



# 世界优秀乒乓球男子运动员直、横拍反手技术比较

——以马琳、张继科为代表

## Comparison of Backhand Techniques between Straight and Horizontal Strokes of the World Top Men's Table Tennis Athletes

——Represented by Ma Lin and Zhang Jike

郭 皓

Guo Hao

**摘 要:** 乒乓球运动随着时间的变迁在其速度、力量、旋转、落点以及弧线方面都发生了巨大变化,快速度、大力量、高旋转、刁落点和低弧线使得乒乓球在现代的比赛中的对抗性越来越强,使得各种打法的各项技术都有了很大提高。本文通过分析回击反手位来球主要技术应用情况、反手位回球线路应用情况、比赛中总体得失分情况以及直、横拍的对比分析及建议。

**关键词:** 乒乓球; 直拍; 横拍; 技术比较

**Abstract:** With the change of time, table tennis has undergone great changes in its speed, strength, rotation, impact point and arc. Fast speed, large strength, high rotation, sharp impact point and low arc make table tennis more and more antagonistic in modern competitions, thus greatly improving all kinds of playing techniques. This paper analyzes the main technical application of backhand return stroke, the application of backhand return stroke circuit, the overall score and loss in the match, and the comparative analysis and suggestions of straight and horizontal strokes.

**Key words:** table tennis; straight stroke; horizontal stroke; technical comparison

中图分类号: G846 文献标识码: A 文章编号: 1005-0256(2020)03-0027-2

doi: 10.19379/j.cnki.issn.1005-0256.2020.03.013

从目前乒乓球发展的趋势可以看出,虽然正手技术依然是乒乓球进攻和得分的重要手段,但是在比赛中运动员都会想尽一切办法控制对方正手各种技术的使用,回球落点和线路多数都在对方反手位。本人对2位优秀乒乓球男子运动员在比赛中反手位来球与正手位来球的得失分情况进行了统计和分析。

### 1 直拍代表: 马琳反手位技战术特征分析

由上表可知,马琳在回球上质量不高,导致无法给自己抢攻的机会,侧身挑打、正手和劈长得分率比较高,说明马琳在发抢段台内小球技术运用比较多,得分较多,特别是侧身挑打得分率和失分率就排在第一位,说明技术发挥不稳定。

在接抢段,说明在接发球是主要以台内小球回击为主,防守也别较多,说明回球质量不高,容易造成对方直接强攻的机会,在失分率上相差比较大,说明马琳的反手反拉技术较弱。

在相持段,说明在此阶段马琳在反手位还是以正手进攻和防守为主,反手进攻较少,侧身抢冲技术得分率依然很高,反手反拉失误率也很高,说明侧身反拉技术回球杀伤力大,相持阶段发球技术较弱。

整体来看,马琳的打法还是继承了较多的传统直拍的打法,比较注重台内技术,发球抢攻比较占优势,侧身抢攻杀伤力较大,而相持技术特别反手相持比较弱。

### 2 横拍代表: 张继科反手位技战术特征分析

据上表可知,在发抢段,张继科在发球后反手拧技术运用比较熟练,回球质量高,得分率高。另外,反手抢冲、反手反拉和侧身抢拉使用率和得分率都比较高,说明张继科发球质量高,为自己创造了抢攻的机会,同时说明张继科抢攻意识强,积极主动。

在接抢段,说明张继科在接发球上抢攻意识不强。反手

反拉和侧身抢拉得分率都比较高,说明反手反拉技术和侧身抢拉回球质量高,给对方造成失分的威胁,反手拧的率也到达了35.33%,说明反手拧技术这种新技术也成为了张继科一个新的得分点。

在相持段,说明张继科在中远台反手反拉技术较强,得分率大于失分率,成为在中远台的一个主要得分点。反手抢冲和侧身抢冲得分率依然很高,说明这两技术威胁性大,成为又一得分点。

总的来说,张继科还是继承了中国横拍的传统打法,发抢和接抢占主要得分点,但是中远台也有很到提高,但是和欧洲运动还是有一定差距,其反手台内拧和中远台反拉比较突出,全台无死角,技术较全面。

### 3 世界优秀男运动员直、横拍反手位技战术特征对比及建议

#### 3.1 技术特征对比

回球的控制方面,直拍运动员由于其握拍方法不同,手腕运用较灵活,所以台内反手位短球控制较好,特别是摆短使用率很高,尽量控制对方给自己创造抢攻的机会,而横拍运动员握拍方法导致在近台控制稍微差些,所以台内多以撇和反手拧较多,在中远台方面横拍运动员在反手位控制比直拍运动较好,得分率要高于直拍运动员的得分率。(下转第60页)

**作者简介:** 郭皓(1988-),女,河南洛阳人,助教,硕士研究生,研究方向: 乒乓球。

**作者单位:** 广东石油化工学院,广东 茂名 525000

Guangdong University of Petrochemical Technology, Maoming 525000, Guangdong, China.



- 的比较研究[J]. 体育成人教育学报, 2016, 32(01): 7-12+34.
- [3] 李庆. 关于《体育与健康课程标准》三维课程目标的解读[J]. 甘肃教育, 2017(21): 67.
- [4] 张赫, 唐炎. 美国 2013 版《K-12 体育教育标准》的特征及启示[J]. 沈阳体育学院学报 2015, 34(02): 115-119.
- [5] 曾玉山. 美国新版 K-12 体育课程国家标准探析[J]. 北京体育大学学报, 2015, 38(06): 109-113+144.
- [6] 张大超, 杨娟. 美国 3 版《K-12 国家体育教育标准》演变对学校

- 体育影响的比较研究及启示[J]. 体育科学, 2017, 37(10): 21-31.
- [7] 王立新, 季丽群. 中美体育课程整合下的小学低年级单元教学设计与重构[J]. 上海课程教学研究, 2016(01): 42-45.
- [8] 张硕. 中美体育课程标准对比研究[J]. 体育科技文献通报, 2018, 26(02): 168-170.
- [9] 王燕. 中美小学体育课程比较——Spark 课程之体验[J]. 体育师友, 2010, 33(03): 57-58.

