



羽球雙打戰略擬定及戰術應用的分析

文章來源：涂國誠（2000）。大專體育。48。

一、前言

羽球運動在世界上早已蓬勃發展，為國際性競賽頻繁的運動項目之一。1992年羽球成為奧運正式項目後，國際羽球運動的商業化、職業化，使得羽球技術水準愈來愈提昇且差距日益縮小，各國羽球強手之間的競爭更加激烈，因此羽球競賽的戰略戰術也愈來愈受到重視。羽球雙打的競賽場地並非單打的兩倍，僅只左右場地兩邊各增加了46公分寬，且後發球線又比單打向前縮短了76公分（國際羽球規則，民85），因此雙打選手較易於取得良好的擊球位置，能隨心所欲的擊出效果良好，且速度快、具威力的殺球，所以在羽球雙打競賽中戰略擬定及戰術應用上與單打競賽是有很大的差別（關一誠，民82）。有鑑於國內相關文獻之缺乏，特別蒐集許多優秀教練與專家的經驗與文章加以整理，應可作為國內羽球選手訓練及比賽時參考。

二、羽球雙打的戰略擬定

羽球雙打不是集合任何兩位最好的單打選手，就可以成為一組最好的雙打陣容，因此雙打在技術及戰術戰略上的要求是與單打截然不同的；雙打在來回球的節奏上更快、攻擊上更加凌厲及處理球的變化更多樣，加上隊形變化與合作的重要，所以競賽前的戰略擬定益形重要（樊正治，民69；程峻彥，民75）。

- (一)採取攻勢是不容置疑的戰略：雙打主攻擊是最佳的戰略，已成為定論不必懷疑。女子雙打攻擊的威力較弱，防守中帶攻的手法是重要的技術(例：接殺球擊成平擊直線、對角...等)。另外，攻擊球路的變換是要看對方移動的位置來決定，如對方是前後站法，那攻擊目標是靠近邊線的位置，宜採用直線攻擊法或推快速直線平球到後場；少用對角打法，較易被對方攔截。如對方是左右站法，則攻擊目標在兩人之間，以中路打法，使對方球員互相觀望或爭相搶球造成失誤（中華羽協教練手冊，民88）。
- (二)對手實力不同的戰略擬定：對方兩人技術水準有差別，則針對實力較弱者毫不客氣大肆攻擊，以徹底瓦解其士氣與信心。
- (三)對手特性不同的戰略擬定：根據對方兩人在技術特性、打法、持拍手、心理配合情形加以分析，做一最佳作戰策略。
 - 1.對方兩人技術特性不同，儘可能將後場攻擊威力佳者引至前場，前場技術佳者控在後場；攻擊防守較弱者...
 - 2.對特殊打法的適應性要提早。
 - 3.持拍手的瞭解以明確攻擊位置及防守回擊的位置。
 - 4.提早對心理素質表現差的選手加以攻擊，以瓦解其信心。
 - 5.找出在配合上的可乘之機，擾亂其隊形位置，快速攻擊弱點。
- (四)瞭解自己特性的戰略擬定：首重展現優點，隱藏弱點；網前較優者必須適時搶機會到網前，後場處理球較佳者亦須使自己至後場發揮攻擊威力，時時刻刻維持較有利的隊形，並企圖改變較劣勢的隊形位置。兩隊實力相當時的心理提昇是重要的，毅力及信心是贏球的



關鍵。

在戰略擬定的同時，運動員應對結合戰術的實施上，有些基本的認識（翁志成，民 87）：

- 1.熟練及知悉各種戰術技能，並能在不同的比賽條件和情況下運用自如。
- 2.觀察和分析情況後，能立即將思考付之行動，快速而準確運用戰術。
- 3.抑制對方長處的發揮，使獲勝的效率提高。
- 4.在最艱難的比賽條件下，盡可能實現預定的戰術構想。
- 5.在比賽出現所料未及的景況、問題時，能獨立處理戰術的構想及計畫。

三、羽球雙打戰術的原則

羽球雙打的戰術即在比賽中，選手根據羽球規則、羽球運動的規律和彼此雙方的技術、體能、智慧等具體情況以及臨場比賽發展的變化，有意識的運用各種技術的組合，所採取的有目的、有預見性的行動。戰術上的應用需掌握原則，發揮自己的優點，針對對方的弱點攻擊，以達克敵致勝的目的（程嘉彥，民 79）。在基本的戰術應用上必須瞭解幾項原則（涂國誠，民 84）：

(一)雙打專項技術的完備

雙打除需加強全面性(單打)的技術訓練外，特別重視「高、快、平、前」打法的快速進攻技術(如扣殺球、快速吊切、網前推撲、平抽球、發短球...)、隊形位置輪轉的步法及提高應變能力(何年平，1994)。

(二)展現優點，隱藏弱點

展現己方攻擊優勢才能掌控戰局，攻擊對方弱者或弱點能使對方窮於防守，出現漏洞，使其較無暇察出我方弱點。

(三)速球壓低過網，造成主動

雙打比賽時，選手應只有兩個積極主動的念頭：一是攻擊，另一是作球(製造攻擊機會)。發球亦應發網前小球為主，接發、還擊也應儘少用高遠球，避免造成被動。分秒要求處理以快、狠、準，想辦法爭取主動。

