



高等学校教材

球类运动—排球

第三版

黄汉升 主编

高等学校教材

球类运动——排球

第三版

黄汉升 主编

高等教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

球类运动·排球/黄汉升主编.—3版.—北京:高等教育出版社,2001.7(2004重印)
ISBN 7-04-009743-5

I. 球… II. 黄… III. ①球类运动—基本知识②排球运动—基本知识 IV. G84

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第025842号

责任编辑 尤超英 封面设计 刘晓翔 责任绘图 朱静
版式设计 周顺银 责任校对 俞声佳 责任印制 陈伟光

球类运动——排球 第三版
黄汉升 主编

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100011
总 机 010-82028899

购书热线 010-64054588
免费咨询 800-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>

经 销 新华书店北京发行所
印 刷 北京民族印刷厂

开 本 787×960 1/16
印 张 21.75
字 数 400 000

版 次 1987年7月第1版
2001年7月第3版
印 次 2004年4月第6次印刷
定 价 22.90元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

前 言

本教材是在1997年出版的高等学校教材《球类运动——排球》(第二版)的基础上修订而成的。修订中吸取了我国历次所编的排球教材的优点和近年来国内外先进的理论、技术与战术、教法,内容全面系统,着重介绍6人制排球运动,也介绍了各种形式的排球运动。既可作为高等学校体育教育专业排球本、专修用教材,也可供体育教师、业余体校排球教练员及排球爱好者阅读。

本书主编黄汉升,副主编程战铭、李学淞。撰写人员为天津体育学院李学淞教授(第一章)、福建师范大学黄汉升(第二章)、湖南师范大学苏益华(第三章)、徐州师范大学高健(第四章)、河南大学屈东华(第五章)、南京师范大学蔡建平(第六章)、山东师范大学杨国良(第七章)、福建师范大学陈铁成(第八章)、北京体育大学葛春林(第九章)、苏州大学程战铭(第十章)。

全书由黄汉升、程战铭统稿定稿,由苏州大学马建桥绘制全部图表,由天津体育学院李溜教授、湖南师范大学张百振教授审阅。经教育部全国普通高校体育教学指导委员会审定。

《排球》教材编写组

2000年9月

目 录

第一章 排球运动的一般知识	(1)
第一节 排球运动的特点、功能与比赛方法	(1)
第二节 排球运动的起源与传播	(4)
第三节 世界排球运动的发展	(5)
第四节 排球运动在我国的发展	(12)
第五节 国际和国内排球比赛简介	(19)
第二章 排球技术、战术的基本理论	(22)
第一节 排球技术的理论	(22)
第二节 排球战术的理论	(34)
第三章 排球技术	(40)
第一节 排球技术概念	(40)
第二节 准备姿势与移动	(43)
第三节 发球	(47)
第四节 垫球	(57)
第五节 传球	(71)
第六节 扣球	(81)
第七节 拦网	(92)
第四章 排球战术	(99)
第一节 排球战术的概述	(99)
第二节 阵容配备、交换位置、信号联系及“自由人”运用	(102)
第三节 个人战术	(106)
第四节 集体战术	(109)
第五章 排球教学理论与方法	(138)
第一节 排球教学工作	(138)
第二节 排球教学文件的制定	(146)
第三节 排球技术教学与练习方法	(150)
第四节 排球战术教学与练习方法	(165)

第六章 排球训练与管理	(176)
第一节 排球训练的任务、方法及要求	(176)
第二节 排球训练文件的制定	(207)
第三节 学校排球队的组建与选材	(213)
第四节 学校排球队的管理	(221)
第五节 排球运动员的心理训练	(224)
第六节 比赛的指导工作	(231)
第七章 排球队员的体能训练理论与方法	(237)
第一节 体能训练的基本理论	(237)
第二节 发展排球队员专项身体素质的训练方法	(244)
第三节 排球队员体能考核的方法	(257)
第八章 排球竞赛与裁判工作	(264)
第一节 排球竞赛工作	(264)
第二节 6人制排球主要规则与裁判方法	(271)
第三节 6人制排球裁判工作	(280)
第四节 排球场地设计与器材设备检查	(287)
第九章 其他形式排球运动简介	(293)
第一节 沙滩排球	(293)
第二节 其他形式的排球运动	(303)
第十章 排球运动的科学研究工作	(311)
第一节 科研工作的范围与内容	(311)
第二节 科研工作的形式	(314)
第三节 科研工作的基本方法	(315)
第四节 科研工作的步骤	(321)
第五节 排球比赛的统计工作	(327)
附表	(334)
主要参考文献	(339)

