

我国优秀男子拳击运动员陈大祥技术运用特征分析 ——以 2020 东京奥运会亚大区资格赛为例

陈大祥¹ 王智明^{2*}

1 南京体育学院运动员教育教学管理部, 江苏 南京 210014

2 南京体育学院运动训练学院, 江苏 南京 210014

[摘要]通过对我国优秀拳击运动员陈大祥在 2020 东京奥运会拳击项目亚大区资格赛比赛中的技术运用特征分析, 总结其优势与不足之处, 为陈大祥备战 2020 东京奥运会提供参考。文章主要使用了录像观察法和数理统计法, 对陈大祥在 2020 东京奥运会拳击项目亚大区资格赛中完成的四场比赛进行了分析, 统计了其对手的技术动作以及犯规情况。研究结果表明, 陈大祥相比对手而言具有明显的静态优势, 并且能够利用优势进行合理的技术运用, 但同时存在一些不足之处, 表现为重拳缺少威慑力, 中近距离技术薄弱, 体能相对较差。

[关键词]拳击; 优秀运动员; 技术运用; 备战奥运会

DOI: 10.33142/fme.v3i1.5755

中图分类号: G886.1

文献标识码: A

Analysis of Technical Application Characteristics of Chen Daxiang, an excellent Male Boxer in China ——Take the Asian Regional Qualification of 2020 Tokyo Olympic Games as an Example

CHEN Daxiang¹, WANG Zhiming^{2*}

1 Athlete Education and Teaching Management Department of Nanjing Sport Institute, Nanjing, Jiangsu, 210014, China

2 Sports Training College of Nanjing Sport Institute, Nanjing, Jiangsu, 210014, China

Abstract: Through the analysis of the technical application characteristics of China's excellent boxer Chen Daxiang in the Asian regional qualification competition of boxing in 2020 Tokyo Olympic Games, this paper summarizes its advantages and disadvantages, so as to provide reference for Chen Daxiang's preparation for 2020 Tokyo Olympic Games. This paper mainly uses the methods of video observation and mathematical statistics to analyze the four matches completed by Chen Daxiang in the Asian regional qualification of boxing in the 2020 Tokyo Olympic Games, and counts his technical movements and fouls with his opponents. The results show that Chen Daxiang has obvious static advantages compared with his opponents, and can use the advantages for reasonable technical application, but there are some deficiencies, such as the lack of deterrence of heavy fist, weak medium and short-range technology and relatively poor physical fitness.

Keywords: boxing; excellent athletes; technology application; preparing for the Olympic Games

引言

2020 东京奥运会拳击项目亚大区资格赛在约旦首都安曼落幕。在男、女共 13 个级别的较量中, 中国队 13 人参赛, 获 6 张东京奥运会的入场券, 其中女子 51 公斤常园、69 公斤谷红、75 公斤李倩和男子 52 公斤胡建关获得冠军。男子 75 公斤托合塔尔别克·唐拉提汗、81 公斤级陈大祥获得季军。从比赛中可以看出, 中国男子拳击中大级别队员的技术水平与其他优势国家运动员存在一定的差距。为此, 本文拟研究已获得东京奥运会参赛资格的 81 公斤级运动员陈大祥的比赛录像, 来对陈大祥与对手的多项技术运用情况进行分析和总结。优秀运动员在重大比赛中的表现反映的是其个体特征、教练团队特征、训练方式、比赛战术安排等多方面的综合。通过分析其个人技

术以及在赛场上的战术安排, 可总结出宝贵的经验来完善现有的拳击运动的训练体系及战术体系, 完善相关理论基础, 并且能提供给正在从事拳击运动的运动员和教练员进行学习。在本文所关注的比赛中, 陈大祥以及对手都展现出了个人的技术特点、比赛风格等, 本研究拟对其个人技术与战略进行分析, 研究成果能够对陈大祥在备战 2020 东京奥运会期间进行科学性和针对性的训练提出建议, 为其增强整体竞技能力提供理论借鉴与参考价值。

1 研究对象和方法

1.1 研究对象

本文的研究对象是我国男子拳击项目优秀运动员陈大祥以及其在 2020 东京奥运会拳击项目亚大区资格赛中的技术运用。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