(四)放棄單打意識，合作為主

有時隊友表現較差，仍應鼓勵建立其信心，不可為求勝搶球，想單獨作戰，如此亂了隊形，更速顯敗跡。

(五)觀察敏銳，搶敵機先

須有練習觀察對手擊球的習慣，盡可能搶先時機迫使對方離開有利的位置，造成我方有利的攻擊機會。攻擊機會只在瞬間，如稍一遲疑，就會失去大好時機，更可能被對方搶去先機，所以要把握主動攻擊的機會。

(六)迅速找球，提早處理

提早處理球，可使對方來不及回到最佳的擊球位置或準備擊球，則易出現防守缺失及處理不當的失誤。

(七)擾亂位置，快速攻擊

雙打兩人合作的優劣在於輪轉時隊形位置的適時適位。把球擊至各角落使對方在位置輪轉時出現漏洞，而快速攻擊。

(八)混合雙打，任務分明



強弱或男女搭配，各自的守備範圍及任務能明確，注意配球，維持優勢隊形。

(九)努力堅持至最後一分

雙打常由於實力相當或實力堅強，往往攻殺來回二、三十拍不見得失分，漫長比賽的勝負在於是否努力堅持至最後一分。

(十)加強信心鬥志，反敗為勝

居於劣勢時，冷靜思考、正確判斷，變更戰術加強信心與鬥志，短時間求得有利戰術打法，以圖反敗為勝。

四、羽球雙打的戰術應用

雙打比賽中戰術的應用要比單打難實施，因為雙打是兩人協同作戰，戰術的應用和變化需要共同商量、互相配和，兩人的思路要一致，加上應具備的雙打基本技術，才能立於不敗。

經瞭解、掌握雙打戰術的原則後，則可依循原則對雙打各種不同戰術及打法加以運用，設計出許多雙打實戰的基本戰術，可應用於適合展現己長或不同特性的對手，以期發揮最大效用（李誠志，1994）。

(一)站位法戰術：學習雙打的戰術首先要瞭解兩人之間站位形式上的配合，包括：

(1)發球、接發球站位法戰術：雙打發球、接發球兩人的基本站位法；混合雙打中，男、女的發球、接發球的基本站位法，不同的站位法有不同的戰術，可能有搶第二、三拍攻擊的應用站位法，但仍以基本的站位法為主（林永華，民86）。

(1)前後站位法戰術：前後站位形式有利於進攻，但不利於防守。因此，通常在進攻時多採用此站法（在混和雙打中，這種前後站位形式是較為普遍的）。

(2)左右站位法戰術：左右站位形式有利於防守，但不利於進攻。因此，多在防守時採用此站法（在陌生和初次組合下這種左右站位形式是較為普遍的）。

(3)輪轉站位法戰術：然而此基本站位形式不是固定不變的，應在比賽中隨著進攻與防守之間的不斷轉換而變化，這種站位形式稱為輪轉站位法。

(二)進攻戰術：

1.前四拍進攻戰術：包括發球與接發球的進攻戰術（陳益祥，民82；楊瑞珠，民85）。

(1)發球戰術：應縮短動作時間，有不同的前線索(假動作亦可)。?儘可能隱藏出手之變化。發球前期要經常改變，儘可能避開對手注意力及反應時間之高峰期（0.5~2秒間）。

(2)接發球戰術：?控制重心，避免違規，接發球要求皆過網即墜至對方球場八個點，（左右邊區前、中、後，另網前中路，後場中路），造成主動優勢。?避免在注意力及準備動作未完全就緒時接球，對方發長球必須強力扣殺，網前小球則應推撲，避免挑高。

2.攻人戰術：

(1)二攻一戰術：雙打比賽中配對選手的技術，通常總有一人好另一人稍差，當對方其中一人顯露出體能、技術或心理上的任一缺失時，即鎖定其為攻擊目標，集中力量快打猛攻，不讓對方有調整的機會，造成對方很大的壓力，使其出現失誤。

