



体育职业技术学院系列教材

羽毛球

yumaoqiu

主 编 杨新芳

副主编 卢庆生



华南理工大学出版社



体育职业技术学院系列教材

羽毛球

yumaoqiu

主 编 杨新芳

副主编 卢庆生



华南理工大学出版社

·广州·

内 容 简 介

本教材是根据体育职业技术学院培养目标的实际需要,参考有关羽毛球的专著、科技文献等编写而成的。全书共九章,主要论述羽毛球的基本技术、战术教学训练及其原理和常识等。

本教材内容新颖、简明扼要、通俗易懂,可供全国体育职业技术学院教学使用,也可作为其他体育专业教学及开展群众性羽毛球运动的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

羽毛球/杨新芳主编. —广州:华南理工大学出版社, 2008. 11

(体育职业技术学院系列教材)

ISBN 978-7-5623-3025-7

I. 羽… II. 杨… III. 羽毛球运动-高等学校:技术学校-教材 IV. G847

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 160270 号

总 发 行:华南理工大学出版社(广州五山华南理工大学 17 号楼,邮编 510640)

营销部电话:020-87113487 87110964 87111048 (传真)

E-mail: z2cb@scut.edu.cn

<http://www.scutpress.com.cn>

责任编辑:吴翠微 吴兆强

印 刷 者:佛山市浩文彩色印刷有限公司

开 本:787 mm × 960 mm 1/16 印张:6.5 字数:142 千

版 次:2008 年 11 月第 1 版 2008 年 11 月第 1 次印刷

印 数:1 ~ 3000 册

定 价:15.00 元

版权所有 盗版必究

“体育职业技术学院系列教材”

编写委员会

主任：刘江南

副主任：胡树森 邹联清 潘少敏

主编：文超

委员：杨新芳 张桦 徐昌豹 张月芳

容仕霖 孙伯庆 徐莉

总 序

在我国全面推进素质教育、深化职业教育教学改革的形势下,广州体育职业技术学院为改变几年来借用全国体育院校通用教材的状况,根据学院的办学方向,结合职业教育实践及面向社会服务的宗旨,组织编写了适合于体育职业技术学院使用的系列教材。第一批系列教材包括《运动人体科学基础教程》、《田径》、《游泳》、《足球》、《羽毛球》、《乒乓球》共6门课程教材。

《运动人体科学基础教程》集全国体育院校通用教材《运动解剖学》、《运动生理学》、《体育保健学》于一体,在力求全面、系统的基础上,删繁就简,避免3门课程教材中的大量重复,重点突出运动人体科学基础理论的基本知识及基本操作技能,结合体育运动实践,重在学生实际应用。

其余5门术科课程教材,旨在帮助学生学习和掌握各运动项目的技术、教学和训练的基本理论和基本技能及其运动竞赛的常用知识。对术科课程教材中共性的和一般性的理论内容,如教学原则、训练原则、科研方法、一般选材理论等,则在《教育学》、《运动训练学》、《体育科研方法》等课程教材中统一进行编写和讲授。这样,避免了术科课程教材中的大量重复,有利于提高教材和教学质量,并可以减少人力、物力和时间的浪费,同时也可以减轻学生购买教材的经济负担。

羽毛球、乒乓球是广州市开展得比较好的运动项目,它们的普及与水平在全国均居前列。因此,为面向广州市的社会实践需求,把《羽毛球》、《乒乓球》两门术科课程教材也列为学生学习的主要课程教材。

本次编写的6门课程教材,只是系列教材的第一批。根据培养目标和教学计划,还将逐步完善系列教材体系,并继续编写和完成符合体育职业技术教育教学特点和需要的各门课程教材。

本批教材的编写,以本院中青年骨干教师为主体,并聘请一些经验丰富的教授指导、协助完成编写工作。

文 超

2008年10月

前 言

在我国，羽毛球运动已逐渐成为最流行的体育运动项目之一。

当前，体育职业技术学院也逐步加强了羽毛球运动的教学训练，但可供体育职业技术学院使用的教材较少。面对迅速发展的羽毛球运动和羽毛球教学训练的需要，我们这些羽毛球教师深感编写有针对性教材的重要性，也深感这是我们的责任。在广州体育职业技术学院的大力支持和有关专家的指导下，在参考了国家体育总局组织编写的中国体育教练员岗位培训教材——《羽毛球》的基础上，吸纳了其他有关羽毛球书籍的精髓，同时，根据我们的教学实际情况，编写了这本体育职业技术学院羽毛球运动教材。

