

教育部推荐教材 ● 西南区体育教材教法研究会教材编审委员会审订



排球

主 编 梁 健

副主编 任廷贵 赵富雄 于贵和

JIAOYUBU TUIJIAN JIAOCAI

PAIQIU



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

教育部推荐教材

西南区体育教材教法研究会教材编审委员会审订

排球

主 编 梁 健
副主编 任廷贵 赵富雄 于贵和
编 委 魏富民 祝建甫



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

排球/梁健主编. —北京: 北京师范大学出版社,
2008. 2

教育部推荐教材

ISBN 978-7-303-09008-2

I. 排… II. 梁… III. 排球运动—高等学校—教材
IV. G842

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 014900 号

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印 刷: 唐山市润丰印务有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 170 mm × 230 mm

印 张: 14

字 数: 250 千字

版 次: 2008 年 2 月第 1 版

印 次: 2008 年 2 月第 1 次印刷

定 价: 21.00 元

责任编辑: 周光明

装帧设计: 李葆芬

责任校对: 李 菡

责任印制: 马鸿麟

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

西南区体育教材教法研究会 理事会成员名单

理 事 长 朱国权（云南民族大学）

副理事长（排名不分先后）

姚 鑫（贵州师范大学）

梁 健（红河学院）

文格西（西南民族大学）

陈雪红（楚雄师范学院）

秘 书 长 周光明（北京师范大学出版社）

副秘书长（排名不分先后）

孟 刚（贵州师范大学）

吕金江（曲靖师范学院）

郭立亚（西南大学）

常务理事（排名不分先后）

郭 颂（贵州民族学院）

刘 莉（曲靖师范学院）

张群力（昆明学院）

王洪祥（昆明学院）

陈雪红（楚雄师范学院）

关 辉（楚雄师范学院）

刘 云（楚雄师范学院）

王 萍（文山师专）

于贵和（贵州大学）

邱 勇（贵州大学）

谭 黔（遵义师范学院）

王亚琼（黔南民族师范学院）

联 络 员 陈兴慧（北京师范大学出版社）

**西南区体育教法教法研究会
教材编审委员会**

主 任 孟 刚（兼）（贵州师范大学）

副 主 任（排名不分先后）

王洪祥（兼）（昆明学院）

郭 颂（兼）（贵州民族学院）

张兴富（四川师范大学）

前言

《排球》是体育院校排球普修课学生用书,是由西南区(云、贵、川、渝)体育教材教法研究会(排球)教材小组根据西南四省市体育院校本科教学计划、培养目标和排球课程教学大纲规定的具体教学任务、教学时数、教学内容及考核要求分工负责撰写完成的。本教材在根据西南四省市的实际情况因地制宜、因材施教的基础上,总结了四省市学生生源掌握排球的技术技能、知识、专业能力,以及各体育院校排球课程教学实践经验,继承了前人不同时期出版的排球教材的优点,重点吸收了国内外排球运动发展中的先进理论与实践内容。

本教材着眼于新世纪培养体育专门人才的实际需要,坚持继承与创新、改革与发展;坚持实事求是,从本科排球教学实际出发;突出教学性、针对性、实用性、实践性、科学性、先进性、时代性,力求从教材体系和专业发展、教学内容、教学手段与方法掌握上进行改进、提炼、拓展,以使教学对象能适应未来社会的需要。

本教材是由西南区体育教材教法研究会组织专家、教授、专业从业人员经过多次的认真讨论研究,同时听取和征求多所体育院校排球教学工作者的意见后完成编写工作的。全书的设计、改稿、统稿由红河学院体育学院梁健完成。参加编写的人员有(以姓氏笔画为序):贵州大学体育部主任廷贵(第一章、第二章);文山高等师范专科学校体育系祝建甫(第六章);梁健(第四、五章);楚雄师范学院体育系魏富民(第三章)。于贵和(贵州大学)参加教材设计与参写,赵富雄参与教材编写和统稿。本书主编梁健,副主编任廷贵、赵富雄、于贵和,编委魏富民、祝建甫。

本教材是北京师范大学出版社联合西南区体育教材教法研究会策划出版的系列教程之一。本教材的编写得到了各方面的鼓励和支持,得到了多名专家的指导,北京师范大学出版社的部分编辑人员为此也付出了艰辛的劳动,在此,我们一并表示衷心的感谢。对于在本教材中未一一标明的被引用者的姓名和论著的出处,我们在此表示歉意,并同样表示感谢!