第一章 排球运动的一般知识

[内容提要] 本章主要介绍排球运动的概念、排球比赛的方法与特点、排球运动的起源与传播。阐述了在排球运动的演变与发展过程中,特别是6人制排球在不同发展阶段的技、战术特点,并着重分析我国学校排球运动的发展概况以及简要介绍了世界排球大赛。

第一节 排球运动的特点、功能与比赛方法

排球运动是由参加运动的人,以身体的任何部位(以单手或双手为主)相互在空中击球,使球不落地,既可隔网进行比赛,也可不设球网进行击球游戏的一种体育项目。排球运动形式多种多样。依运动目的、竞赛规则、参与人数、比赛形式的不同而分类。一般来说,以提高运动成绩为目的,并在国际上设有统一竞赛规则的运动形式称为竞技排球。目前它包括6人制排球和沙滩排球;以其他或游戏方式和参与人数的特殊规定,主要以健身为目的,在国际上还没有统一竞赛规则的运动形式统称为娱乐排球,如软式排球、气排球、妈妈排球、4人排球、9人排球、残疾人排球、草地排球、墙排球等。

一、排球运动的特点

排球运动问世一百多年来,其竞赛规则虽然经过了多次修改,但比赛双方始终围绕着使球在对方场区落地,或使对方击球失误的竞技目的展开激烈的争夺,因此也带来了排球运动特有的,也是其他球类运动所不具备的技、战术特点。这些特点主要有:

(一) 击空中的球击球技术特点

无论是在排球比赛还是在排球游戏中运用的各种击球方式,都必须是击在空中的球,接本方同伴的球是如此,接对方击过网的球更是如此,就连自己将球击过网的发球技术,也要将球先抛在空中然后才能击球。因此,参加排球运动的人在时间和空间感觉上得到的锻炼和提高是其他球类项目不可比拟的。

(二) 击球时触球时间短促

排球运动问世至今,其竞赛规则始终不允许“持球”,即不允许球在击球部位停留的时间过长,这是除了借助工具击球的乒乓球、网球等项目外,区别于其他球类运动的一大特点。这一特点既能提高运动员在短暂的触球时间内对来球的力量、速度、角度等因素的准确判断能力,又能提高运动员把来球准确地击向预定目标的控制能力。

(三) 允许全身各部位击球

目前所有的球类运动都有其规则限定的身体合法触球部位,唯独排球竞赛规则规定运动员全身任何部位均可触球。因此,排球运动能使参加该项运动的人,在击球过程中充分体现自我才能和展现各种高超的击球技巧。

(四) 独特的得分和失分计算

在不借用工具击球的球类比赛中,只有排球比赛(6人制排球)在运用各种技术动作击球时,都存在直接得分和直接失分的两种可能性,这就要求排球运动员必须具有扎实的基本功,掌握技术不仅要熟练,还必须全面。降低失误率,这是排球比赛制胜因素中不容忽视的一项指标。

(五) 完成战术配合时触球次数的有限性

排球竞赛规则是,每方击球过网,至多不得超过3次。即每一次战术配合过程只能在3次击球中完成,这一特点是其他集体球类运动项目所不具备的,因此排球比赛中的各种巧妙配合无一不体现运动员高度的战术意识、队员之间合作的默契程度和准确程度。

二、排球运动的功能

(一) 增进健康、强健体魄

排球运动具有竞技与娱乐并存的特点,不同年龄、不同性别、不同技术水平的人都能参与,或活动,或比赛。经常参加排球运动,不仅能改善人体中枢神经系统和内脏器官的功能状况,同时又能提高人的力量、速度、弹跳、灵敏、耐力等专项身体素质和运动能力。总之,经常参加排球运动会使人们在兴奋与愉快中增进健康,强健体魄。

(二) 培养与锻炼良好的心理素质

经常参加排球运动的训练或比赛,会学到很多控制自己情绪和调节自身心

理的手段和方法,如连续失误时,如何使自己尽快冷静下来而且不灰心;比分落后时的沉着和不气馁;关键比分时进攻不手软的自信心等,都是对自己形成良好心理品质的培养和锻炼。