本教材主要供体育职业技术学院的学生学习使用。本教材由浅入深，循序渐进，从点到面，内容涵盖个人基本技术、素质训练乃至比赛时的战术等。

参加本教材编写的还有卢庆生、孔丽娜，孙柏庆教授指导、协助了编写工作。

我们也希望本教材在迅速发展的群众性羽毛球运动中发挥积极的作用。鉴于经验和水平有限，书中难免有不足之处，敬请师生、专家学者批评指正。

编 者

2008 年 10 月



目 录

第一章 羽毛球运动的发展概况	(1)
第一节 羽毛球运动的起源、定义与价值	(1)
第二节 世界羽毛球运动的发展	(3)
第三节 中国羽毛球运动	(7)
第四节 北京第29届奥运会羽毛球比赛概述	(13)
第二章 羽毛球击球技术基本原理	(14)
第一节 击球技术动作的基本结构	(14)
第二节 影响击球质量的主要因素	(16)
第三章 羽毛球基本技术	(20)
第一节 预判与判断	(20)
第二节 挥拍击球的用力、发力方法	(22)
第三节 握拍	(23)
第四节 发球与接发球	(26)
第五节 击球	(30)
第六节 起动步	(44)
第四章 羽毛球技术教学与训练	(51)
第一节 手法教学与训练	(51)
第二节 单一步法与组合步法的教学与训练	(51)
第三节 单一技术动作的教学方法及步骤	(53)
第四节 组合技术的教学	(54)
第五节 对抗中的技术运用和基本技术练习	(54)
第五章 羽毛球单打战术	(59)
第一节 进攻战术	(59)
第二节 防守战术	(64)
第三节 战术的制定	(64)
第六章 羽毛球双打战术	(69)
第一节 基本站位	(69)
第二节 进攻战术	(70)
第三节 防守战术	(75)



第四节	双打比赛中进攻与防守应注意的问题	(76)
第七章	羽毛球混合双打战术	(78)
第一节	基本站位	(78)
第二节	发球战术	(78)
第三节	进攻战术	(81)
第四节	防守战术	(82)
第五节	混双比赛和技术上应注意的问题	(82)
第八章	羽毛球战术教学的基本方法	(84)
第一节	学习单一战术和对抗中的战术应用	(84)
第二节	战术球路教学的一般内容与形式	(85)
第三节	战术意识的培养	(89)
第九章	场地与器材	(91)
思考题		(93)
附录	国际羽联 21 分制新规则	(94)
参考文献		(96)



第一章 羽毛球运动的发展概况

第一节 羽毛球运动的起源、定义与价值

一、羽毛球运动的起源

据吉尼斯世界纪录大全记载,最早打羽毛球的是公元2世纪的中国人。

据说日本早在14—15世纪,已出现了一种两个人用木制球拍,将插上羽毛的樱桃核当做球来回对击的游戏。这种运动很快传到了欧洲和亚洲其他国家。但因这种球不坚固耐用,飞行速度又太快,所以虽风行一时却很快就又销声匿迹了。

据有关资料表明,最早出现有关羽毛球运动记载的是法国著名画家乔丹(1699—1779年)所画的一幅题为“羽毛球”(the Shuttle Cock)的油画。画中的一名少女手握穿有网弦的羽毛球拍,球由球托插有七根不同颜色的羽毛所制成。

此后,又有类似羽毛球的游戏方式相继在印度和俄罗斯出现,印度称此游戏方式为“普那”,它是用绒线缠成球形,上插羽毛,用木拍对击。俄罗斯称其为“伏朗”,所用的球和我们现在的毽子非常相似。

由此可见,羽毛球运动的起源与类似“毽子板”的游戏有着密切的联系。由于国家、民族、文化以及语言的差异,对原始羽毛球运动的称呼就有所不同。所以,长期以来,对于这项运动究竟始于何时何地仍众说纷纭。

我们在分析某项运动的起源时,应当重视促成这项运动的质的演变过程。不能把那些最原始的游戏简单地作为起源,要看重以下五个基本要素:

(1) 谁促成了由活动性游戏向竞技性游戏的转化过程,或者说谁促成了这项运动的质的飞跃?

