

Analysis on Scores of Right Front Leg Offensive Technology of Lee Dae-Hoon

—Take 2015 World Taekwondo Championship for Example

Qin Zhuang

Wuhan Sports University, Wuhan Hubei

Email: surprise.qin@qq.com

Received: Apr. 7th, 2018; accepted: Apr. 21st, 2018; published: Apr. 28th, 2018

Abstract

After analyzing the video of the 2015 world championships in Lee Dae-Hoon, the author found that the player's score was mainly satisfied with the attack technique of the front legs, especially in the case of his right potential front leg variable line leg method score for point-to-point, multi-point combo targeted analysis and data statistics and sorting. It is concluded that Lee Dae-Hoon can make full use of this technique in the competition, which has the advantages of small action omen, strong action concealment, short action torque, fast action speed and fast conversion rate. We hope these to be able to have some inspiration to the practitioner.

Keywords

Lee Dae-Hoon, The Right Potential, Front Leg Offensive Technology, World Championships

对李大勋右势前腿进攻技术得分情况的分析

—2015年跆拳道世界锦标赛为例

庄 勤

武汉体育学院, 湖北 武汉

Email: surprise.qin@qq.com

收稿日期：2018年4月7日；录用日期：2018年4月21日；发布日期：2018年4月28日

摘要

本文通过对李大勋2015世锦赛录像进行分析后，发现该选手得分主要得意于前腿进攻技术。特别是在对他右势情况下前腿变线腿法得分情况进行一点一击、一点多击、多点连击的针对性分析与数据统计和整理。得出李大勋在比赛中使用该技术动作时能够充分的利用该技术的动作预兆小、动作隐蔽性强、动作力矩短、动作速度和转换速率快。希望能够对练习者有一些启发。

关键词

李大勋，右势，前腿进攻技术，世锦赛

Copyright © 2018 by author and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

李大勋 2007 年，获得韩国国际跆拳道公开赛冠军。2009 年，获得韩国全国体育大赛冠军。2010 年，获得第 16 届广州亚运会跆拳道男子 63 公斤以下级金牌。2011 年，获得庆州世界锦标赛轻量级冠军。2012 年，获得伦敦奥运会跆拳道男子 58 公斤级亚军。2013 年，获得普埃布拉世界锦标赛轻量级冠军。2014 年，获得第 17 届仁川亚运会跆拳道男子 63 kg 级冠军。2015 年获得世界跆拳道大奖赛 68 kg 级冠军，并当选 WTF 世界跆拳道联合会年度最佳男运动员。2016 年 8 月，李大勋获得里约热内卢奥运会跆拳道 68 公斤级比赛铜牌。其技术风格全面，尤其是前腿技术十分灵活多变且技术细腻，堪称其技能储备的得意技。赛场上不难发现李大勋时常通过前腿变线技术的合理运用，且多以多点连击的不同点位技战术使对手猝不及防，从而掌控比赛。通过前腿变线腿法击打部位的快速转换找到对方防守的漏洞并快速攻击，使得对方丢分从而达到进攻目的和战术意图。相对于其 2014 年比赛失利时前腿技术单一化有较为明显的提升，前后腿组合技术更加全面且击头意识十分强烈。本文主要以 2015 年世锦赛李大勋赛事录像进行分析。

2. 研究对象和方法

2.1. 研究对象

李大勋右势前腿技术。

2.2. 研究方法

录像分析法：

2015 年世界男子锦标赛比赛场次李大勋录像；

2015 年世界男子大奖赛决赛李大勋比赛录像；

2015 年世界男子大奖赛年度总决赛李大勋比赛录像。

通过对李大勋赛事录像仔细观察和记录进行针对性分析并统计相关的重要数据。

3. 最新竞技得分规则与以往竞技得分规则

由表 1 可见相对过去的竞赛得分规则取消了 2 分技术,增加了击头得分比重,笔者分析目的是为了增加竞赛的激烈性和观赏性,如今随着电子护具的使用,国外运动员击头技术和击头意识越来越全面。赛事场地也发生了一定的变化,由 8×8 转化为一个 8 边型,有点跟八卦阵图阴阳协调的含义相似。

总而言之,最新的竞赛规则的实行肯定会使选手们技战术发生相应的调整与变化。下面所有的技术分析都以最新竞赛规则为基点展开研究分析[1][2]。

4. 研究结果分析

4.1. 通过录像对李大勋和对手对阵的三种情况分析

4.1.1. 李大勋右势下对手左势形成开势时

双方在开势时,发现双方多以侧踢技术试探对手,经常会出现李大勋起前腿侧踢时对手也跟着起前腿侧踢并破坏其进攻意图,对手通过事先对其技术风格的分析以开势对抗的技战术思维来应对并严格执行,预想一定程度上遏制其前对技术的有效施展显而易见。