我们真诚地希望广大师生和专家对本教材提出宝贵的意见,以便我们今后对教材进行修订,并逐步加以完善和提高。

西南区体育教材教法研究会(排球)编写小组

2007年10月

目录

Contents

第一章 概 述	(1)
第一节 排球运动的比赛方法与特点	(1)
第二节 排球运动的起源	(2)
第三节 排球运动的现状	(6)
第四节 排球运动的发展趋势	(11)
第二章 排 球 技 术	(16)
第一节 基本概念	(16)
第二节 准备姿势与移动	(16)
第三节 发 球	(21)
第四节 垫 球	(28)
第五节 传 球	(37)
第六节 扣 球	(42)
第七节 拦 网	(47)
第八节 技术教学与训练	(51)
第三章 排球战术	(82)
第一节 排球战术的概述	(82)
第二节 阵容配备、交换位置、信号联系及“自由防守 队员”的运用	(87)
第三节 排球个人战术	(92)
第四节 排球集体战术	(95)
第四章 排球教学与训练	(123)
第一节 教学工作	(123)
第二节 排球教学计划	(126)
第三节 排球训练工作	(127)
第四节 排球训练的方法	(130)
第五章 竞赛及裁判工作	(134)
第一节 竞赛工作	(134)
第二节 裁判工作	(142)

第六章 排球运动的科学研究	(163)
第一节 科学研究的内容	(165)
第二节 科学研究的方法	(169)
第三节 科学研究选题与基本程序	(188)
第四节 科学研究的资料收集与整理分析	(201)
第五节 撰写论文	(209)
参考文献	(214)

第一章 概 述



本章要点

本章从排球运动的起源、现状及发展趋势等方面阐述了排球运动的特点及其比赛方法。

第一节 排球运动的比赛方法与特点

一、比赛方法

排球运动是由两支人数相等的球队，在被球网隔开的两个均等的场地内，根据规则以身体任何部位，将球从网上击入对方场区，而不使其在本方场区落地的、集体的、攻防对抗的体育项目。现今六人制排球比赛是指两队各六名运动员在长 18 米、宽 9 米的场地上，从中间隔开的球网（成年男子网高 2.43 米、成年女子网高 2.24 米）上面，运用发球、垫球、传球、扣球、拦网等技术，进行攻防对抗，不使球在本方场区内落地的一种球类运动。其基本方法是由一名队员在发球区内用一只手将球直接击过球网开始的。每方最多击球 3 次使球过网（拦网除外），不得持球。一名队员不能连续击球两次。比赛不间断地进行，直至球落地、出界或某队犯规。

比赛有五局三胜制、三局两胜制和一局胜负制。每局的胜负为限分制，即首先达到规定分数的队为胜队。

二、排球运动的特点

（一）广泛的群众性

排球场地设备简单，比赛规则容易掌握。既可在球场上比赛和训练，亦可以在一般空地上活动，运动量可大可小，适合于不同年龄、不同性别、不同体质、不同训练程度的人。

（二）技术的全面性

规则规定，每个队员都要进行位置轮转，既要到前排扣球与拦网，又要轮到后排防守与接应。要求每个队员都必须全面地掌握各项技术，能在各个

位置上比赛。

（三）高度的技巧性

规则规定，比赛中球不能落地，不得持球、连击。击球时间的短暂，击球空间的多变，决定了排球运动的高度技巧性。

（四）激烈的对抗性

排球比赛中，双方的攻防转换始终是在激烈的对抗中进行的。高水平比赛中，对抗的焦点在于网上的扣拦。在一场比赛中，夺取一分往往需要经过六七个回合的交锋。水平超高的比赛，对抗争夺也越激烈。

（五）攻防技术的两重性

排球是多种技术都可以得分，也能失分的项目，这种情况在决胜局每球得分制的比赛中更加突出，所以说每项技术都具有攻防的两重性，因此，要求技术既要有攻击性，又要有准确性。