(2) 谁制定了较完善的比赛规则?

(3) 谁组织了比赛?

(4) 谁对该项目赋予了正确的名称?

(5) 谁具有确切的史料证明其发生、发展和完善的过程?

对于羽毛球运动起源的说法基本一致。1873年,在英国格洛斯特郡的伯明顿(Badminton)庄园有一位叫鲍弗特的公爵,一次他在家中宴请宾客,恰逢下雨,客人只得聚在客厅,时间一长,大家都感到乏味,当时,有位从印度退役的英国军官,将其在



印度孟买见到的“普那”向大家作了介绍,于是大家就在大厅内进行这种羽毛球的游戏。因这项活动极富趣味性,很快就风行起来。由于这项活动诞生在伯明顿,有人就提议以这个庄园的名称命名这项运动,所以,英语中羽毛球叫做“Badminton”。原来鲍弗特公爵的庄园现在也改名为“羽毛球馆”,以示纪念,并陈列着19世纪中叶最初的羽毛球球拍和球。那时的活动场地是葫芦形,两头宽中间窄,窄处挂网,直至1901年才改作长方形。

1877年,第一本关于羽毛球比赛规则的书在英国出版。

1893年,在英国成立了世界上第一个羽毛球协会。1899年,该协会举办了第1届“全英羽毛球锦标赛”(All England Badminton Championships),这就是自1899年起在英国伦敦温布利体育中心举行的传统性的、非正式的世界羽毛球锦标赛。这个赛事延续至今,影响广泛。因此,国际体育界普遍认为现代羽毛球运动起源于英国。

此后,羽毛球运动从大不列颠诸岛流传到斯堪的纳维亚和英联邦各国,20世纪初流传到亚洲、美洲、大洋洲,最后流传到非洲。

二、羽毛球运动的定义

羽毛球运动刚兴起时,没有人数、分数和场地的限制,练习者只需要互相对击。现代羽毛球运动从伯明顿庄园开始,有了一定的分数、场地、人数限制。当时的规则很简单,规定了场地呈长方形、中间挂网的高度、双方对击的要求,但并没有单打、双打的区别。

如今,羽毛球运动有了极大的发展,虽然没有哪个组织给现代羽毛球运动下定义,但比赛规则很明细。因此,现代羽毛球运动定义可认为在标准的羽毛球场(长13.40米,单打场地宽5.18米、双打场地宽6.10米,网高1.55米)上,使用标准羽毛球设备,按照相关比赛规则进行的单打或双打比赛(标准均参照世界羽联规则,详情请见附录《世界羽联21分制新规则》)。

三、羽毛球运动的价值

羽毛球运动受到人们普遍欢迎的原因之一是它不大受场地限制,正规比赛场地面积仅需69.41~81.74平方米。平时进行羽毛球活动时,无论有网无网、室内室外,只要有块平整空地、一副球拍、一只球即可开展。羽毛球运动与足球、篮球、拳击等项目相比,它是隔网项目,无直接冲撞,不易受伤,安全性强。脑力工作者和其他职业劳动者利用工间操、上下班前后的时间在空地上开展羽毛球活动,能够消除疲劳,提高工作效率。随着双休日制度的实施,人们还可把打羽毛球作为一种娱乐活动,休闲养性,活动身体,从而达到全面提高身体机能的目的。

羽毛球运动作为一种娱乐活动,参与者在球的对击过程中,使球的飞翔有快慢、轻



重、高低、远近、狠巧、飘转等变化,从而使这种运动充满了丰富的乐趣。每当击球者在击出一个好球或赢得一个球时都能使自己兴奋并获得一种成功的喜悦。同时,由于羽毛球技术的千变万化,一切都在展示着羽毛球运动的力与美,也使羽毛球运动具有很高的可观赏性。

羽毛球运动同时具有很强的锻炼性:

(1) 可以全面增强人的体质。羽毛球运动需要练习者有较好的力量、速度、耐力、灵敏性和柔韧性等素质以及快速的反应能力,因此,经常从事该项体育活动可以发展人体的灵活性、协调性,可以提高人们上下肢及躯干的活动能力,改善呼吸系统和心血管系统的功能,提高有氧供能和无氧供能的能力,调节神经系统并提高其抗乳酸的能力,从而能起到增进健康、抗病防衰、调节精神的作用。

(2) 羽毛球运动因其竞争性、对抗性、大强度等诸多因素的要求,需要练习者具有顽强的意志品质和坚定的信念。

(3) 羽毛球运动可陶冶情操。羽毛球活动包括对对方战术意图的揣摩、对各种战机的把握、对自己运用战术的选择等智力因素,因此经常从事该项运动可以使人思维敏捷。同时,由于比赛的紧张、竞争的激烈,使练习者的心理素质得到很好的锻炼。

第二节 世界羽毛球运动的发展

一、世界羽毛球运动

羽毛球运动从开创至今,技术与战术的发展从简单到全面、从全面到快速灵活、从快速灵活到多变,其中可分为以下几个阶段。

1. 第1阶段(19世纪末—20世纪40年代)

第1阶段是开创阶段。这一阶段英国选手垄断整个世界羽坛,虽然他们的技术比较单一,几乎没有战术变化,但是他们一直处于领先地位,为羽毛球运动向全世界传播作出了贡献。直到1939年,丹麦、加拿大等国选手以良好的体力和进攻型战术向英国选手发起了挑战,这才打破了英国选手称霸羽坛的局面。在1939年举行的第36届全英锦标赛上,英国选手仅获得一枚混双金牌;第37、38届全英锦标赛冠军全由丹麦选手囊括。究其原因有二:其一,19世纪末20世纪初,一些美洲、欧洲和亚洲国家普遍开展这项运动,技术发展较快,尤其是丹麦的技术发展水平较快。19世纪末,美国在纽约成立了羽毛球俱乐部,特别是西岸已有相当多的人参加了此项运动。20世纪初,加拿大羽毛球运动兴起,修建了世界上一流的羽毛球馆,随后也成立了羽毛球俱乐部。20世纪30年代初,马来西亚成立了羽毛球协会,印度也举行了第1届全印羽毛球比赛。其二,第二次世界大战爆发,由于战争影响,英国人既无心也无力再开展此项运动,使



技术水平陷入了停顿状态。

这个时期羽毛球的打法特点是打四方球，控制球的落点。进入 20 世纪 40 年代，较强的国家是美国、英国、丹麦及加拿大等，国际羽坛欧美称雄。20 世纪 40 年代后期，更是丹麦的天下。

2. 第 2 阶段（20 世纪 50—70 年代）

第 2 阶段是羽毛球的技术与战术全面发展的阶段。这一阶段男子技术优势从欧洲全面转向亚洲，形成了亚洲人在世界羽坛上称雄的局面。

20 世纪 50 年代，印度尼西亚羽毛球队在国际羽坛开始崛起，他们在学习欧洲选手的技术与打法的基础上有所创新，加快了羽毛球场上的速度和对落点的控制，使羽毛球技术水平提高到了一个新的阶段。在 20 世纪 60 年代和 70 年代，印度尼西亚队的技术水平在国际羽坛一直处于遥遥领先的地位，从第 4 届到第 11 届的汤姆斯杯赛，除第 7 届被马来西亚队获得外，其余全被印度尼西亚队所拥有。

在这一阶段，中国虽然没有参加正式的世界比赛，但技术与战术水平提高很快，达到了世界先进水平，以汤仙虎、侯加昌为代表的中国选手的战术体现了快攻打法的特点。快攻打法除了脚步移动快，还表现在后场跳起扣杀后快速上网高点击球、两边起跳突击、发球抢攻等方面，特别是他们“快、狠、准、活”的技术风格，以绝对优势压倒了印度尼西亚队和欧洲队，为推动世界羽毛球运动发展作出了很大贡献。从此，中国的快攻技术开始被国际羽坛所接受。到 20 世纪 60 年代末 70 年代初，在研究中国技术特点的基础上，世界羽坛注重了速度和进攻，发展了新技术，出现了以印度尼西亚梁海量为代表的劈杀技术和以林水镜为代表的双脚起跳扣球技术，使世界羽毛球技术水平迅速提高。