(三) 培养勤奋、助人、拼搏的优秀品质

排球比赛中,球不能落地而且击球至多3次必须过网的特有规定,使参加排球比赛的人总要随时准备弥补同伴因判断错误而无法接,或因其他原因没接到位的球,为了发挥本方的进攻力量而不惜奔跑扑救,给下一次击球人创造方便条件。因此经常参加排球运动,可以培养人的优良体育道德作风和团结协作的集体主义精神。

(四) 培养人的信息意识、提高配合及应变能力

排球运动在某种意义上是一项依靠判断的运动,尤其在现代的排球比赛中,准确的判断已成为制胜因素之一。判断的基础是眼观六路、耳听八方,通过观察对方和同伴的动作、击球的声音、场上的布局等,预测将要发生的情况而迅速做出决策。排球比赛也是一项靠集体配合取胜的球类竞赛,个人特长的发挥往往是在同伴发挥特长的前提下取得的。因此,运动员在场上要相互协调,并不断观察同伴的意图,才能默契地与之合作。而排球比赛中,球既不能落地,又不能持球,使参加比赛的人必须具备应变能力,因此经常参加排球活动的人,既锻炼了体魄,愉悦身心,又能提高机敏、应变、协调、配合等能力。

三、排球运动的比赛方法

排球运动的比赛形式是多种多样的,其基本方式是由两支人数相等的球队在被球网隔开的两块面积相等的场区内排成两排站位。然后将球从网上击入对方场区。比赛的开始是由后排的右边队员在发球区内用一只手或手臂将球击过网,以后每方最多击球3次使球过网,不得持球,同一名队员不能连续击球两次,比赛不间断进行,直至球落地、出界或某队犯规。

发球队胜一球后,该队发球的队员继续发球。接发球队胜一球后,场上队员先按顺时针的方向轮转一个位置后,再由后排右边的队员发球。目前排球比赛是五局三胜制、三局二胜制和一局胜负制(沙滩排球)。当前的国际6人制排球比赛采用五局三胜的每球得分制,每局先获得25分并超出对方2分的队为胜一局,胜三局为胜一场。决胜局的比赛是首先获得15分并超出对方2分的队为胜队。

第二节 排球运动的起源与传播

一、排球运动的起源

19世纪末,美国在体育运动方面成为较发达的国家,当时以美式足球、橄榄球、篮球和网球较为盛行,由于美式足球、橄榄球和篮球的比赛活动太激烈,是适合青年人参加的运动,对于中老年人来说只能是可望而不可及,而网球运动规定参加的人数又太少,所以人们希望能找到一种运动负荷适当,参加人数又较多,富于趣味性,适合男女老少参加的活动方式。1895年,当时美国马萨诸塞州霍利约克市基督教青年会体育干事威廉·基·莫根先生一直为此冥思苦想,希望创造一种较为缓和、活动量适合更多人参加的运动方式来满足大众的需求。莫根先生从网球运动中受到启发,他构思将网球的运动形式加以改造,使它成为一种多人参加的隔网用手直接拍击球的游戏性活动。他把球网增高到5英尺6英寸(1.98 m)的高度上,并先后用网球、篮球、篮球胆进行了试验,其结果是网球太小而篮球太重,易挫伤手指、手腕,篮球胆又太轻,不易控制,最后制作了与现代排球近似,外表是皮制的,内装橡胶球胆,圆周长为25~27英寸(63.5~68.5 cm),重量为9~12盎司(255~340 g)的历史上第一个排球。

1896年开始,美国有了排球比赛,春田市的哈尔斯戴特博士将此项运动命名为“volleyball”,即“空中截击”之意,并一直延用至今。

1897年7月在美国体育杂志上公开介绍了排球比赛的打法及简单规则,从此排球运动在全美逐渐开展起来。最初的排球比赛场上没有人数的规定,可在赛前双方临时商定,只要双方人数对等即可。排球比赛由于很受各界人士的欢迎,很快得到美国各教会、学校和社会的广泛重视,并被列为美国的军事体育项目。

