

现代乒乓球战术体系的分类研究

熊志超

锋恒国际体育有限公司，香港

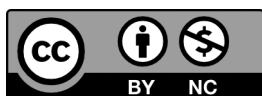
摘要 | 本文系对战术体系构建后的深化探索，核心聚焦于战术的精细化分类。在系统性研究战术体系的过程中，笔者依据体系框架，分类归纳并梳理出八十多种多元且复杂的战术形态，旨在服务于科研人员与教练员的研究训练实践，更关键的是，该成果填补了传统战术领域的空白。研究成果显示：线路变化规律系统的深入剖析催生了47种创新战术；节奏变化规律系统的精妙运用则衍生出19种新策略；旋转变化的规律系统探索贡献了11种战术变招；而主动防守策略的系统化研究，则提炼出5种高效防守战术。这样的分类为现代乒乓球运动注入了前所未有的活力与深度。研究结论强调，此分类体系紧密贴合现代乒乓球运动的实际需求，极大地促进了运动员对战术精髓的理解与掌握。这意味着战术体系这一理论性知识已进化至能够高效转化比赛优势为胜势的阶段，运动员能够精准地将衔接技术规律内化为自身的战术能力，从而在比赛中灵活应变，构筑起坚实的战术基础，为赢得更大胜利铺平道路。

关键词 | 乒乓球战术体系；衔接技术理论；战术分类

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

乒乓球运动员在日复一日的训练中，离不开台面那7条基本线路，正是这些线路构成了他们的技术基石。同样，战术的基础也是建立在这7条线路之上，构成了一个技术与战术并重的平台，在此基础上，笔者以衔接技术理论深入研究并构建乒乓球的战术体系（熊志超，2022）后，不可避免地要涉及战术的归类研究。笔者按照战术体系（线路变化规律、节奏变化规律、旋转变换规律以及主动防守规律等四大系统）进行了分类归纳并梳理出八十多种多元、复杂的战术。而每个系统对运动员来说，都是通过掌握衔接技术规律，深刻理解前后两

板球之间应建立起内在联系。这种内在联系使得战术得以进化为科学规律，进而转化为运动员的战术能力，而非传统地仅仅停留在经验累积的层面。本文正是基于这一目的，旨在通过深入分析乒乓球战术的构成要素及其变化规律，探索战术分类的新思路与新方法。期望通过这一研究，不仅能够为科研人员与教练员提供更加丰富、更加实用的战术资源，还能够为运动员在比赛中灵活运用战术、实现优势向胜势的转化提供有力支持。同时，也希望通过这一努力，为乒乓球运动的战术理论与实践应用贡献一份力量，推动乒乓球运动向着更加科学化、系统化、精细化的方向发展。

作者简介：熊志超，锋恒国际体育有限公司乒乓球训练中心教练，香港教练培训委员会注册高级教练，研究方向：乒乓球训练与理论、乒乓球技战术分析与诊断研究、运动心理学。

文章引用：熊志超. 现代乒乓球战术体系的分类研究 [J]. 中国体育研究, 2024, 6(4): 404-411.

<https://doi.org/10.35534/scps.0604036>

2 乒乓球战术体系分类的理论依据

在进行战术体系分类前，有必要回顾一下乒乓球竞技5要素理论（速度、力量、旋转、弧线和落点）对技战术各个时期的指导作用。理论上讲，竞技5要素都是可以量化的，属于物理和技术范畴（吴焕群等，2009），它们直接关系到每一板击球的技术质量和胜负的可能性。其中前三个要素“速度”“力量”“旋转”属技术元素（熊志超，2022），也叫动力元素（李晓东，2010），第四个“弧线”属保障元素（李晓东，2010），它们在40+时代以前发挥出核心技术的作用，而第五个“落点”元素隐含着战术内涵，所以可称其为战术元素（熊志超，2022）。只是单独一板击球落点仍是技术的体现，没有变化，也就没有战术可言，因此只能屈居于非核心技术层面。