（六）严密的集体性

排球比赛是集体比赛项目，除发球外，都是在集体配合中进行的。没有严密的集体配合，再好的个人技术也难以发挥，更无法发挥战术的作用。水平越高的队，集体配合就越严密。

（七）高雅的休闲性

排球运动不拘形式，可隔网相斗，亦可围圈嬉戏。没有身体接触，安全儒雅，是人们欢悦、休闲的理想方式之一。

第二节 排球运动的起源

19世纪末的美国，随着以电力技术为标志的第4次产业革命的兴起，经济得到迅速发展，劳动生产率得到很大提高，工人生活有所改善，人们的的生活方式也随之发生着巨大变化。学校将体育列入课程，妇女得到了更多的活动自由，社区公园和娱乐计划引入城市，交通的改善使人们参加体育活动成为可能，出版物的增加传播着体育信息。富裕的时间和金钱，使人们对娱乐活动和体育活动的兴趣越来越大。

1891年，美国人詹姆斯·奈·史密斯在春田学院发明了篮球运动。4年之后，离篮球发明地仅10英里之遥的美国马萨诸塞州霍利奥克城，刚刚迈出大学校门才一年的春田学院毕业生威廉·G·摩根，担当起了霍利奥克城基督教青年会体育干事的工作。在工作中他发现，篮球运动对常坐办公室的人和年龄较大的人来说过于剧烈了，他们不愿在球场上上气不接下气地奔跑、冲撞，他们需要一项新的运动来满足他们既要活动出点儿汗，又要得到身心放

松而不太累的需要。摩根,这位詹姆斯·奈·史密斯的得意弟子,没有辜负人们和老师的希望,他根据人们的这一需要,在体育馆内挂上网球网子,用篮球内胆在球网上空来回打。打法上采用网球和手球的一些技术,规则类似棒球,由9局组成,连胜3分为1局,双方上场人数不限,但须对等。摩根给这种运动形式取了一个颇为有趣的名字“Mintonette”,意即“小网子”。“小网子”活动满足了中年人娱乐和体育之需,受到人们欢迎。于是,排球运动就这样从嬉戏篮球内胆的球戏中发展起来了。

1896年,美国马萨诸塞州斯普林菲尔德基督教青年会体育指导大会在霍利奥克城举行。大会期间举行了历史上最早的“小网子”比赛,两队各出5人,双方队长分别是霍利奥克市市长库兰和消防队长林奇。兴致勃勃观看表演的A·T·哈尔斯博士觉得“小网子”一词意犹未尽,提议把“Mintonette”改为“Volleyball”,取“空中飞球”之意。这一提议形象地概括了排球运动的性质,而这个名称也一直被沿用至今,得到大家的一致认同。从此,“空中飞球”开始起飞。

最初在排球场上用的是篮球。但篮球打起来太重、太沉,打得人们手腕发疼,且易伤手指。篮球不行,摩根又试用足球,但足球也有同样的缺陷。于是,摩根将篮球内胆从篮球中取出,球胆充气后既轻又飘,打起来比篮球、足球好多了。但球胆又太轻,难以控制方向。摩根找到当时美国较大的一个体育用品公司,要求它们设计一种用软牛皮包制的球,这种球既不伤手指,又不会一打就跑。就这样,该公司按摩根的设计要求做出了第一批排球。球重255~340克,圆周63.5~68.6厘米,橡皮胆外包皮套或帆布套,制成了类似现在的排球。今天排球的重量和大小就是据此演变而来的。

1897年,美国首次公布的10条排球比赛规则中规定:球是一个外面包有皮套或帆布套的橡皮胆,球的圆周为63.5~68.6厘米,重340克。

1947年,国际排联成立时颁布的第一本国际排球规则规定:排球重量250~300克,圆周65~68.5厘米,气压0.52~0.58公斤/平方厘米。

此后,块皮缝合代替了皮套或布套,胶合技术代替了缝合技术,终于形成了现在的排球:由柔软皮革制成外壳,内装橡皮或类似质料制成的球胆。250~300克的重量,0.52~0.58公斤/平方厘米的气压,使排球打起来手感沉重。比赛中由于球速快而中断甚多,尤其是垫球技术的出现,使手臂击球就如同用手臂击石头一般。于是,国际排联不断修改规则,减小球的气压。将球的气压由0.52~0.58公斤/平方厘米减至0.48~0.52公斤/平方厘米以后,又在1982年1月1日开始实行的规则中将球改为重量260~280克,圆周65~67厘米,气压0.40~0.45公斤/平方厘米。此规定一直延用到1996年。