二、排球运动的传播

美国开创了排球运动后,通过教会的传播和美国军队的军事活动,逐渐把排球运动传播到世界各地。由于各地传入排球运动的时间及采用的比赛规则不同,所以其开展该项运动的形式及运动水平的提高程度也不尽相同。

美国是排球运动的发祥地,6人制排球传入美洲的时间较早。1900年首先传入邻邦加拿大,1905年传入古巴,1912年传入乌拉圭,1914年传入墨西哥。

排球运动传入亚洲的时间与传入美洲的时间相差无几。1900年传入印度,1905年传入中国,1908年传入日本,1910年传入菲律宾。排球运动在亚洲发展过程中先后经历了16人制、12人制、9人制的比赛形式及相应的规则,直到20世纪50年代初才正式开展6人制排球运动。

排球运动传入欧洲的时间稍迟于美洲和亚洲,是由参加第一次世界大战的美国士兵带去的。在欧洲,排球运动最早出现在法国,以后又传到俄国、捷克斯洛伐克、波兰等东欧各国。以6人制的比赛形式传入欧洲,而且当时已经成为一项竞技性运动,所以该项运动很快在欧洲得以发展,技术水平较高,在相当长的一段时间里,东欧各国的排球运动始终名列世界排坛前茅。

美国虽然是排球运动的开山鼻祖,但长期以来只把其作为一种休闲、娱乐的游戏性活动,一直没将其作为竞技项目进行开展,因此技术水平提高得比较缓慢。

排球运动传入非洲的时间最晚,1923年传入埃及、突尼斯、摩洛哥等国。由于起步较晚,传入后又没能广泛地开展,所以至今非洲排球的技、战术水平在世界排坛中还处在落后的位置。

第三节 世界排球运动的发展

一、世界排球运动发展的阶段及其特点

排球运动问世至今已有一百多年的历史了,在这一百余年中,排球运动的发展大体经历了3个阶段,即从娱乐排球向竞技排球过度阶段;竞技排球迅速发展阶段;竞技排球的多元化和娱乐排球在兴起阶段。

(一) 从娱乐排球向竞技排球的过渡

排球运动起源于为中老年人锻炼身体而创造的一种娱乐性游戏活动。人们对球进行隔网拍打,为使球不落地而进行追击、抢救,在相互嬉戏的过程中愉悦了自己的身心。最初的排球运动并无技术而言,双方只是争取用手一次将球击过网,若不能将球一次击过,会有同伴再击,在游戏过程中逐渐体会到,若不将球一次击过网,得更能给对方接球制造困难,于是为寻找过网的最佳时机和击球给对方威胁最大的同伴,而出现了多次击球的打法,即形成了集体配合战术的雏形。后来人们又感到,一方无休止地击球也不合理,于是产生了每方击球至多3次必须过网的规定。这一规定的产生使单一的拍击球动作,开始分化成传球和扣球两种动作。由于扣球动作的出现吸引了更多青年人参加,故使单纯以娱乐、

游戏为目的的排球运动逐渐增添了激烈对抗的色彩,如用拦网动作专门对付扣球动作,用侧面上手发球动作增加发球力量,使比赛一开始就给对方接球带来威胁等,至此排球运动的性质开始发生了变化。排球运动对抗性的激烈化,必然引起人们对比赛规则的重视,1921—1938年间规则进行了多次修改,规则的日趋完善又促进了各项排球技术的产生与发展,发球、传球、扣球、拦网已成为当时的四大基本技术。排球比赛时运用技术与同伴合作的过程中创造了战术,为了使相互之间的配合更清楚、合理,场上队员出现了位置分工。20世纪30年代末排球战术进一步发展,为了对付集体拦网,扣、吊结合的打法以及保护拦网的战术体系已初步形成。

这一阶段排球运动的特点是从娱乐游戏排球逐渐向竞技排球过度,当时国际间没有统一的竞赛规则和竞赛制度,也没有统一的竞赛组织。

(二) 竞技排球的迅猛发展

随着排球技战术水平的提高及竞技化趋势的日益明显,一些国家已相继成立了排球协会。人们希望国际间有个统一的组织去开展国际间的排球竞赛与交流。1946年由法国、捷克斯洛伐克、波兰三国倡议成立国际排球联合会。1947年国际排联在巴黎成立。在成立大会上制定了国际排联宪章,选举了法国的保尔·黎伯为第一任主席,并正式出版了通用排球竞赛规则。国际排联的成立标志着排球运动从此摆脱了娱乐游戏的性质而进入了竞技排球的新阶段。从排球运动的初创到国际排联的成立,走过了半个世纪的历程。在这半个世纪中,排球规则逐步形成,基本技、战术日趋丰富,国际交往越来越多。

