

## 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 桌球 來源 民生報 日期 770203 版面 三版

## 大陸桌球探秘

## 快準狠變轉 走出中國球路

編者按：狄薔華係一九六四年大陸全國單打冠軍，自二十六屆世桌賽起曾連續參加四屆，在第二十七屆世桌賽得到混雙第三，二十八屆女單第六，一九七二年起任大陸國家教練，七九年離開大陸，八五年來華赴左營任技術教練。今天起，她將一系列解剖大陸桌隊獨霸世界桌壇的緣由。

在五〇至六〇年代，中國大陸剛開始發展桌球運動之際，即訂下「快、準、狠」三字訣作為中國人的風格，隨後，因桌運的不斷推展，球技的變化，以及大陸隊伍在世界征戰、切磋的經驗，六〇至七〇年代，加了個「變」字，七〇至八〇年代則風格提昇至「快、準、狠、

變、轉」，依此五方向走出中國人的路。為何要如此？這是根據黃種人的身材、體能狀況及靈巧、反應快的特質，訂定的風格。

大陸球員不論是直拍、橫板，都是打近檯快攻，要求快、準、狠，故特重手腕。手腕功夫是打桌球的靈魂，腕力不足，甯想打好桌球。手腕功夫靈巧，在近檯能搶、能攻，低球能撥，佔盡先發制人的主動優勢，否則只能打中、遠檯，以旋轉來補速度之不足。

其次，推擋功夫大陸絕佳。這是因大陸直拍拿板方式掌握了竅門，後三指（中指、無名指和小指）略彎成圓形，如此反拍可作各種角度的扣殺，是快攻的先決條件。

這些年，大陸因應歐洲式橫拍旋轉強的特色，也培養出不少橫拍球員，但大

陸橫拍主要還是打近檯，以速度配合旋轉，初時給歐洲球員極大威脅。

而歐洲的匈牙利、瑞典在嘗過大陸式近檯橫拍快攻的苦頭後，則在原本兩面拉的基礎上，加快了拉弧圈球的速度，把弧圈球的技术推向一個新的發展階段，以旋轉加速度為主，拉近了和大陸的距離，目前，歐洲勁旅已有東山再起的形勢。

在這種十字路口，直拍打法在大陸重新有了生機。事實上，中國人畢竟是以直拍打法為主，從傳統打法再出發是一個正確方向。歐洲為什麼不適應中國式直拍打法，原因就在他們沒有，物以稀為貴，若都學歐洲人拉弧圈，永遠不能超越他們。因此，必須走自己的路，在技術上求發展和革新才能突破。

狄薔華