3. 第 3 阶段（20 世纪 80—90 年代）

第 3 阶段是世界羽坛技术与战术向快速进攻、全面、多变的方向发展的阶段。这一阶段以中国、印度尼西亚、印度、丹麦、马来西亚、韩国为代表的各国选手打法更全面，变化更多，速度更快，特点突出，攻守兼备。世界羽毛球运动进入了史上的巅峰期。

20 世纪 80 年代初，代表人物有林水镜、韩健、栾劲、苏吉亚托、普拉卡什、费罗斯特、米土木、陈昌杰等。最为突出的是林水镜，他速度快、进攻凶狠，而费罗斯特和韩健则以控制对方后场的进攻、加强防守、创造条件抢攻而闻名。

20 世纪 80 年代中后期，代表人物有杨阳、赵剑华、熊国宝、罗天宁、阿迪、魏仁芳、拉·西德克、朴柱奉、霍那、拉尔森等。杨阳和赵剑华将快、狠、准的打法发展成拉吊进攻和变速突击的打法；阿迪和魏仁芳发展了技术全面、快速、准确的打法。

到 20 世纪 90 年代，球员们技术达到了炉火纯青的地步，而新的技术又开始形成。印度尼西亚年轻集团军和韩国的凶狠拼搏作风、马来西亚西德克兄弟的拉吊技术以



及中国以吴文凯、刘军为代表的快攻型打法在世界羽坛上各领风骚。

世界女子羽毛球运动起步较晚,其技术也是随着男子技术的提高而提高的。20 世纪 40 年代末期至 50 年代初期,丹麦女子选手的技术领先一步,她们获得全英羽毛球锦标赛 7 项单打冠军、5 次双打冠军,到了 20 世纪 50 年代中期至 60 年代中期,美国女选手吸收了男子快攻、打吊等羽毛球打法,竞技实力显著增强,从 1954 年至 1967 年共 14 届全英锦标赛上,她们获得了 13 次女单冠军,并获 3 届尤伯杯赛冠军。20 世纪 60 年代末期,日本女队在进攻的基础上加强了防守,以严密的防守寻找进攻机会,从而显示了相当的优势。她们从 1965—1981 年接连 5 次获得尤伯杯冠军,6 次获得全英锦标赛女单、女双冠军。

中国女子羽毛球运动员从 20 世纪 50 年代起步,20 世纪 60 年代达到世界先进水平。当时以陈玉娘、梁小牧、梁秋霞为代表的中国女选手,学习男子技术动作,以快攻、灵巧的技术在各种场合击败过世界冠军。到了 20 世纪 80 年代,中国女子羽毛球队和男队一样,全面走向世界,以张爱玲、韩爱萍、李玲蔚为代表的中国女队,技术全面、打法多变、主动积极、快速突击性强,开创了世界女子羽毛球技术与战术的全盛时期。

20 世纪 90 年代出现了以中国的唐九红、黄华、叶钊颖和印度尼西亚的王莲香、韩国的方珠贤等为代表的世界级优秀选手,表明女子技术动作更接近男子,比赛更加紧张激烈。

从 20 世纪 90 年代世界羽坛发展趋势来看,实力优势仍在亚洲,男子以印度尼西亚、马来西亚、韩国、中国四驾马车为主,印度尼西亚继续保持强劲势头。除此以外,欧洲的丹麦、瑞典也在奋起直追,有望再展雄风。女子以中国、印度尼西亚、韩国三国鼎立于世界女子羽坛,继续保持绝对优势,但欧洲的瑞典、丹麦、英格兰选手也正在悄悄崛起。

4. 第 4 阶段(21 世纪初)

第 4 阶段是世界羽毛球运动技术与战术发展总趋势向“快速、全面、进攻和多拍”方向发展的阶段。

“快速”反映在出手动作、步法移动和判断反应以及战术变化等方面的速度加快;“全面”是指技术全面、攻守兼备、控球能力强,具有良好的身体素质和心理素质;“进攻”是凭技术特长,采用先发制人,积极主动,以抢攻为主;“多拍”是在战术变化中,从若干次攻守回合中,提高控球能力,减少失误。