笔者进一步研究发现，当运动员有意识地让两板球以上发生落点的“变化”时，如后面一板与前面一板不同，就会破坏对方的动作惯性，使对方在应变中难受或出现失误，就能激活此战术元素，此乃形成战术的必备条件，也就是构成战术的雏形理论。这是战术元素“落点”的特殊性，它已超出了前人对竞技五要素的研究范畴。因此，现代战术与技术的研究方向是不一样的，战术是指一分球内两板以上球与球或两个以上战术与战术之间应具备落点上的变化。从这个意义上讲，传统战术就是如此“变化”而来的，只是战术发展空间远远不如技术。一板击球的技术质量高者容易得分，尤其是在40+时代以前的小球时代，杀伤力强大，来回球不多，能一板打死的球，谁愿意多打两板，自然催生出力量型选手的优势并一直影响至今；而技术质量稍逊者自然需两板以上，甚至多板才能得分，便产生出技巧型选手。两者的生存条件显然是前者更优，所以长期以来就形成了技术主导比赛胜率的局面，战术的作用相对较小。因此，战术一直以来没有形成科学规律，多基于经验积累，运动员的战术能力在很大程度上受到限制，战术元素“落点”转化为运动员的战术能力效果极其微弱，至今仍然停留在雏形理论的层面。直到40+新时代的到来，给各类型打法的选手带来了更宽松的生存条件，于是笔者引入衔接技术规律，将其上升到构建现代乒乓球战术理论体系的层面（熊志超，2022）。而体系中的每个系统的建立都是依据衔接技术规律把前后两板球之间建立起内在

联系，这种内在联系使得战术元素有效地转化为运动员战术能力，形成了现代乒乓球战术体系的理论依据和科学规律，进而分类归纳和梳理出多元且复杂的战术。

3 乒乓球战术体系的分类

3.1 线路变化规律系统：衍生出47种战术

如果将线路变化的三大类别战术在球台上的正反手位打斜、直线和中间位打小斜、直线等各种情况进行详细划分，可以发展出47种战术。这些战术按照杀伤力和使用频率进行排列，可以分为三类。第一类是“压一边，打另一边”战术，包含4种基本战术，即“单边直线”“单边斜线”“双边直线”和“双边斜线”。这四种战术是传统意义上的“调右压左”或“压左打右”战术。所谓“单边直线”战术是指本方前一板打斜线，对方回斜线时，本方后一板打直线，以后面一板命名，以此类推。这四种基本战术在乒乓球比赛中不仅使用频率极高，而且是其他类战术的基础。从这四种基本战术出发，可以衍生出14种不同的线路变化子战术。

第二类战术是“打两大角杀中路（追身）”，可以衍生出“打一单角，杀中路，再打另一单角战术”“打正手位单角，杀中路，再打正手位单角”“打反手位单角，杀中路，再打反手位单角”等多种子战术，共计24种。这类战术不仅包含了线路变化规律，还蕴含了节奏变化规律的战术内涵。因为打两角实质就是前面的“压一边，打另一边”的四种战术的延伸，所以第二类战术可以理解为线路变化规律战术，也可以认为是节奏变化规律战术，其实就是个双料战术。当中路球还未被打死时，就需要配合打两大角，即第三类战术“打中路杀两大角”，可以衍生出“打中路杀正手位单角”“打中路杀反手位单角”“打中路杀正手位，再打中路杀正手位”（重复战术）、“打中路杀反手位，再打中路杀反手位”（重复战术）、打中路杀一角，再打中路杀另一角等9项子战术。这类战术不仅包含了线路变化规律，还蕴含了节奏变化规律的战术内涵。因为杀两角实质就是前面的“压一边，打另一边”的四种战术的延伸，所以第三类战术同样可以理解为线路变化规律战术，也可以认为是节奏变化规律战术，其实就是个双料战术。

下面以表格的形式总结出衔接技术之一的线路变化规律三大类47项战术（如表1所示）。

表1 乒乓球线路变化规律系统3大类47项衔接战术归纳表

Table 1 Table tennis line change law system 3 categories 47 item conjunction tactics summary table