然而，随着排球技战术的发展，排球运动员身体素质的提高，排球比赛中的中断也随之增加。据国际排联普及推动委员会 1995 年的调查，排球比赛中死球时间占 2/3。这就大大影响了排球比赛的观赏性。同时在对最受群众欢迎项目的调查中，排球在足球、篮球、赛车、田径、滑雪之后，仅名列第六。这与国际排联试图将排球推广成世界第一运动项目的目标相距甚远，而造成排球比赛中死球过多的主要原因之一就是球速过快。

为此，国际排联规则委员会在其主席（我国北京体育大学教授马启伟）的带领下，从 1995 年起开始实验研究不同气压的球对其飞行速度的影响及其在比赛中的运用效果。实验研究发现了一个科学家们目前都难以解释的有趣现象：当球的气压在 0.30 公斤/平方厘米，相同击球条件下的球速最慢，队员手感最好。球的气压增大或减小，球速都快于 0.30 公斤/平方厘米。在世界一流男排强队的比赛试验中也表明，当用现行气压的球比赛时，防守成功率为 54%，当用 0.30 公斤/平方厘米的球比赛时，防守成功率为 73%，上升了 19 个百分点。这就意味着防守得到帮助，死球率降低，比赛的精彩程度增加。

根据上述实验结果，1996 年 8 月，国际排联亚特兰大代表大会通过了对 1996~2000 年排球比赛规则的修订，并从 1997 年 1 月 1 日起执行。新的规则规定：排球由柔软皮革制成外壳，内装橡皮或类似质料制成的球胆，重量 260~280 克，圆周 65~67 厘米，气压 0.30~0.325 公斤/平方厘米。

排球传入亚洲较早。通过基督教青年会的传播，1900 年排球传入印度；1905 年传入中国；1908 年传入日本；1910 年传入菲律宾。

当排球传入亚洲时，规则尚处于不完备阶段。当 1910 年美国传教士布朗将排球运动介绍到菲律宾时，看到亚洲各国经常在室外进行排球运动，且人口众多，考虑到让更多的人能参加排球运动，他介绍了 16 人制比赛的排球运动。这种 16 人制的打法又随着 1913 年第一届远东运动会的采用而传播到了亚洲各国。这样，亚洲各国都经历了 16 人、12 人、9 人制排球运动这一发展过程，直到 20 世纪 50 年代才引进 6 人制排球。至今，在亚洲各国还能看到 9 人制的排球比赛。

随着基督教青年会的活动，排球运动在 20 世纪初进入了美洲一些国家。

1900 年，加拿大成为第一个在美国之外开展排球活动的国家，接着排球传入了南美各国。1905 年传入古巴；1909 年传入波多黎各；1912 年传入乌拉圭；1917 年传入巴西。

在美洲各国，人们习惯地将排球运动看做是一项消遣娱乐活动，并没有看重它的体育竞赛性质，直到 1964 年被列为奥运会项目，排球在美洲所受的冷遇才得到改善。

第一次世界大战期间(1914年~1919年)和第一次世界大战结束后的几年中,排球运动列入了美军军事训练营的训练计划,推广到美国国内及国外的军事营地,成千上万的排球和球网被送到美国军人的手中。同时它也被作为礼品赠送给盟军的体育官员们。这样,排球随着美国军队的军事活动传到了欧洲大陆和地中海沿岸。1914年传入英国;1917年传入法国、意大利、俄国;1919年传入捷克斯洛伐克、波兰;1922年传入德国。

值得一提的是,1919年,美国派遣军分发了16000个排球给它的部队和同盟军,这一行动大大刺激了排球在欧洲的开展。1925年,以斯大林为首的苏联共产党中央委员会批准排球为群众性体育项目,提出了“百万人排球运动”的号召,使排球运动在苏联很快得到普及和发展。第二次世界大战后,受苏军士兵的影响,排球在东欧各国也开展起来了。

在我国,排球运动的历史可以追溯到20世纪初。作为文化教育的体育,伴随着帝国主义的文化入侵来到我国,美国传教士在传教布道之时把排球队带了进来。1905年,排球运动首先在广州南武中学和香港皇仁书院倡行,后来主要通过基督教青年会体育部、留学生、外籍人士等以教学、游戏、训练班及表演等方式传播,排球运动逐步在我国部分城市的一些学校中开展起来。人们根据Volleyball的译音,把空中飞球称为“华利波”。就这样,“华利波”在中国大地上出现了。