近年来,世界羽坛上涌现的代表以中国尤多,特别是男单的夏宣泽、陈宏、林丹、鲍春来、陈金;女单的龚睿娜、龚智超、张宁、谢杏芳;男双的蔡赟/付海峰;女双的杨维/张洁雯、黄穗/高凌、杜婧/于洋、魏轶力/张亚雯;混双的张军/高凌、谢中博/张亚雯等。国外的羽坛实力也不容忽视,有赫赫有名的印度尼西亚男单陶菲克、索尼,男



双的西吉特/陈甲亮、基多/塞提万，其混双也在稳步向前，占据世界前五的两席。马来西亚的李宗伟是男单的强敌，古健杰/陈文宏、钟腾福/李万华相当有实力；韩国也有李弦一和郑在成/李龙大；丹麦也先后出现了盖德、马丁、拉斯姆森、埃里克森/美蒂等男单、女单、混双好手；英国的混双罗伯特森/埃姆斯也曾风霏一时；泰国的男单和男双也蠢蠢欲动。

显然，世界羽毛球运动的格局正在向多元化的方向发展，欧亚对抗的局面正在逐步形成，世界羽坛的全盛时期有望早日到来。

二、世界羽毛球运动组织

1875年，第一个军人羽毛球俱乐部在英国成立。1893年，英国已有14个羽毛球俱乐部，他们举行会议，正式成立了英国羽毛球协会。当时，英国羽毛球协会对羽毛球运动的开展、提高和传播起了积极的推动作用。这项运动首先在欧洲传播，然后发展到美洲、亚洲和大洋洲。

20世纪20、30年代，加拿大、丹麦、马来西亚等国也相继成立了羽毛球协会。

为了推动世界羽毛球运动的发展，1934年，由英格兰、法国、爱尔兰、苏格兰、荷兰、加拿大、丹麦、新西兰和威尔士9个羽毛球协会共同协商成立了国际羽毛球联合会（简称国际羽联）。第一任主席是汤姆斯，总部设在伦敦。

由于政治原因，以我国为首的许多国家的羽毛球协会未能加入国际羽联，使一些国际性比赛相对逊色，没能真正体现世界级水平。

20世纪70年代后期，国际羽毛球联合会中的一些人无视成员国的正当要求，坚持其不合理的选举制度，严重地阻碍了世界羽毛球运动的发展。在这种情况下，1978年2月在香港成立了另一个羽毛球运动的世界性组织——世界羽毛球联合会（简称世界羽联），并先后举办了两届世界羽毛球锦标赛。中国羽毛球协会加入了这个组织，并作出了自己的贡献。

为了推动世界羽毛球运动健康、稳步地发展，经过许多国家羽毛球界的共同努力，1981年5月，国际羽联和世界羽联正式合并，组成了新的国际羽毛球联合会（简称国际羽联），使世界羽毛球运动产生了新的飞跃，出现了欣欣向荣、生机勃勃的景象。目前，国际羽联已有94个国家和地区参加，羽毛球运动出现了前所未有的发展时机。2006年国际羽联全体大会通过一项决议，将“国际羽毛球联合会（IBM）”的正式名称更改为“羽毛球世界联合会（BWF）”。更改世界羽毛球最高管理组织的名称只是为了突出“羽毛球”，同时意味着该组织以新形象在全球开拓更广阔的羽毛球市场。新的羽毛球世界联合会总部坐落于吉隆坡，并把羽毛球规则修订为21分直接得分制。



三、羽毛球运动的奥运道路

当今世界羽毛球运动最高水平的比赛,始于1992年第25届巴塞罗那奥运会,是最具象征意义的羽坛盛事。国际羽联在1970年就着手准备进入奥运会的工作,但直至国际奥委会第90次会议才决定将羽毛球列为奥运会的正式比赛项目。此前,羽毛球比赛曾两度作为奥运会表演项目进入奥运会赛场,分别是1972年第20届慕尼黑奥运会和1988年第24届汉城奥运会。

李玲蔚—萨翁—奥运会

李玲蔚不仅球技精彩绝伦,打遍天下无敌手,而且妩媚动人,笑靥迷人。特别当她舒心一笑时,更使人为之陶醉,曾有香港媒体称赞其曰:“一笑倾城,再笑倾国。”

