

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 柔道

來源 民生報 日期 800801 版面 四版

《世界柔道賽檢討系列3~2》

攻守轉換、技術多變
中華提升技術2要件

特派記者 鄭清煌

/特稿

●當今柔壇有2大主流及風格：以蘇聯為代表的歐美力量型及以日本為代表的東方技巧型，從本屆世界錦標賽戰績看來，前者佔上風。

我國柔道師承東瀛，屬技巧型，但是技術純熟度及活用性不如日本，所以面對力量型選手難與之抗衡，想要發揮柔道「借敵力以制敵」的特色，猶非易事。

從中華隊員在世界錦標賽的表現，可以明顯看出，我國選手體型條件遠遜各隊，今後惟有朝強化攻守轉換、技術多變2大技術要件發展。

攻守轉換指的是在對手施術的瞬間尋求破解的空隙，如果不能，則至少能防制對方的動作，這一點南韓、大陸都比我們好，所以起碼能夠立於不敗之

地。

技術多變則需由勤練及研究來著手。本屆世界賽中，以蘇聯在這方面表現最凸出，不僅將其傳統技擊「散搏」動作引進柔道之中，更切合與體型及過人的爆發力，所以獲勝內容「一勝」及「半勝」佔了7成以上，其他像德國、荷蘭、大陸在其本地也設置技術研發獎項來鼓勵技術的革新。

另外值得一提是，由於比賽型態的變革，調整體能及控制比賽節奏的技巧益形重要。如領先時而體能不敷需要時，如何抵抗對手攻擊，而不被主審因攻擊過極而指導、警告，反因此而落居下風。

南韓選手在這方面格外擅長，最懂得適時作態佯攻或閃躲，大陸女將李忠雲比賽時必綁馬尾，常常藉整理時調息舒氣，也是極有技巧的方法，值得中華隊參考。