在中国知网等文献数据库中以“技术”“拳击”等为关键词进行检索,下载并整理具有较高参考价值与意义的论文,通过亚大区奥运会资格赛官方网站搜集相关信息,并进行详细的解读和分析。

1.2.2 录像观察法

对陈大祥在亚大区奥运资格赛的四场高清比赛录像的相关技术指标进行采集、统计与处理。

1.2.3 对比分析法

用统计学方法对陈大祥与其四名对手的相关技术运用指标进行比较分析。

1.2.4 数理统计法

使用表格软件对录像观察所得数据进行统计处理,并结合体育学与统计学等理论对陈大祥与其四名对手的技术运用指标的统计数据结果进行分析。

2 结果与分析

表1展示了陈大祥与对手在四场比赛中的得分情况以及比赛的结果。陈大祥以一致判定(5:0)的方式赢得了第一场、第二场比赛的胜利,以分歧判定(3:2)的方式险胜第三场,并在第四场中以一致判定(0:5)的方式负于对手。下文将从进攻技术与防守反击技术两个方面来对陈大祥的技术运用进行分析。

表1 陈大祥比赛结果及得分情况

场次	对手姓名	对手国籍	比分(陈大祥:对手)	比赛结果
第一场	鲁兹巴哈尼	伊朗	5:0	胜
第二场	阿戴尔贝克	吉尔吉斯斯坦	5:0	胜
第三场	库马尔	印度	3:2	胜
第四场	奥库索	澳大利亚	0:5	负

注:比赛结果五位裁判共同决定,每位裁判选出自己所认为的获胜者并投一票,得票数高者胜出

2.1 进攻技术运用分析

2.1.1 单拳的技术运用分析

按照国内常用的划分方式,单拳可被分为前直拳、后直拳、前勾拳、后勾拳、前摆拳以及后摆拳,其中勾拳默认为

上勾拳^[1]。陈大祥属于正架选手,因此前手为左手,后手为右手。表2展示了他与对手在比赛中使用单拳的统计数据。

将统计结果与比赛录像结合,我们可以有若干发现。首先,陈大祥在比赛中最常使用的技术为前后手的直拳,并且相对对手来说出拳频率较高,尤其是第二场比赛中,前手直拳出拳次数达到了72次,几乎是对手的两倍。这说明其善于利用身高、臂展优势,较为积极主动地用前直拳控制距离、对对手进行干扰并寻找破绽,并在发现破绽时用后直拳进行迅速跟进。其次,陈大祥后直拳的命中率较高,在第二场中命中率达到44%,说明后直拳是其优势技术,主要用于对对手造成伤害。相比于直拳,其摆拳以及勾拳的出拳次数较少。前后摆拳在最少的一场中只有5次,前后勾拳在两场比赛中并未使用。这说明其习惯于在远距离对对手发起进攻,而较少在中近距离与对手进行缠斗。在陈大祥唯一一场告负的比赛,对手机动性强,善于利用跳步和躲闪迅速拉近两人的距离,进入中近距离,进而使用了较多数量的勾拳和摆拳进行进攻,分别达到10次和12次,获得了比较优势。以上分析说明陈大祥尽管有较为突出的优势和鲜明的技术特点,但在中近距离技术方面仍然存在进步的空间。

此外,通过对录像进行观察可以发现,在这四场比赛中陈大祥从未出现过重创对手使对手被读秒的情况,也未能以KO或TKO的方式终结比赛,这说明尽管陈大祥使用后手直拳等重拳的频率和成功率不低,其杀伤力相对而言较弱。其取胜主要依赖自身的灵活性和机动性,在使用单拳重创对手的能力上存在提升空间。

2.1.2 组合拳的技术运用分析

组合拳是指在短时间内连续打出的两拳或若干拳,具有密集性和连贯性^[2]。在组合拳中,每一拳都有各自的功能,例如轻击或虚晃、重创对手、封堵闪躲路线、引诱对手露出破绽等。由于组合拳较为复杂并且消耗体力较大,运动员在比赛中通常不会大量使用组合拳,并且使用的组合拳也主要以两拳组合为主,但一旦安排得当并使用成功,组合拳能够对对手造成较大的伤害,甚至可能导致其直接失去战斗力^[3]。本节对陈大祥的组合拳使用情况进行了分析。