国际排联成立后组织了一系列国际性大赛,如第一届欧洲男、女排锦标赛,第1届世界男、女排锦标赛,第1届男、女排世界杯赛、第18届奥运会男、女排球赛,第1届男、女青年排球锦标赛。这些国际大赛以后每隔4年举行一次,一直延续至今。世界大赛为各国运动员提供了相互交流的机会,因此排球运动技、战术水平发展很快,尤其是苏联和东欧一些国家更为突出。20世纪50年代苏联、捷克斯洛伐克和东欧几国一直占据世界排坛的前6名。苏联男、女排均以身高体壮、扣球力量大且凶狠而成为当时“力量派”的代表,曾多次蝉联世界冠军。捷克斯洛伐克男排是当时“技巧派”的代表,他们以扣球路线变化和 control 球的落点为特色,扣球轻重结合、打吊结合,是“力量派”的主要对手,但在实际抗衡中仍是“力量派”占上风。

20世纪60年代至70年代初是排球技、战术发展较快的一个时期,世界排坛呈现不同流派各显特色,不同风格先后称雄的局面。60年代初日本女排在大松博文教练的带领下创造了滚动救球、小臂垫球及勾手飘球技术,突破了以苏联、东欧为标准的技术模式,从此改写了苏联女排独霸世界冠军的历史。日本女排在技术上的三大发明是排球技、战术发展史中的一次重大革命,为促进排球运

动的发展做出了极大贡献。这一时期的女子排球,是以日本为首的“防守加配合”和以苏联为首的“进攻加力量”打法的抗衡,平分了8届大赛的金牌,世界女排进入了日苏对垒的时代。

1965年国际排联对规则进行了修改:“允许手可过网拦网”,规则的这一改变,使如何突破拦网,提高网上制空权成为比赛取胜的关键,当时男子排球“力量派”的打法已不占优势,德意志民主共和国队则因以突出高大队员的“超手扣球”解决了这一问题并取得了连续两年的世界冠军而被称为“高度派”。当时中国男排针对拦网规则的变化,创造了“盖帽拦网”和“平拉开扣球”技术,开创了“小个打大个”的先河,引起了世界排坛的哗然。日本男排很快在学习我国“平拉开扣球”和“近体快球”的基础上创造了“短平快”、“时间差”、“位置差”等进攻打法。1972年在第20届奥运会上击败以高度著称的德意志民主共和国队,为亚洲夺得了首枚奥运会男子排球赛的金牌。至此以中国和日本队为代表的“速度派”开始形成。这一时期男子排球四大流派的对峙,繁荣了排球的技战术打法。这时的排球运动逐渐以其激烈的对抗性和高度的技巧性展现着自己的魅力。国际排联为了突出这些魅力,1977年再次修改了规则,即拦网触手后仍可击球3次,这样又给组织反攻提供了更多的机会,进一步促进了攻防的激烈程度。70年代后期中国男排首创的“前飞”、“背飞”等空间差系列打法,中国女排发明的“单脚背飞”技术,波兰男排创造的后排进攻战术,使排球运动进攻战术配合从二维空间发展到三维空间,从平面配合发展到立体配合的新阶段。这一阶段美洲的排球运动也得到迅猛发展,古巴男、女排和美国女排迅速崛起并跻身于世界强队之列。随着国际交往的不断增多,各种流派在相互取长补短中逐渐融合。欧洲各队吸取了亚洲的快攻打法,向强攻加快攻、力量加技巧方向发展。亚洲各队在进一步发展快变战术的同时,重视提高运动员的高度以增加进攻威力。总之70年代是竞技排球技、战术发展速度最为突出的时代,各种快变战术应运而生、争奇斗艳,装扮得竞技排球运动更加绚丽多彩。