(上接第 27 页)

表 1 马琳回击反手位来球主要技术应用情况表

	发抢段			接抢段			相持段		
	使用率%	得分率%	失分率%	使用率%	得分率%	失分率%	使用率%	得分率%	失分率%
摆短	14.75	18.75	3.13	36.44	13.60	6.40	0.34	100.0	0.00
劈长	5.53	25.00	8.33	2.33	25.00	12.50	0.00	0.00	0.00
反手拧	1.38	0.00	33.33	4.66	31.25	6.25	0.00	0.00	0.00
正手撇	2.30	40.00	20.00	1.46	0.00	20.00	0.00	0.00	0.00
反手抢冲	20.28	22.73	13.64	19.53	19.40	17.91	1.37	0.00	25.00
反手反拉	4.15	33.33	22.22	3.21	9.09	45.45	14.33	16.67	35.71
侧身抢冲	21.20	43.48	23.91	9.33	46.88	12.50	7.85	43.48	21.74
侧身反拉	8.76	36.84	10.53	7.00	37.50	8.33	30.38	31.46	26.97
侧身挑打	3.23	57.14	42.86	1.75	33.33	50.00	0.00	0.00	0.00
防	14.29	19.35	9.68	10.79	16.22	27.03	34.13	12.00	28.00
其它	4.15	11.11	44.44	3.50	25.00	50.00	11.60	17.65	44.12
总计	100.0	28.57	16.13	100.0	21.28	15.45	100.0	22.39	28.19

表 2 张继科回击反手位来球主要技术应用情况表

	发抢段			接抢段			相持段		
	使用率%	得分率%	失分率%	使用率%	得分率%	失分率%	使用率%	得分率%	失分率%
摆短	10.98	6.69	5.69	21.43	13.04	6.26	0.13	0.00	0.00
劈长	5.32	5.69	0.00	5.73	11.30	0.00	0.00	0.00	0.00
反手拧	15.46	23.40	13.20	7.53	35.33	17.05	0.00	0.00	0.00
正手撇	0.45	0.00	0.00	1.43	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
反手抢冲	17.59	32.33	12.89	10.39	30.03	22.69	7.57	58.40	13.44
反手反拉	16.51	29.95	24.68	11.11	35.26	17.13	33.78	32.55	29.30
侧身抢冲	15.27	48.88	15.04	12.19	45.18	16.65	10.80	53.05	14.51
侧身反拉	7.99	14.38	31.77	3.58	31.00	58.00	12.53	35.43	31.33
侧身挑打	0.43	3.00	100.0	0.36	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
防	9.44	18.52	20.22	22.22	15.29	30.26	26.56	16.46	32.96
其它	0.56	0.60	10.0	4.03	19.43	45.36	8.63	15.44	67.34
总计	100.0	22.34	21.22	100.0	23.58	19.40	100.0	24.13	26.98

在进攻方面直拍运动员在反手位使用侧身强攻和侧身抢冲的频率高,而反手反拉技术运用较少,从而给正手位造成一定威胁,而横拍运动相对来说反手位的抢冲和反拉要好于直拍选手,特别是在中远台照顾面积较大,相持能力要好于直拍运动员。

在防守方面,由于直拍运动员控制技术相对要好于直拍运动员,所以在防守使用率运动员明显高于横拍运动员,在近台直拍运动员台内小球控制好,进攻机会多,防守相对少,到了中远台控制较弱后,被动防守明显增多,横拍运动运动员由于全台无死角,加上台内技术没有直拍灵活,所以进攻欲望较强,主动机会多从而防守也要相对的少一些。

### 3.2 建议

横拍运动员在发抢段反手位要加强台内小球的练习和运用,控制对方为自己进攻创造机会,注重技术的稳定性,减少失误率,直拍选手要加强反手位反手技术的练习,不要过多依赖侧身技术,提高技术的全面性。

在接抢阶段,横拍运动员要注意接发球的质量,减少自己的被动局面,提高反手的威胁性,形成全台无死角。直拍运动

员在接发球时多运用反手拧等台内进攻技术,减少摆短技术,加强反手位反手抢冲技术,少运用防守,强化自己的进攻意识,从而增加自己的进攻范围。

在相持方面,横拍运动员加强反手位反拉的连续性和威胁性,从而达到左右的平衡性,直拍运动员要注意中远台的直拍反拉技术,打破反手位被动的局面,另外要注意线路变化的多元化,大角度调动对方为自己得分创造有利机会。

在线路方面,横拍运动员要注意线路控制的质量,减少失误率。另外,两者都要根据对手和比赛实际情况来调整线路,切记运用较单一或固定线路。

### 参考文献:

- [1] 汪德华. 乒乓球技术体系建构的科学认识[J]. 科技风, 2008(5).
- [2] 李晓东. 反手中的反手—横板反手技术精华解析[J]. 乒乓世界, 2005. 2: 73.
- [3] 蔡振华. 横拍进攻型打法之我见[J]. 乒乓球世界, 2004. 04: 08.
- [4] 王鹏, 杨先军. 对我国优秀乒乓球运动员应用横打新技术的个案分析[J]. 辽宁体育科技, 2007(3).