将统计结果与比赛录像结合,我们可以有若干发现。

表2 单拳使用情况统计

场次	选手	前直拳	后直拳	前勾拳	后勾拳	前摆拳	后摆拳
第一场	陈大祥	37/12(32%)	28/8(29%)	0/0(%)	0/0(%)	2/2(100%)	7/2(29%)
	鲁兹巴哈尼	9/4(44%)	5/1(20%)	1/0(%)	0/0(%)	1/0(%)	8/1(13%)
第二场	陈大祥	72/29(40%)	9/4(44%)	0/0(%)	0/0(%)	0/0(%)	7/1(14%)
	阿戴尔贝克	39/12(31%)	19/3(16%)	0/0(%)	0/0(%)	5/0(%)	10/2(20%)
第三场	陈大祥	24/3(13%)	6/2(33%)	0/0(%)	1/1(100%)	2/2(100%)	5/3(60%)
	库马尔	20/3(15%)	11/3(27%)	0/0(%)	1/1(100%)	6/2(33%)	3/1(33%)
第四场	陈大祥	60/15(25%)	16/4(25%)	1/1(100%)	1/1(100%)	3/2(67%)	2/0(%)
	奥库索	72/30(42%)	20/10(50%)	6/4(67%)	4/2(50%)	7/4(57%)	5/3(60%)

注:“/”之前的数字为对应技术的使用次数,之后的数字为使用成功的次数,括号里的数字为成功率,下文中各表形式相同

陈大祥在组合拳的使用上与对手相比并没有更加积极,尤其是两拳组合拳,但其组合拳的成功率相对对手稍高,说明其在使用组合拳方面较为慎重,击打较为精准。尤其是两拳组合拳,成功率均达到了50%以上。结合录像可以发现,陈大祥使用最多的组合拳为左右直拳组合拳。较为常见的场景是其先用前手对手进行干扰,打乱对手本来的节奏,在对手露出破绽之后用后手直拳进行跟进,进而起到较好的击打效果。另一个常见场景是其先使用前手进行轻击或虚晃,假意攻击对手的腹部,迫使对手调整抱架而头部出现空当,紧接着用后手直拳击打头部完成得分(或是前手佯攻头部、后手击打腹部)。以上分析内容与上一节中对陈大祥的个人优势进行的分析得出的结论一致。

对于三拳及以上的组合拳,陈大祥与对手在使用频率方面并无明显的差异,但成功率相对对手而言同样稍高,在第一场中达到了57%。结合录像可以发现,陈大祥使用的三拳、四拳及以上组合拳仍然是以前后直拳为主,以摆拳为辅,其中的核心重拳主要为后手直拳,其次为前手摆拳。其善于使用高低变化的组合拳,即将击打头部的拳与击打腹部的拳进行结合形成组合拳,并且使用成功率较高。从以上分析可以看出陈大祥在组合拳的使用方面较为保守,但使用效率较高。

表3 组合拳使用情况统计

场次	选手	两拳	三拳	四拳	五拳及以上
第一场	陈大祥	27/15(56%)	7/4(57%)	2/2(100%)	1/1(100%)
	鲁兹巴哈尼	37/12(32%)	11/3(27%)	5/1(20%)	0/0(%)
第二场	陈大祥	26/15(58%)	7/3(43%)	4/1(25%)	0/0(%)
	阿戴尔贝克	25/11(44%)	1/0(%)	2/0(%)	0/0(%)
第三场	陈大祥	17/11(65%)	11/5(45%)	5/3(60%)	2/1(50%)
	库马尔	16/8(50%)	1/0(%)	2/0(%)	0/0(%)
第四场	陈大祥	14/7(50%)	3/2(67%)	1/0(%)	0/0(%)
	奥库索	25/15(60%)	8/3(38%)	4/2(50%)	1/1(50%)