(三) 竞技排球的多元化和娱乐排球的再兴起

1. 竞技排球攻防战术的全方位化

进入20世纪80年代的竞技排球已度过了它的成长、发育时期而逐步走向成熟,当初那种只要在技、战术的某一环节能够超群的队就有可能问鼎的时代已一去不复返了。中国女排之所以从1981—1986年连续5次夺冠,正因为她们是一支既有高度又有灵活性,既能攻又能防,既能快又能高的全面型球队,练就了一套攻防全面、战术多变、以高制矮,以快制高的技、战术打法,在世界排球运动中为我国写下了最光辉的篇章。这一时期,美国男排创造性地运用了沙滩排球中的二人接发球战术,发明了摆动进攻战术。在比赛中队员还大胆运用跳发球和后排进攻技术,使前排的快变战术与后排的强攻有机地结合成纵深立体进攻

战术,而且由于该队队员不仅文化素养高,善于改革创新,而且防守积极,作风顽强,终于使这支过去一直默默无闻的球队接连获得了4次世界冠军。

中国女排和美国男排的成功,标志着排球运动技、战术观念的革命,它预示着排球运动进入了全攻全守的新时代。全攻全守已不仅是个人攻防技术全面的称谓,而是指整体的全方位的攻和整体的全方位的守。全攻首先从观念上打破了传统的进攻模式,即全攻意味着进攻的手段是从发球和拦网开始。西欧男排继美国男排崛起后,在职业联赛的交流中进一步发展了美国男排的攻防体系,使跳发球和纵深立体进攻战术达到运用自如,且很少失误的程度,尤其是意大利、荷兰等国,跳发球的空中飞行时间仅为0.5s,且拦网的成功率很高,因此进攻已不再是第3次击球的专利了。

全攻还意味着进攻的变化已不局限在网前的二维空间内,而是充满整个场地的三维空间。意大利、荷兰等国男排不仅有高快结合的前排进攻,而且在前排进攻配合下,从二传出手到扣球仅用0.8s的背平快后排进攻,形成了高、快结合,前、后结合的全方位进攻的局面。

全守即体现全方位的防守,首先是技术动作的全方位。当今由于进攻水平的不断提高,那种单纯依靠手和手臂击球的动作要防迅雷不及掩耳般的扣球是相当困难的。为了促进攻防平衡,国际排联本着积极鼓励防守技术的发展,同时又不消极地限制进攻技术的原则,从1984年开始,先后从规则上放宽了对运动员第一次击球时判定连击犯规的尺度,1992年将合法的触球部位从髋关节以上改为膝关节以上,1994年又由膝关节以上改为身体的任何部分均可触球,于是出现了手、脚、身全方位的防守动作,扩大了人的防守面积,提高了防守质量。其次,体现在当代防守观念的转变,即由预判的“出击防守”代替了固定位置的“等待防守”。“高位防守”的取位则更需要运动员具有高水平的判断、反应及控制球的能力。另外,全方位的防守还体现在针对对手的进攻特点,随时调整拦网与防守的配合,打破原有防守阵型模式,而从兼顾防守效果和防后的反攻进行布阵。

2. 竞技排球的社会化、职业化和商业化

进入90年代,意大利、荷兰男排以惊人的速度在国际上确立了领先的地位,这些西欧男排的崛起,标志着竞技排球走向社会化、职业化的时代已经到来。意大利男排的突飞猛进是因为意大利排协从80年代就开始实行运动员职业化和俱乐部制度。意大利的各俱乐部都有不同的工商巨头资助,他们高薪招募世界各国的优秀教练员、运动员为各自的俱乐部效力,在意大利约30个俱乐部中,外籍球员已达60人。由于俱乐部中集聚了各国的明星选手和优秀教练员,所以使意大利的排球运动水平飞快提高,尤其是男排在1988年以后的历次大赛中5次荣登冠军宝座,一次获得亚军。意大利男排的成功影响着西欧各国,随后法国、荷兰、希腊、德国、比利时、西班牙等国也都得益于排球俱乐部的作用,使整个西