正是因为李玲蔚的高超球技和可掬笑容,使时任国际奥委会主席的萨马兰奇大为赞叹。李玲蔚曾多次向他提出:为何不让羽毛球运动列入奥运会项目?萨马兰奇甚为尴尬,便说:“让我看看再作决定。”1988年萨马兰奇专门邀请李玲蔚等人到洛桑城表演。李玲蔚正值技术巅峰时期,大展芳姿,倾倒了洛桑城无数球迷与记者。随即,萨马兰奇便与国际奥委会成员商议拍板定案,决定将羽毛球运动列为第25届巴塞罗那奥运会的正式比赛项目。

在1992年巴塞罗那举行的第25届奥运会上,羽毛球项目设有男子单打、女子单打、男子双打和女子双打4个项目。这4个项目的优势主要在亚洲,而欧洲国家的选手更适合打混合双打比赛,所以,国际羽联向国际奥委会提出申请,并获同意在1996年亚特兰大奥运会上增设羽毛球混合双打比赛项目,使得奥运会的羽毛球比赛项目更为丰富。由于羽毛球项目拥有5枚金牌,成为各国高度重视和激烈争夺的焦点项目之一。

第三节 中国羽毛球运动

一、中国羽毛球运动员在国内外重大比赛中取得的成绩

旧中国,羽毛球运动仅仅作活动身体和消遣的手段在上海、广州、天津、北京等几个城市的少数体育馆和学校中流行,没有举办过较大规模的比赛,技术水平很低。

羽毛球正式作为一种竞技体育运动,在中国是20世纪50年代初期逐步开展起来的。

1954年,中国成立了以归国华侨为骨干的国家羽毛球队。国家队的第一批队员中有刚从印度尼西亚归来的王文教、林丰玉、陈福寿等人。

后来,方凯祥、汤仙虎、侯加昌、陈玉娘、梁小牧等也相继从印度尼西亚回国,成为中国羽毛球运动的中坚力量。



1959年,羽毛球被第1届全国运动会列为正式比赛项目,参赛的有21个省、自治区和直辖市的代表队。

进入20世纪60年代,中国羽毛球教练员和运动员在学习国外技术的同时,逐渐形成了以快为主、以攻为主的技术风格,创造出快拉、快吊结合突击,杀、吊上网搓和推,进攻结合拉吊等新的打法。

技术上的创新与发展,运动员身体素质的提高,使中国羽毛球队在1963年以后的几年中在国际羽坛上异军突起,战果卓著。

1963年,中国国家羽毛球队迎战来访的汤姆斯杯得主——印度尼西亚国家队,取得4胜1负的战绩,震惊国际羽坛。

1965年,中国队出访世界羽毛球强国丹麦和瑞典,获得全胜,在总共34盘比赛中有33盘以2:0获胜。当时,由于中国在国际羽毛球联合会的合法席位没有恢复,一直不能参加世界性比赛,因此有的外国通讯社称中国羽毛球队是“无冕之王”,认为“只要没有中国参加,任何世界冠军都是不实在的”。

然而,从1966年开始的“文化大革命”使正处在巅峰时期的中国羽毛球运动很快跌入谷底。

十年动乱、拨乱反正后,中国羽毛球运动逐步得到恢复。1978年,尚未完全恢复元气的中国羽毛球队出征曼谷亚运会,获女子单打、双打和混合双打3项冠军,男子项目则全军覆没。为总结经验教训,正视落后的现实,1978年8月在秦皇岛召开了第2次全国羽毛球训练工作会议。这是一次十分重要的会议,它对中国羽毛球运动发展和提高起到了关键性作用,会议纠正了对训练理论认识上的偏差,提出了全面理解和贯彻“快、狠、准、活”的技术风格。发展以“快速”为指导的各种不同打法,扶植不同流派,加强后备力量。

1979年,印度尼西亚队提出愿在第三方地区同中国队进行一场男队的实力较量,以决定“真正世界冠军的归属”。中国队以男女队同时应战。中方阵容中有韩健、栾劲、孙志安、姚喜明、刘霞、韩爱平、张爱玲等后起之秀,印度尼西亚队由林水镜、纪明发、张鑫源等世界名将出战。这场交锋在香港进行,采用汤姆斯杯和尤伯杯的比赛方法。结果,中国男女队分别获胜。