注:如果组合拳中有一拳成功击打到了对手的有效部位,则被判定为使用成功

2.2 防守反击技术运用分析

2.2.1 反击技术运用分析

在拳击运动中,反击是指运动员成功将对手的进攻进行防守之后紧接着进行的一次进攻。在拳击运动中,防守技术存在的首要意义就是为了使得运动员能够迅速做出反击动作,因此反击技术在拳击比赛中较为关键^[4]。本文将运动员在比赛中使用的反击技术划分为后仰防反、后撤防反、格挡防反以及躲闪防反四种。如果运动员对对手的进攻进行了成功的防守并且在反击过程中击打到了有效的部位,则记其完成了一次反击,二者若有其一不满足则不将其记为一次反击。本节对陈大祥以及对手在比赛中使用防守反击的情况进行了展示和分析。

从表中数据可以发现,陈大祥在防守技术方面不存在明显的短板,在使用四种技术时都有着不低的成功率,在

通常情况下成功率不会低于50%。后撤防反是他较常使用的防守技术,但他能够根据比赛的实际情况进行灵活调整。例如,在对阵澳大利亚选手时,对手善于拉近距离,使得整场比赛双方出现中近距离缠斗的次数较多,陈大祥因此减少了后仰防反的使用频率(仅使用2次),主要是用格挡以及其他防反技术进行应对(分别使用10次和6次)。

表4 防守反击技术使用情况统计

场次	选手	后仰防反	后撤防反	格挡防反	躲闪防反
第一场	陈大祥	7/4(57%)	8/5(63%)	4/3(75%)	2/1(50%)
	鲁兹巴哈尼	2/0(%)	3/1(33%)	1/0(%)	4/1(25%)
第二场	陈大祥	9/3(33%)	15/7(47%)	7/6(86%)	2/0(%)
	阿戴尔贝克	13/8(62%)	7/3(43%)	6/2(33%)	5/2(40%)
第三场	陈大祥	4/3(75%)	14/8(57%)	1/0(%)	1/1(100%)
	库马尔	1/1(100%)	6/3(50%)	4/1(25%)	1/1(100%)
第四场	陈大祥	2/1(50%)	5/3(60%)	10/6(60%)	6/3(50%)
	奥库索	3/1(33%)	10/7(70%)	18/9(50%)	6/4(67%)

注:成功进行防守并且反击击中对手则视为完成一次防守反击

2.2.2 迎击技术运用分析

拳击中的迎击是指选手在对手发起攻击时利用头部、躯干或脚下的移动偏离对手进攻路线同时进行进攻的技术^[5]。迎击技术与反击技术的区别在于后者中防守与进攻是先后完成的两个动作,而前者中防守与进攻是同时发生的动作,更加连贯。在进行迎击时对手通常仍然在完成进攻动作的过程中,通常没有较好的防备,并且身体可能还在进行向心的旋转,所以迎击通常能给对手造成较大的伤害,使用效果较好^[6]。本文将迎击分为两种:直接迎击和间接迎击。直接迎击不涉及脚下的移动,而在间接迎击时选手通过脚下的移动进行了姿态或距离上的调整。

统计数据显示,陈大祥是一位较为擅长使用迎击技术的选手,他使用迎击技术的成功率较高,有多场比赛成功率达到80%及以上。即使是在负于对手的比赛,其使用迎击技术的成功率仍然高于对手。这也与其个人特点有关,由于其身高具有优势,通常能有比对手更好的视野和全局观,能够较快判断出对手的进攻动作和进攻路线,进而使用迎击的方式进行得分^[7]。大致来看,相比反击技术,陈大祥更加偏好和善于使用迎击技术。

表5 迎击技术使用情况分析

场次	选手	直接迎击	间接迎击
第一场	陈大祥	12/10(83%)	9/8(89%)
	鲁兹巴哈尼	4/2(50%)	7/4(57%)
第二场	陈大祥	12/8(67%)	10/8(80%)
	阿戴尔贝克	7/4(57%)	8/3(38%)
第三场	陈大祥	10/8(80%)	12/8(67%)
	库马尔	3/2(67%)	5/3(60%)
第四场	陈大祥	8/6(75%)	9/6(67%)
	奥库索	15/9(60%)	14/8(57%)