欧排球运动水平迅速提高,相继跻入世界强队的行列。目前日本、美国、俄罗斯以及拉丁美洲和东欧一些国家也在向排球运动职业化的方向迈进。

阿科斯塔先生 1984 年开始担任国际排联主席,从他一上任就决心把排球运动发展成为世界最受欢迎的体育运动项目之一,在这十多年里,国际排联围绕这一奋斗目标,从把竞技排球运动推向社会使之进入和占领市场,利用电视转播媒介吸引观众等方面做了大量的工作。国际排联利用运动员转会制度支持各国排球俱乐部的发展。从 1990 年开始出资 400 万美元举办第 1 届世界男排联赛,从 1993 年开始出资 100 万美元举办第 1 届世界女排大奖赛,并决定以后每年举行一次,奖金逐年递增。为了更利于电视转播,国际排联几次修改竞赛规则,从而把竞技排球运动彻底推向市场。排球运动商业化,带来运动员的高薪、高出场费、巨额奖金和巨额转会费,激励着排球运动技术水平的更快提高,明星运动员就是排球运动社会化、职业化和商业化的必然产物。

3. 娱乐排球的再兴起

一百多年前,排球运动起源于一种娱乐游戏活动。随着时间的推移,排球运动的娱乐游戏性逐渐被其竞技性所取代。进入 80 年代以来,竞技排球的技、战术都发生了质的变化。全方位的攻、防更增加了比赛的观赏性,但随着现代经济的发展,人们对物质文化消费的需求也在不断提高,健身娱乐逐渐成为人们消除疲劳的有效方法。人们在从观看比赛中获得赏心悦目的享受之余,也渴望体验亲自参与这项运动的乐趣。由于排球运动本身的高度技巧性,往往使前来参加运动的人们高兴而来,扫兴而归。因此,人们希望有一种大众都能够参加的排球运动尽快诞生,于是人们开始从球的性能、比赛规则上进行了适合各自需要的修改,全球性的娱乐排球便应运而生。

国际排联在竞技排球中的一系列改革,虽然吸引了更多的观众,但毕竟不能成为吸引更多人参与的运动,这无疑会影响人们对该项运动的喜爱,于是国际排联对这些适合大众开展的排球运动形式给予了积极的支持和重视。20 世纪 90 年代国际排联即把沙滩排球列入了整体发展规划,并成立了沙滩排球委员会,1993 年出版了第一部正式竞赛规则。1996 年使沙滩排球成为亚特兰大奥运会正式比赛项目。目前对软式排球、迷你排球(小排球)都组织过世界性的青少年比赛。总之娱乐排球的再兴起,标志着现代的排球运动进入了竞技排球与娱乐排球共存的新时代。

二、促进排球运动发展的主要因素

排球运动从问世之日起,就是以双方隔网用手相互击球,进行攻防对抗的形式区别于其他球类运动。一百多年后的今天,虽然竞技排球仍是双方在隔网进

行攻防的击球对抗中一决雌雄,但其对抗的形式和内容都发生了质的变化。排球运动之所以能从单纯的娱乐游戏活动发展到今天既具有技术的高度技巧、战术复杂多变的竞技性,又具有休闲、健身、游戏的娱乐性,其主要因素不外乎以下两个方面:

(一) 观念的转变促进了排球技、战术的发展

1. 攻防观念的转变促进了排球运动的发展

排球运动从传、扣球技术分开后,人们就把那种在网前跳起后,将球扣到对方的技术看作是向对方的进攻。20世纪50年代人们的进攻观念进化到通过“中、边一二”战术形成两个不同的进攻点给对方以威胁,后来由于拦网技术的出现,人们认识到进攻不只意味着由一两个点往下扣,若避开对方的拦网,则很难发挥进攻效果,于是出现了60年代的“线”,即扣直线、斜线、高弧线、低弧线等,扣球个人战术也应运而生,如转体、转腕扣球等,70年代随着运动员的身高及弹跳力的增长,进攻只限于点、线也很难通过拦网,于是人们的进攻观念开始走向充分利用网长的整个垂面。当时的集中与拉开、高球与快球、时差与位差等战术扣球形成了70年代的“面”,但当时的进攻观念仍不能摆脱拦网的威胁,于是人们的进攻观念从网前向场地的纵深迁移,远网扣球、后排扣球、跳发球的相继出现,说明进攻区域已从网前扩大到了端线。另外,此时的排球比赛已把发球和拦网列入了向对方发起进攻的形式和手段。现代竞技排球已摆脱了“中、边一二”和“插上”的进攻形式,二传可在场上的任何位置上组织进攻,扣球队员可在场上任何位置上扣球,形成了一种新的“中、边一二”和“插上”进攻战术形式。场上主攻和副攻的分工已不明显,主攻常打快球,副攻参与强攻和后排攻,两翼队员在前后排的跑动进攻已成为比赛的主要得分手段(由于接应二传的职责发生了根本的改变,所以当前称其为两翼队员,其意思是指该位置要承担起在阵型的另一翼向对方发动进攻的任务)。