进入20世纪80年代,中国羽毛球运动水平继续回升。1980年2月,在新加坡举行的中国和印度尼西亚对抗赛中,中国男队险胜;女队失利。这说明双方水平相当,势均力敌。但由于中国派出的是文化大革命后成长起来的年青一代球员,这一事实证明了秦皇岛第2次会议的方针是正确的,并在短期内初见成效。

1981年5月,在日本东京召开的国际羽联和世界羽联合并会议,宣告了两个组织的合并。中国羽毛球协会成为合并后的国际羽联的正式会员。

1981年7月,中国队在第1届世界运动会的羽毛球比赛中,夺得男、女单打和男、



女双打4枚金牌。1982年3月,中国羽毛球运动员第1次参加全英锦标赛,取得女子单打和双打两项冠军。

1982年5月20日和21日,是中国羽毛球运动的历史性时刻。如果说,中国和印度尼西亚两支男队以往的比赛都是非正式的“前哨战”,那么,在这两天里进行的第12届汤姆斯杯赛决赛则是两队实力的一次真正较量。一方是首次在汤姆斯杯赛中亮相的“无冕之王”,旨在夺冠;另一方是7届汤姆斯杯得主,意在卫冕。这场决战十分令人瞩目。中国队成功逆转,第1次夺得标志世界羽毛球男子团体最高水平的汤姆斯杯。在这场冠军争夺战中,栾劲勇胜8次全英锦标赛男子单打冠军梁海量,韩健智取被誉为“天皇巨星”的林水镜,此后又蝉联14~16届冠军。

1983年5月,中国选手首次参加第3届世界羽毛球锦标赛,获女子单打、双打桂冠。

1984年5月,首次参加尤伯杯赛的中国女队以5战5胜不失一盘的战绩,夺得代表世界羽毛球女子团体最高水平的尤伯杯。中国男队在汤姆斯杯赛决赛中卫冕失利,负于印度尼西亚队。其中,两盘双打均遭败绩,暴露出中国男队的薄弱环节。

1987年在第5届世界羽毛球锦标赛上囊括5个单项冠军。

1988年是中国羽毛球运动员喜获丰收的一年。他们在所参加的14次国际大赛中共夺得32个冠军和25个亚军。这一年里,中国女选手优势明显,在瑞典公开赛、全英锦标赛、世界锦标赛和印度尼西亚公开赛共4次大赛中,均包揽了女子单打的前4名。

1986年5月,中国男女羽毛球队双双夺得第14届汤姆斯杯和第11届尤伯杯。

1987年5月24日,中国羽毛球运动员在世界羽毛球运动史上写下了光辉灿烂的一页。在中国首次举行的第5届世界羽毛球锦标赛上,中国成为历史上第一个囊括世界锦标赛全部5项冠军的国家。杨阳获男子单打冠军、韩爱平获女子单打冠军、田秉毅和李永波获男子双打冠军、林瑛和关渭贞获女子双打冠军、王朋仁和史方静获混合双打冠军。

1987年世界羽毛球系列大奖赛总决赛于次年1月举行,中国选手在5个单项的决赛中荣膺4项冠军。李玲蔚连续第3次蝉联女子单打冠军,熊国宝首次登上男子单打冠军的宝座,男子双打和女子双打的桂冠,分别被田秉毅和李永波、林瑛和关渭贞夺得。

1988年5月23日至6月4日,中国男女羽毛球队在马来西亚吉隆坡举行的第15届汤姆斯杯赛和第12届尤伯杯赛中,双双蝉联冠军。

在1992年的第25届奥运会羽毛球比赛中,中国代表团获得1银3铜的成绩:关渭贞/农群华以1:2输给韩国黄惠英/郑素英,获亚军;唐九红与黄华并列女单第3;田秉义/李永波和马来西亚的西德克兄弟并列男双第3,中国男单选手无一挤进半决赛。

在1996年第26届奥运会上,我国女子双打选手葛菲/顾俊实现了零的突破,首次夺得女子双打冠军。