这些“快、变”战术大多只是在接发球“一次攻”中，第一传到位时（到网前 1—2M 处）才大量采用，当时在这个争发球权，不得分的第一回合，虽然为东方“矮个子”球队夺得了相当多的“一次攻”优势和发球权，使亚洲球队数度出现光辉的崛起。但在接扣球反攻这个得分的关键环节，更大量的第一传球落在距网 2—6 米，甚至更远的不到位球，这时亚洲球队的第二传别无他途，仍不得不采用欧美球队高传强攻的专长来对付他们，以致始终处于下风，而直接影响赛果。何况欧美球队在学习并适应了亚洲球队的“一次攻”之后，反攻得分的强攻优势仍在他们手中，又逐渐出现欧美高传强攻“体能实力派”恢复控制国际排坛的趋势。突出了亚洲球队“一攻大变革，反攻无对策；中看不中用；治标不治本”的问题！打击了亚洲球队坚持走快、变进攻的道路和进一步突破原有“2 慢主导节奏”的信念（从亚洲球队日渐增多学用欧美后排强攻扣球的趋势可见一斑！）。但这却恰恰正是喜爱欣赏快速节奏、激烈争夺、意外镜头的观众所不愿见到的！

所以如何解决第一传球不到位时，第二传全面发动的快、



### 三、观众是运动发展的生命力——I 论排球的节奏

变进攻问题，就是根本解决和实现“3 击节奏”二传全面快的关键所在！

**<三> 第一传不到位进攻的新节奏——“远网短平快战术体系”（简称“K”战术体系）：**

第一传球落在距网 2、3M 以外是否只能采用高高传起的第二传？是否可以加快速度，改变比赛的节奏？来打乱对方的防守布局，掌握取胜的主动权；同时顺应观众渴望比赛节奏必须快速、变幻的需求呢？答案是完全肯定的！

笔者的这一肯定答案是来自 1977-1979 两类成功的专题实践：

**< A > 我在当时中国全国甲级队之一的福州部队男排兼任教练时的实践：**

该队在当时全国甲级球队中是身高条件和体能素质较差的队伍之一，是较典型的“矮个子”队。主力队员的平均身高仅 1.85 米，平均助跑摸高为 3.34 米，超过 3.40 米的仅 3 人，主攻队员仅 1.81 米和 1.86 米，是当时全国甲级队的第十二名。我们大胆地在 1977 年的 4 个多月的冬训中，把试验重点放在第一传不到位时如何坚持加快进攻节奏，努力扩大“一次攻”的快攻范围；尽可能避免使用自己强攻不强的高传强攻打法及节奏，来对付高度+力量优于自己的对手。通过超前战略意识的指导，有意识、有计划地去设计全新的技、战术，同时有系统地对一线主力队员进行“远网短平快”及其配套战术的突击和强化训练。新颖、高质量的技、战术和别具一格的节奏和打法，在 78 年春全军决赛中一举成功，力克条件和实力强横的成都、北京、广州、济南等部队男排，勇夺冠军，同时全队的战略意识和整体





## 排球的“节奏制胜论”

水平都明显领先，对“K”战术体系的先进性更坚信不移！78年秋季又经受了中国全国甲级联赛决赛的考验，跳升到全国第8名，“K”战术体系的运用也日趋成熟，79年初又再夺全军冠军，且再接再厉一跃闯入全国甲级队前6名的行列。一个“矮个子”球队仅用2年余的时间，从几乎降到乙级队的边沿，到夺得全国第6名，不可谓不是一大飞跃！主要原因在于创用并嚐到了“K”战术体系的甜头！这里值得指出的是由于该队队员条件的限制，在比赛中仅1个快攻手在其前排3个轮次中成功运用和发挥了“K”战术体系的威力，可是在强队如云的全国甲级联赛中已发挥的非常灿烂悦目、淋漓尽致，并取得相当高的直接得分率。如6个轮次都能充分运用和发挥“远网短平快”及其配套战术体系，左右开弓的话，战绩定不止于此！

### < B > 在上海师范大学男排的一般业余队之实践：

6个月的训练同样颇为成功。该队主力平均身高为1.76米，平均助跑摸高仅为3.05米，只有2人达3.20米，主攻队员仅1.78米、1.82米。在1978年中国上海市高校及全市联赛中，虽因业余队普遍缺乏训练，各项技、战术的失误率较高，但这个“矮个子”队同样由于打法独树一帜，与其它各队的球路、打法迥然不同！在初步采用“远网短平快”及其配套战术后，反过来对一传到位的一次攻和反攻，都打得更自信、灵活、多变，多次成功的“K”战术体系不仅打法出人意表，先声夺人，士气大振，面对强队由于有“K”战术体系这一“杀手锏”，而打得更自信更顽强。

我在中国甲级队及一般业余队的两类有意识、有计划地设计全新之“K”战术体系并经实践证明卓有成效的成功经验，均充分证明如果教练员、运动员敢于改革、大胆创新，对于有一定



### 三、观众是运动发展的生命力——I 论排球的节奏

训练水平，已掌握“一次攻”快、变战术基础的各级球队都可以经过一定的训练而掌握它，闯出新球路、新气象，确实是缺乏“重炮手”的“矮个子”队的新出路，也是教练员实现超前战略意识，夺取冠军的新途！

总之，由于创用了“远网短平快”及其配套战术（即“K”战术体系），对超过一半以上的不到位第一传球，可以突破百年来的高传强攻的缓慢节奏；采用了“K”战术体系，才能实现第二传全面快的全新快、变进攻节奏，开始了一传到位或不到位均可全面快攻的新时期，真正实现“3击2快”全新的竞赛主导节奏；它对防守而言，经常出现前排拦网队员措手不及，后排防守队员甚至来不及反应和移动，因攻守对应节奏的失衡，防不胜防而出现防守的困难时期。所以“K”战术体系因经常制造出许多出人意料、灿烂、悦目和精彩绝伦的好球！而博得观众的热烈掌声及欢呼，的确迎合了观众要求全面加快比赛节奏，要求紧张、刺激；要求排球比赛要有强烈观赏价值的愿望和心态。是吸引观众，扩大球迷队伍的好方法。对教练而言超前的战略意识指导下产生的“K”战术体系，既能完成服务观众的神圣职责；又可推动排球运动的进一步发展和力争优异的赛果。是排球经百年发展后即将来临的崭新一页。（《III论排球的节奏》中再加以阐述！）

观众和球迷对运动项目的热衷和狂热，不仅是他们的一种嗜好，更是他们在繁忙工作后，个人的一种精神寄托。对运动项目的执迷和爱好，不仅丰富其个人和家庭的精神文化和生活乐趣，也是对社会文明的有力推动，反过来又推动该项运动的发展。所以球迷要求全面快速、变幻的新节奏，也是他们对排球比赛所渴求的基本“刺激”，否则观众就会逐渐离开排球！今后，就现代排球运动来说，观众的声音将更有力，甚至将左右



## 排球的“节奏制胜论”

---

排球的发展方向。广大投身于排球界的人士切不可忽略这一关乎今后排球运动发展及生命力的大问题！

加拿大BC省大学男、女排球队特别技术顾问 郭志雄

1996. 02. 01. 截稿于加拿大温哥华



「体能制胜」基本对应的攻守节奏