(2)攻肩戰術：雙打技術中的平球、殺球及抽球是重要的手法，而一般選手的執拍手的肩膀位置是防守的弱點，有機會則應以此手法攻擊之。

3.攻區域戰術：當有機會以速球壓低及扣殺，此可選擇（陸宜山等，1993）：

(1)攻中路戰術：當對方分邊站位防守時，攻擊兩人中間的路線，造成兩人爭搶回球質量差或



猶豫不決漏接失誤。

- (2)攻直線戰術：對方處理失當的球可以直線回擊，因直線為最近距離使對方較無充分準備的時間來處理球。
 - (3)攻兩邊戰術：當對方前後站位時，可將球下壓、平推兩邊半場或攻擊兩邊的路線，常造成對方回球質量差或出界。
 - (4)邊攻邊戰術：對方回擊邊線區的球，則以直線沿邊再攻擊，常造成對方回球出界。
 - (5)中攻中戰術：中間區域的回擊球，再攻中間路線，常造成對方防守的責任混淆。
 - (6)攻大對角戰術：攻擊對方斜對角，常使防守者錯愕，失去最佳處理時機，或是針對較弱者即使是遠距斜角仍追攻之，另混合雙打此戰術確是必備的攻擊手法。
 - (7)攻後場戰術：當對方後場扣殺能力較差，可採用平高球、推平球、接殺球挑底線，把對方一人緊逼在底線兩角移動，當對方被動還擊時，則抓住機會扣殺攻擊，如另一人後退支援時，即攻網前空檔。
 - (8)後攻前封戰術：當本方主動攻擊前後站位時，站在後場的隊員見高球就扣殺或切吊，迫使對方接球擋網前，以製造前場封網撲殺的機會。前場隊員要積極封鎖網前，迫使對方挑高球，一旦挑球未到後場，即又製造了再進攻的機會。
- 4.混合戰術：兩人合作配球達到最大攻擊效益，在位置輪轉後讓對方更難捉摸如何防守，除攻殺的路線有所變換，也在手法技術上有所變換，如此更減低對手的適應能力（何敬東等，1994）。包括：

- (1)一人攻直線，一人攻對角戰術。
- (2)攻直線結合攻中線戰術。
- (3)殺球結合吊切球戰術。
- (4)短殺結合長殺戰術。
- (5)輕扣殺結合重殺戰術。
- (6)攻弱點戰術等。

5.根據對手技術、打法、心理、持拍手和配合情況制定的戰術。

6.進攻輪轉戰術：可分為：

- (1)一般輪轉：正常攻防的輪轉，攻擊主動即前後隊形，擊出被動的球則轉成左右隊形。
- (2)連續輪轉：進攻殺球多拍時則輪換攻擊，可省體力且威力不減。
- (3)特殊輪轉：比賽中之預判是極重要的打法，如預判正確可搶得好機會，相對此時需具備特殊輪轉；另兩人的特殊打法也會需要特殊的輪轉方式。

(三)防守戰術：

- 1.配合防守技術實施：如挑高遠球、挑平高球、反抽平球、半蹲抽擋、擋網前球、勾對角網前球。
- 2.守中反攻戰術：(1)挑兩邊平高球戰術。
- (2)讓對方從右後場進攻，再反拉對角平高球戰術。
- (3)挑對角式直線平球。
- (4)直線位置的人採用半蹲對攻或反擊直線的戰術。
- (5)擋勾網前逼進戰術。



(6)反抽跟進對攻戰術。

(7)追打漏洞戰術等。

五、結語

羽球雙打競賽應是採取進攻方式為主，發揮己隊優點、隱藏缺點並攻擊對方弱點為戰略的擬定原則；在戰術上應遵守「進攻要快要猛」、「防守要穩要活」、「輪轉要先要變」及「抓弱點要準要狠」的原則（侯加昌，1991），而戰術應用的能力和戰術協同意識，是靠平時的訓練，需常做雙打技術結合特殊打法應用在進行近於實戰的攻防練習上，如此可有更多更具威力的戰術打法，讓對方無法適應，使自己更多一分勝算。

目前國際間羽球雙打的戰略擬定及戰術應用無時不因應著不同組合的世界級選手，而有許多的特殊打法出現，然而原則的掌握應該是最基礎且最重要的，另外多參與國際比賽的經驗磨鍊，是提高應變能力的好時機，亦是水準更上一層樓的重要關鍵。

參考著作

中華民國體育運動總會審定 民 85 國際羽球規則

中華民國羽球協會編印 民 88 國家級羽球教練講習會講習手冊

何年平 1994 羽球女雙失球規律初探 羽毛球網球雜誌第 17 期 人民體育出版社 17 頁

何敬東 李永紅 1994 羽毛球比賽中戰術的運用 羽毛球網球雜誌第 17 期 人民體育出版社 42 頁

李誠志 1994 教練訓練指南 文史哲出版社 978~981 頁

林永華 民 86 羽毛球步法之教學與訓練 碩群出版社 5~35 頁

侯加昌 1991 羽毛球快、狠、準、活與穩的關係 羽毛球網球雜誌第 5 期 人民體育出版社 2、3 頁

翁志成 民 87 運動訓練管理 師大書苑有限公司 53~60 頁

涂國誠 民 84 羽球雙打技術概述 臺灣體育 第 82 期 43~47 頁

陳益祥 民 82 反應時間理論在羽球雙打發球策略之應用 中華體育 第七卷第一期 84~91 頁

陸宜山 金廣江 1993 羽毛球基本知識講座 羽毛球網球雜誌第 11 期 人民體育出版社 34~36 頁

程峻彥 民 75 羽球運動指導 青山出版社 34~42 頁

程嘉彥 民 79 羽球教練理論與實際 大專院校羽球教練研習會 75~86 頁

楊瑞珠 民 85 羽球雙打發球與接發球之探討 18~22 頁

樊正治 民 69 羽球指引 臺灣商務印書館發行 76~100 頁

關一誠 民 82 羽毛球教室 聯廣圖書公司 82~112 頁

涂國誠 國立成功大學講師 台南市大學路 1 號體育室

06-2757575 轉 50409 運動訓練指導