由于人们对于排球运动在进攻观念上的不断进化,促进了防守观念的转变。当初在点、线、面的进攻时代,防守是从固定位置,采用低姿的以单、双臂击球的各种救球动作在“心跟进”、“边跟进”防守阵型的位置分工下进行的。由于防守阵型有了“扩大”和“压缩”型的变化,于是前扑、鱼跃、滚翻垫球及挡球技术也随之而生,当进攻战术发展到全方位的立体进攻时代,人们的防守观念又发生了突变。即认识到首先要使过去那种被动的等待型的防守动作,变成积极的出击型的防守动作,把固定位置分工的防守模式,变成针对型、变换型、动态型乃至全方位的防守动作和全方位的拦防整体配合。

2. 排球竞赛规则的修改,使竞技排球运动发展得更理想、更完美

排球运动从游戏活动向竞技运动发展的过程中,规则的不断修改和增订起了很大的推动作用,尤其对于规则的修改和增订在认识上的变化促进了排球运

动向着更完美、更理想的方向发展。

最初对规则的修改和补充只是以适应技、战术发展和维护排球运动特性为目的,如在最初的规则中取消了允许球在网前落地一次的规定,以保护排球运动“空中击球”、“球不落地”的特点。随着传、扣技术的分化,规则又补充进了发、传、扣球的技术概念,以后规则规定在场地上设置中线是为了适应扣球和拦网技术的发展。1977年规定标志杆内移和允许拦网后可再击球3次,促进了快速反攻战术的形成。进入80年代,人们对规则修改的原则进行了重新认识,在对待攻防平衡的认识方面,认为应积极地鼓励防守技术的发展,而不能消极地限制进攻技术的发展。因此在放宽了对第一次击球时连击的判罚和允许身体任何部位(包括脚)均可触球之后,规则又减小了比赛用球的球内气压,以适当降低球速而利于防守。从此全方位的防守技术动作相继出现,由手、臂的击挡到身体各部位的击挡,直至脚击球动作的产生,从而扩大防守的控制范围,为有预判的出击式防守取代固定位置的等待式防守创造了先决条件,同时促进了前排拦网与后排防守更有针对性的配合,使防守阵型产生了质的变化,从而使防守质量大大提高。

排球运动的社会化和商业化在很大程度上要借助电视转播的传媒,为了成功地把排球运动推向社会、推向市场,人们意识到规则的修改要利于电视转播。1992年规则补充了每局有两次1 min的技术暂停时间,就是为了适应赞助商播放广告的需要。另外,为有利于电视转播又不影响比赛的精彩程度,1997—1998年间,国际排联试行了各种竞赛制度修改方案,最终以当前的每局25分的每局得分制代替了发球权得分制,从而加强了比赛时间的可控性。总之排球规则的修改,都是对排球运动发展的一次促进,使排球运动向更完美、更理想的方向发展,使之更快成为人们最喜爱的体育项目之一。可见排球运动的发展和演变与规则有着密切的关系,排球规则的不断修改、完善和变化,促进了排球运动的向前发展。

3. 排球运动管理体制的改革是促进排球运动走向现代化的催化剂

从80年代起人们就开始认识到要想进一步加快排球运动的发展速度,必须顺应时代的潮流,把排球运动推向社会、推向市场。市场经济的主要特点就是一切遵循价值规律,排球运动进入市场就意味着再也不能保持原有的业余性质,而必须向着职业化的方向发展。国际排联主席阿科斯塔指出:职业化代表着排球界的发展趋势,巨额奖金促使比赛更精彩,而紧张激烈的比赛既能吸引广大观众,又能创造出更大的经济效益,这种良性循环在意大利早已形成,而且还正显示出无限的生机,这就是意大利现象,它也正有力地冲击着现行的排球体制。世界男排联赛和女排大奖赛就是国际排联举办的商业化色彩很浓的比赛。其参赛队都是世界一流的球队,凡是参赛队,最后根据成绩都能获得数额不等的奖金。