1913年5月,第一届远东运动会在菲律宾首都马尼拉举行。大会原来没有设立排球项目,增设这项比赛是东道主为了多拿金牌在赛前临时决定的。到了开幕那一天,只有菲律宾一国报名,于是怂恿中国参加。当时任中国队总领队的美国人勃郎·格雷同意了菲队的请求,从田径、足球队中临时选人,匆忙上阵,头顶脚踢,结果以0:2的比分连输两场。这便是我国参加最早的国际排球赛了。

1914年在北京举行的旧中国第二届全运会上,排球被列为男子正式比赛项目,并将“华利波”改称“队球”,取成队比赛之意。

1921年,旧中国广东省第八届运动会第一次有了女排比赛。

1930年旧中国第四届全运会之前,经中华全国体育协进会研究,根据球在空中被来回排击和参加者成排站位这两个特点,将“队球”改称“排球”。从此,排球这一名称和运动形式在我国传播开来,沿用至今。

1947年,在巴黎召开了有17个国家排协代表参加的大会,正式成立国际排球联合会(FIVB)。法国人鲍尔·利伯被选为主席,任职到1984年;而后墨西哥人阿科斯塔当选为国际排联主席,任职至今。国际排联于1949年在布拉格举办了第一届世界男子排球锦标赛。

从排球运动的初创到 1949 年第一届世界男子排球锦标赛,其间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,基本技战术日趋成熟,国际交往越来越多。

1952 年在莫斯科举办了第一届世界女子排球锦标赛,1964 年东京奥运会上排球被接纳为奥运会项目,1965 年在华沙举办了第一届男子世界杯排球赛,1973 年在乌拉圭举办了第一届女子世界杯赛。至此,形成排球锦标赛、世界杯排球赛、奥运会排球赛三项世界大赛制度,各项赛事每隔四年举办一届。此后,世界排球大赛系列中又增加了世界男女青年锦标赛(1977 年)、世界男女少年锦标赛(1989 年)、世界男排联赛(1990 年)和世界女排大奖赛(1993 年)。

到 1997 年,国际排联已成为拥有 213 个国家和地区会员的、世界上最大的单项体育运动联合会。参加排球运动的人数已超过 1 亿 5 千万,排球运动已成为当今世界上仅次于足球的广为普及的运动项目,深受各国人民喜爱。

1964 年东京奥运会女排决赛时,日本电视收视率达全国人口的 91%。

1981 年在巴黎近郊克拉马市举行的一年一度的“一日排球赛”上,275 个队,近 2500 名男女运动员,从早到晚在足球场地上划定的 54 个排球场上进行了 1200 场角逐,队员中男女老少齐上阵,背着孩子出场的大有人在。

1983 年 7 月苏联男排访问足球王国巴西,同巴西男排在可容纳 10 万观众的足球场中进行了比赛,观赛者有 96000 人,因天降倾盆大雨使比赛中断 45 分钟,竟无一人退场。

1986 年地中海岛国马耳他创办了一年一度的排球马拉松。排球马拉松从每年 8 月的第一个周末 22 点正式开始比赛。比赛在 6 支队伍间连续轮换进行。1986 年连续进行了 100 小时,1987 年 120 小时,1988 年 144 小时,1989 年 170 小时,1990 年 180 小时,1991 年 190 小时,1992 年 195 小时,而今已超过了 200 小时。排球马拉松吸引了全城 85% 的人口前往观战,受到了国际奥委会、国际排联、欧洲排联等国际体育组织的关注。

第三节 排球运动的现状

一、综观各项赛事,近年来世界女排强队如林

虽然中国女排目前仍在世界一流强队之列,但是想要在 2008 年奥运会上夺冠,也有很大的困难,除了世界列强的风格更加接近全面,增大了中国女排的夺冠难度外,中国队自身的战术体系与状态不稳定也是原因之一。对手针对中国队的拼发球战术,令中国队的一传面临严峻的考验。其次,拦网是

中国队要解决的重要问题。仅有防守是不够的,要取胜必须靠主动攻击。一传到位了,中国队的进攻还是有保证,目前最大的不足是调整攻能力欠缺。另外,近网进攻和后排六号位进攻也不理想,后排进攻具备一定的威胁,可惜失误较多。一般情况下,调整攻过多,对付欧美强队,会吃一定的亏。

总之,面对越来越全面、越来越熟悉中国队打法的世界各强队,我们的目标应放在2008年奥运会上,只要坚持“快”“变”风格,练就好的拦防体系,减少失误,中国女排一定能够登顶!