在这种情况下,发现李大勋多以前腿起侧踢试图接近对手然后迅速的接直拳击打对手胸口部位并迅速的采取贴靠战术使对手没有反击的时机或使用后腿的横踢、变线横踢技术,以达到破坏对手的战术和打乱对手节奏的意图。遇到这样的对手时其前腿技术使用的频率会有增加,因为对手虽然是开势应对,但对手是左腿在前,左腿相对右腿而言灵敏性和快速的转换性具有缺陷。而他是右腿在前,右腿对左腿一定程度上肯定是具备优势的[3]。

4.1.2. 李大勋右势下对手右势形成闭势时

双方都是右脚在前,都希望通过右腿在前建立自我的优势因为在速度力量上没有明显的差异,但是通过视频看得出李大勋在应对对手右腿进攻时多以右腿的连续变线横踢技术攻击对方,当对方主动进攻时发现他多以前腿变线腿法迎击对方。对手也有相应的技术调整看到李大勋右腿进攻性很强时,多次使用后滑接腾空后踢技术反击,遇到这样的对手时李大勋经常会使用右腿的变线前腿组合技术一般都是多点连击,最后都是接后腿的里合下劈技术。就整体性而言遇到这样的对手比赛一般都会较为激烈,对抗性、竞技性、观赏性都很养眼。

4.1.3. 双方在加赛局(金腿局)时

有 2 场是通过加赛局分出的胜负。从运动员的智能、体能、技能、心能入手分析,由于前 3 局高强度、高负荷的对抗,双方在“体能”上的消耗肯定是相当大甚至是超量透支的。体能是运动员竞技对抗的基本保障之一,那么相当大的程度上影响了双方“技能”运用的有效性和快速性。导致了他们单一技术及连续性动作在速度、力量、准确度、灵敏度上的质量的大打折扣。从一上场就双方注意力就处于高度集中、高度紧张,大脑在高速的运转,时刻在分析对手、调动对手、诱导对手。肯定使得双方对信号在接受及反应速率变得相对加时局前有迟缓甚至可能漏掉时机。

Table 1. Latest race score rules for 2015

表 1. 2015 年最新竞赛得分规则

判分标准	说明
1	正向腿法或直拳击中躯干部且达到电子感应力度标准
3	旋转腿法击中躯干部位或正向腿法击中头部且达到电子感应力度标准
4	旋转腿法击中锁骨以上部位(简称头部)且技术动作正确

在这样的情况下，再分析李大勋的前腿技术与对手出腿技术。通过观看录像，李大勋 2 场都是前腿的侧踢技术得分的。且在未得分之前前腿技术的使用次数占总出腿次数的比重大。笔者分析前腿技术相对后腿技术而言，动作的隐蔽性高动更加节省自身体能的消耗。结合当时的对抗场景，使用的更具有合理性。且侧踢技术属于正面进攻型技术，由于产生了一个作用力和位移发生了变化，导致自身重心平稳的前移，在接触到对手时会造成一个冲击力。导致对手的重心也相应的发生变化，甚至会导致对手重心不稳而倒地扣分。即使对手不会倒地也会使对手由于调整重心不能及时的做出有效的反击技术，这样一来就很难使自己处于被反击的局面。

从表 2 得分所占总体比例来看，前腿技术所占总体比例最高，是他得分取胜的最重要手段之一，因为该技术存在着着力矩短、速度快、动作预兆小这三个主要因素。相对而言后腿技术得分率所占比重小，究其原因分析可得，后腿是我们的基本意识下的自动化动作，速度快且力量大，但在高水平选手之间，后腿技术反而更难得分，原因在于其作用距离过长，动作预兆大，且不容易进行有效的技术动作斜接，产生不了有利的效果。反而会使自身陷入被动防守的不利局面，造成自身心里状态发生不利变化，影响比赛的技战术发挥。

由图反观李大勋的前腿技术十分娴熟，不仅是赛场的制胜利器，所有对手才占 66.67%，自身一人却占 47.83%，可见前腿技术的重要性，同时，他的后腿技术比重也相对所有对手有明显的优势，足以说明前腿技术能够合理有效的带动后腿技术得分，证明了前腿带后腿的组合技术比后腿带前腿的组合技术更加实用，这也使得李大勋能够轻松的把控比赛场上的节奏。

4.2. 统计八场李大勋变线腿法技术分析(仅针对前腿)