编号	战术	种类	32项子战术之发展内容
1	单边斜线	逢直回直	A方反手位反手打直线，B方回直线时，A方反手位反手打斜线。
2		逢直回直	A方正手位正手打直线，B方回直线时，A方正手位正手打斜线。
3		逢直变斜	A方反手位反手打直线，B方回斜线时，A方正手位正手打斜线。
4		逢直变斜	A方正手位正手打直线，B方回斜线时，A方反手位反手打斜线。

续表

编号	战术	种类	32项子战术之发展内容	
5	单边直线	逢斜回斜	A方反手在正手位拧斜线, B方回斜线时, A方正手位正手打直线。	
6		逢斜变直	A方反手在正手位拧斜线, B方回直线时, A方反手位反手打直线。	
7		逢斜回斜	A方反手位反手打斜线, B方回斜线时, A方正手位侧身打直线。	
8		逢斜变直	A方反手位反手打斜线, B方回直线时, A方正手位正手打直线。	
9	双边斜线	逢斜变直	A方反手在正手位拧斜线, B方回直线时, A方反手位反手打斜线。	
10		逢斜变直	A方在反手位侧身打斜线, B方回直线时, A方正手位正手打斜线。	
11		逢斜回斜	A方反手在中间位反向打B方正手位小斜线(右手对右手), B方回中路小斜线时, A方等中路反手再打B方反手位小斜线。	
12		逢斜回斜	A方反手在中间位打B方正手位小斜线(右手对左手), B方回中路小斜线时, A方等中路正手打B方反手小斜线。	
13	双边直线	逢直变斜	A方反手位打直线, B方回斜线时, A方正手位正手打直线。	
14		逢直变斜	A方正手位打直线, B方回斜线时, A方反手位反手打直线。	
15	打两大角 杀中路	逢斜回斜	A方打双边斜线两大角, B方回斜线时, A方再杀中路。	
16		逢斜变直	A方打双边斜线两大角, B方回直线时, A方再杀中路。	
17		逢直回直	A方打双边直线两大角, B方回直线时, A方再杀中路。	
18		逢直变斜	A方打双边直线两大角, B方回斜线时, A方再杀中路。	
19		逢直变斜	A方打单边直线两大角, B方回斜线时, A方再杀中路。	
20		逢直回直	A方打单边直线两大角, B方回直线时, A方再杀中路。	
21		逢斜变直	A方打单边斜线两大角, B方回直线时, A方再杀中路。	
22		逢斜回斜	A方打单边斜线两大角, B方回斜线时, A方再杀中路。	
23		逢斜回斜	A方正手位打斜线单角, B方同线回接时, A方再杀中路。	
24		逢斜变直	A方正手位打斜线单角, B方回直线时, A方再杀中路。	
25		逢斜变直	A方反手位打斜线单角, B方回直线时, A方再杀中路。	
26		逢斜回斜	A方反手位打斜线单角, B方同线回接时, A方再杀中路。	
27		逢直变斜	A方正手位打直线单角, B方回斜线时, A方再杀中路。	
28		逢直回直	A方正手位打直线单角, B方同线回接时, A方再杀中路。	
29		逢直回直	A方反手位打直线单角, B方同线回接时, A方再杀中路。	
30		逢直变斜	A方反手位打直线单角, B方回斜线时, A方再杀中路。	
31		逢斜回斜	A方正手位打斜线一角, B方回斜线时, A方杀中路, 再打另一角(小斜线)战术。	
32		逢斜回斜	A方反手位打斜线一角, B方回斜线时, A方杀中路, 再打另一角(直线)战术。	
33		逢斜变直	A方正手位打斜线一角, B方回直线时, A方杀中路, 再打另一角(小斜线)战术。	
34		逢斜变直	A方反手位打斜线一角, B方回直线时, A方杀中路, 再打另一角(小斜线)战术。	
35		逢直变斜	A方正手位打直线一角, B方回斜线时, A方杀中路, 再打另一角(小斜线)战术。	
36		逢直变斜	A方反手位打直线一角, B方回斜线时, A方杀中路, 再打另一角(小斜线)战术。	
37		逢直回直	A方正手位打直线一角, B方回直线时, A方杀中路, 再打另一角(小斜线)战术。	
38		逢直回直	A方反手位打直线一角, B方回直线时, A方杀中路, 再打另一角(小斜线)战术。	
39		打中路杀 两大角		A方正手位突然打中路, B方回中路, A方杀正、反手位大角。
40				A方反手位突然打中路, B方回中路, A方杀反、正手位大角。
41				A方正手位突然打中路, B方回中路, A方杀正手位单角。
42				A方正手位突然打中路, B方回中路, A方杀反手位单角。
43				A方反手位突然打中路, B方回中路, A方杀反手位单角。
44			同线回接	A方反手位突然打中路, B方回中路, A方杀正手位单角。
45				A方正手位突然打中间, B方回中路, A方杀正手位单角, A方正手位再打中间, B方回中路, A方杀正手位单角(重复战术)。
46				A方反手位突然打中间, B方回中路, A方杀反手位单角, A方反手位再打中间, B方回中路, A方杀反手位单角(重复战术)。
47				A方反手位突然打中路, B方回中路, A方杀一角, A方再打中路, B方回中路, A方杀另一角(重复战术)。