注:成功避开对手进攻并且击中对手则视为完成一次迎击

3 结论与建议

3.1 陈大祥个人优势显著，技术特色鲜明

3.1.1 静态优势

首先，陈大祥在所在级别有着较明显的静态优势。相对于一般对手，其身高更高、臂展更长，因此有着较好的视野和全局观，并且能够对优势进行很好的利用，善于在远距离用前手直拳对手进行控制。本文认为，陈大祥应当继续利用这一优势，围绕其完善战术设计。

3.1.2 进攻方式

在进攻方面，陈大祥善于使用左右直拳的组合进行进攻，常用虚晃、佯攻等手段引诱对手调整防守姿态进而受到后续拳法的攻击（如“晃上打下”“晃下打上”）。相比于直拳，摆拳和勾拳被使用的次数较少。本文建议陈大祥继续对优势技术进行巩固，但同时兼顾勾拳和摆拳技术的提升，因为勾拳和摆拳通常能够对对手造成更大的杀伤力，是重要的重拳技术。

3.2 陈大祥存在明显短板亟待补足

3.2.1 重拳缺少威慑力

尽管其出拳较为积极，命中率较高，但其重拳缺少威慑力，没有利用重拳重创对手甚至直接使对手失去战斗力的能力。在其所在的级别，拥有“一锤定音”式的重拳能力是非常重要的，因此本文建议其多进行针对性的训练，提高重拳能力^[8]。另一方面，可以在拳没有对手重的情况下多加强脚下的移动，避免和对手阵地战挨到重拳。

3.2.2 中近距离技术相对薄弱

陈大祥在中近距离的缠斗中不具备明显的优势，当对手迅速拉近时容易被造成得分。本文建议其在保持远距离优势的同时加强近距离击打技术的练习，在近距离缠斗中积累更多经验以应对机动性更强的选手。

3.2.3 体能相对较弱

体能较弱是陈大祥当前的问题之一，这使得其在比赛

后期容易主动对对手进行搂抱，也较容易让对手进行得分。本文建议其注重对于体能的提升，多进行有氧耐力和无氧耐力练习，加强拳击专项能力，避免后期因为体能不足出现大量缠抱或被对手得分的情况。

[参考文献]

- [1] 鲍善军, 李红娣, 皮传胜. 里约奥运会男子拳击冠军技战术运用特征[J]. 武汉体育学院学报, 2019, 53(6): 86-93.
 - [2] 党勇. 泰森的 8 大标志性拳击技术分析[J]. 拳击与格斗, 2019(8): 24.
 - [3] 张宝双. 对于我国优秀拳击运动员胡建关里约奥运会夺铜的进攻技术分析[J]. 文体用品与科技, 2019(6): 229-230.
 - [4] 宋红海, 樊庆敏, 臧广悦. 第 29 届奥运会拳击比赛技战术得分特点分析[J]. 中国体育科技, 2011, 47(6): 77-81.
 - [5] 刘洋, 程丽芬, 吴瑛, 等. 不同水平拳击运动员后手直拳动作技术效果的比较研究[J]. 武汉体育学院学报, 2020, 54(7): 80-86.
 - [6] 吴国栋. 我国优秀男子拳击运动员体能评价体系的构建与诊断研究[D]. 上海: 上海体育学院, 2020.
 - [7] 王强强. 2016 年里约奥运会男子优秀拳击运动员技、战术应用特征研究[D]. 北京: 北京体育大学, 2019.
 - [8] 阿扎玛提·哈依尔阿特. 2016 年里约奥运会哈萨克斯坦优秀男子拳击运动员技战术运用[D]. 北京: 北京体育大学, 2018.
- 作者简介: 陈大祥(1996-), 汉族, 江苏徐州人, 研究生在读, 南京体育学院, 研究方向: 体能训练理论与实践; 通讯作者: 王智明(1972-)女, 汉族, 辽宁, 博士, 教授, 南京体育学院, 研究方向: 体能训练理论与实践。