通过表 3 的实际数据可得出分析，相对于跆拳道书本中的正规技法前踢、横踢、勾踢、侧踢，与李大勋这样的高水平运动员是存在着一定的出入的。他将这几类腿法在运动路线上发生了一定的变化，通过周期性科学训练，有效的将这几类腿法针对个人形成自我特色。通过分析发现该技术反而使对手无从适应无计可施，有的对手甚至是反应迟缓。

Table 2. Statistics of the overall proportion of Lee Dae-Hoon's and opponent's front and back leg technical scores

表 2. 统计八场李大勋及对手前后腿技术得分的总体比例

腿法技术	得分情况	百分比	其他对手	得分情况
前腿技术	33	47.83%	34	66.67%
后腿技术	22	31.88%	9	17.65%
直拳技术	5	7.25%	5	9.80%
其他	9	13.04%	3	5.88%
总得分	69	100%	51	100%

Table 3. Statistical analysis of Lee Dae-Hoon changing leg methods of eight games (for forelegs only)

表 3. 统计八场李大勋变线腿法技术分析(仅针对前腿)

变线腿法归纳	变线前踢次数	变线横踢次数	得分情况	说明
一点一击	7	45	12	非直线的前踢、横踢技术
多点连击	4	28	15	前腿多元次变向腿法衔接技术
一点多击	12	9	6	结合控腿针对头部在 3 秒内有 2 次以上的进攻

Table 4. Percentage of Lee Dae-Hoon's use of front leg techniques and scoring
表 4. 李大勋使用前腿技术与得分情况的百分比

技术	使用次数	得分情况	得分率
一点一击	52	12	23.08%
多点连击	42	15	35.71%
一点多击	21	6	28.57%

分析该技术特色,得出改变后的技术有点位转化快、动作速率快、节奏变化强、重心变化小、得分频率高。从有效得分情况分析可得,多点连击是李大勋前对技术得分的手段之一,很容易打乱对手的防守节奏让对手丢失分数,从而取得比分上的有利优势。其中重要的 2 场比赛李大勋和对手在比拼到第四局抢金腿的情况下,都是利用其变线技术赢得的比赛。让自己稳稳的将冠军收入囊中。由此可见其前腿技术在比赛中运用的含金量。

4.3. 李大勋使用前腿技术与得分情况的百分比

从表 4 可以看出多点连击的变线行组合技术在对阵时的比分是其一个得分的利器,一点多击针对一个点使用前腿进行至少 2 次以上的连续性进攻的效率相对是较差的。由此可见发展多点连击的变线技术在比赛中有重要作用。

5. 结论与建议

5.1. 结论

通过对李大勋前腿技术的分析,可见这类进攻技术在比赛中是重要的得分手段之一。该技术充分发挥了速度快,距离短,击打力度大且动作隐蔽性强的优势。

李大勋能够赢得比赛与对手的区别在于其前腿技术之间的转换速率和速度相对要快于对手,技术动作的转换快,会使得击打的部位是变化的,并且是快速变化的,对手只要稍不留神出现失误时,就会受到不断的技术动作攻击。很难去迅速化解这种危机时刻。在比赛中不难发现,有的对手也会这种技术,但却得分效果不明显,但李大勋使用时却得分效果明显,究其原因还是一个转换速率的问题。同时这类技术也有着不足之处,绝大多数情况下,李大勋是一只脚离地在空中另一只脚支撑着整个身体的重量,这种情况下其重心靠前,若被对手重击战术击中,会使自身陷入一个十分不利的处境。

5.2. 建议

- 1) 科学系统的提高前腿技术,加强前腿技术多元性,防止对手通过赛前的录像分析后制定有效的战术来遏制自身水平的正常或超常发挥。
- 2) 切实的提高前腿技术的击头意识,国内的运动员击头意识相对保守。新的规则下加上电子护具的投入使用,发现国外的运动员的前腿击头技术和意识都十分的强烈。
- 3) 合理有效的提高前腿技术与后腿技术的快速转化形成组合动作的快速衔接,养成良好的攻防反三位一体式稳固思维。
- 4) 加强前腿的高难度动作练习和创新型技术研究,如李大勋的变线腿法技术,这也可能是比赛中起到防不慎防缩小比分的一个重要因素。

参考文献

- [1] 曾于久. 竞技跆拳道训练[M]. 杭州: 人民体育出版社, 2014.

-
- [2] 高志红, 冯巨涛, 任文岗, 秦志明. 新规则和电子护具的使用对跆拳道技术应用的变化与影响[J]. 中国体育科技, 2010, 46(4): 86-89.
- [3] 朱辉, 薛新轩. 中外男子跆拳道运动员比赛腿法技术运用情况的对比分析[J]. 武汉体育学院学报, 2002, 36(6): 149-150.

知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2169-2556, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ass@hanspub.org