巴西:巴西女排攻防全面,小球技术好,在场上没有明显的漏洞。

意大利:意大利队是一支打法全面的队伍,她们有强攻,也有亚洲式的快攻和防守,在德国世锦赛上曾力克古巴、美国、中国等队夺得冠军。意大利女排走的是全面、整体的路子,其三号位进攻比其他欧洲球队运用率更高,速度也更快。该队的后排防守能力十分突出,与亚洲球队比起来毫不逊色,这给全队创造了更多反击的机会。

古巴:古巴队是世界排坛的传统强队,拥有很多方面的优势。她们的高点强攻和快攻成功率高,在进攻中能经常保持三个攻击点。她们的发球非常有攻击力,常常破坏对手的一传,使战术无从施展。雅典奥运会后古巴队上升势头很猛,许多队员球星风范已显,再加上独树一帜的战术体系和卧薪尝胆的艰苦训练,“羽翼已丰”的古巴队将是一块难啃的“骨头”。

美国:自从郎平执教美国队,国人对美国队的关注程度高涨。美国队向来不弱,甚至一度是欧美高举高打与亚洲传统快攻结合得最好的一支队伍,郎平对中国队知根知底,她执教美国队后,必将使美国队的实力进一步提高,从而具备冲击2008年奥运会奖牌的实力。

俄罗斯:俄罗斯队一直是“高举高打”的代表,队员身材条件好,网上优势明显。主攻是当今女排的第一高度,今年又冒出一个2米以上的副攻,这样的网上高度必定给我们带来许多攻防上的麻烦。新老结合的俄罗斯队实力不可小觑。

二、从2007年欧洲女排锦标赛看欧洲女排之现状

2007年欧洲女排锦标赛于9月20日至30日在比利时和卢森堡举行,以意大利女排夺冠而落下了帷幕,第二名为塞尔维亚女排;第三名为俄罗斯女排,第四名为波兰女排。

参加本届欧洲女排锦标赛的队伍水平参差不齐,意大利、俄罗斯、塞尔维亚、波兰和荷兰在一个档次上;德国队其次;其他队伍实力差距较大。

各队的战术打法基本上以“简单实用”为主,而且越来越趋向于男子化,是以前快、短平快和背飞为主的快攻战术,配以四号位以及后排的立体强攻。

一些比较复杂的打法基本消声匿迹，例如前交叉、后交叉、大跑动进攻、夹塞等。原因在于欧洲选手的个人进攻能力强，二传组织水平有所提高。各队多采用三号位快球掩护，结合两边拉开，或者以单脚背飞为掩护，利用后排的立体强攻战术。二传手凭借这些简单实用的打法来寻求一对一的机会。

另外，欧洲几支强队都在防守体系上下了工夫，防守能力提高已形成趋势。计算机的大量运用，使各队的赛前准备工作更有针对性。从大量的战术发球运用到整个拦网防守体系，都更加讲究科学性。在这里特别要提到的是，计算机的统计及录像分析对各队的比赛水平有了很大的帮助。几支优秀队伍的集体防守体系是从发球开始到拦网及防守的合理布局，形成了一整套比较完善的战术体系。

与以往相比，大力跳发球有减少的趋势，现在很多队采用跳飘及战术找人发球，效果不错。优秀选手基本上都能比较熟练地掌握大力跳发球与跳飘两种手法，并在比赛中运用自如。

目前，意大利籍教练员深受欢迎，这也成为本届欧洲锦标赛的一大特点。获得前六名的队伍中只有塞尔维亚队是本土教练，荷兰队是小塞林格，其余四队都是意大利教练，而且在意大利教练执教的队中，副教练、体能教练、统计员均是意大利人组合。

意大利队名将西莫纳、皮其妮尼、托古特等老队员，不愿意参加夏季的集训，想多休息。意大利排协决定不再使用这些老队员。由于意大利年轻队员在本届锦标赛的出色表现，可以推断，几位老队员重返意大利队比较渺茫。意大利队员的平均身高在参赛的 16 支队伍中是最低的，两个主攻都在 1.85 米左右；两个副攻稍微高一点，也只有 1.88 米；二传及接应二传分别是 1.72 米和 1.77 米。然而，她们的身体素质非常好，个人技术娴熟，能攻善守，攻防全面。可以说，意大利女排是目前世界上少有的几支防守优秀的队伍之一，再加上双自由人战术的运用，使她们得到更多的反攻机会，确保进攻质量，整体感觉是攻防全面，失误较少，战术简单实用。

塞尔维亚队之所以取得第二名的好成绩，也源于这个队有自己的特点。她们身材出众，打法凶悍，尤其场上的斗志比较旺盛。她们属于力量型的打法，各个攻手实力平均，经常可以发动多方位的进攻。她们人才济济，在接应二传受伤的情况下，大胆启用了一名年仅 19 岁的选手，身高达到了 1.96 米。这名运动员有高度而且手腕控制球好，是一名不可多得的强力攻手。但是，塞尔维亚队技术还比较粗糙，而且起伏较大。首场负于排名第 13 位的斯洛伐克队，就是一个典型的例子。据说，塞尔维亚队后备力量充裕，如果年轻队员兴起，这支队伍在未来的四五年之内，会跻身世界顶尖球队之列。

俄罗斯队保持去年世界锦标赛的原班人马,打法没有太多的变化,整体水平有下滑的趋势。尤其是三位名将,沙拉科娃、高迪娜和加莫娃,已过巅峰时期。去年获世界锦标赛最有价值球员称号的沙拉科娃,水平下降明显。所以,俄罗斯队连续两场以0:3负于意大利队。

波兰队又召回了名将格林卡,由前意大利国家队教练执教,队员个人有实力。但是,由于二传水平较差,后排防守还不稳定,起伏比较大,属世界二流水平的队伍。但不排除她们在某一场比赛或某一次世界大赛中,战胜一流强队的可能性。

荷兰队未进四强,主要因为2:3负于塞尔维亚队后,半决赛又以1:3负于波兰队,但这支队伍的实力有目共睹。由于她们将所有的国家队成员都集中到一支俱乐部队,常年在一起参加比赛,成为目前世界上准备最充分的一支备战奥运会的队。从欧洲锦标赛的成绩看,荷兰队还不够成熟,在有一定压力的情况下,水平不能充分发挥,还缺少大赛的经验。

德国队与前五名还有一定的差距。她们的主要问题是发挥不够稳定,二传水平不高。但是,这支队伍有很大的提高空间,因为她们的后备力量比较雄厚,一批20岁出头的队员开始兴起。原来教练员整体水平不高的问题,随着意大利教练执教会有很大程度的改善,在未来的三四年内可能会有明显提高。但是德国女排要想进入奥运会,还有很艰苦的路要走。

这次锦标赛七至十六名队,基本上属于世界的二三流水平。有些队是因为条件有限,缺少高水平的运动员。例如:法国、捷克、保加利亚、斯洛伐克等。另一些队伍主要是排协没有能力集中全国最好的运动员,例如:克罗地亚队,她们有四名最好的运动员不愿意参加国家队的比赛而没有出席。乌克兰队也是如此,所以她们连决赛都没有进入,但是她们的青年队、少年队都在欧洲比赛中取得了很好的成绩。

总之,欧洲女子排球运动发展总的趋势与世界同步,朝着强化体能、技术全面、打法简单、战术实用的方向发展。

三、世界男排发展现状

目前男排世界强队有巴西、波兰、俄罗斯、意大利。中国队排在十多名以后。

在悉尼奥运会上看到世界排球技术发展很快,令人耳目一新的是男排各队的集体配合战术更加丰富,意大利、巴西、阿根廷、西班牙、荷兰和俄罗斯队的战术都有新的发展,四号位的平拉开,三号位的远网快球,远网短平快被普遍采用,常常出现二打一的效果。他们都是尽力避免“明打明”的强攻,只要有机会,均设法组织快攻战术,这一指导思想无疑促进了排球运动