这三大类战术紧密关联, 共同构成了“两边”结合“中间”, 再“中间”结合“两边”的战术体系, 环环相扣, 生生不息。

3.2 节奏变化规律系统

经过深入探究, 可衍生出多达19种战术类型。在顶尖运动员间的激烈对决中, 无论是同线回接(“逢斜

回斜”或“逢直回直”)还是异线回接(“逢斜变直”或“逢直变斜”),均存在着节奏变化规律中的“时间差”“速度差”和“位置差”三大战术元素。这些要素通过“极限球”的巧妙运用,能够催生出多样化的节奏变化战术,迫使对手陷入“技术故障”,从而有效实

施战术,置对手于死地,或为接下来的攻击创造有利条件。

下面以表格的形式总结出8种时间差、5种速度差、6种位置差合共19种节奏变化规律战术(如表2所示)。

表2 乒乓球节奏变化规律系统3大类19衔接战术归纳表

Table 2 Summary of 19 cohesive tactics in three categories of table tennis rhythm change rules system

编号	战术	种类	19项子战术之发展内容
1			A方打高质量斜线逼B方只能回斜线,A方再打另一边的战术。
2		时间差	A方打B方从正手至反手小范围手上转换逼出其被动击球出界。
3			A方打B方从反手至正手小范围手上转换逼出其被动击球出界。
4			A方打B方从反手位到正手位大范围脚下移动逼其出技术故障。
5			A方打B方从正手位到反手位大范围脚下移动逼其出技术故障。
6		时间差	A方打B方从左到右小范围正手重心转换弱点逼其被动击球出界。
7			A方打B方从右到左小范围正手重心转换弱点逼其被动击球出界。
8			A方连续杀高球吸短逼B方从中远台进入台内接球,再打长球。
9			A方打直线比B方打斜线短,客观上A方就比B方快。同时也是“逢斜变直”衔接规律。
10			B方反手打斜线至A方反手位时,A方打小斜线至中路比B方斜线短,客观上A方就比B方快,B方被逼到中路后,为A方下一板打两角埋下伏笔。
11	节奏变化	速度差	B方正手位打斜线至A方正手位时,A方正手打小斜线至中路比B方大斜线短,客观上A方就比B方快,B方被逼到中路后,为A方下一板打两角埋下伏笔。
12			AB双方反手斜线相持,A方反手突变B方正手位(直线)比B方前一板斜线快,直接影响B方移位至正手位打斜线,A方等正手位再打B方反手位直线又比B方前一板斜线快,令B方两次相反的方向移动困难而失误。对A方而言这实际上就是双边直线战术。
13			A方反手在正手位台内拉直线比B方反手打回斜线快,A方迅速退台反手位打直线又比B方移动到正手位打回斜或直线快。对A方而言这实际上就是双边直线战术。
14			B方站位反手位打斜线时,A方通过速度差打小斜线至中路逼其回中路产生反手位的位置差,下一板再打反手位。
15			B方习惯站位中间时,A方连续打两角逼其离开中间位再杀中路。
16			B方习惯站位中间时,重复落点打正手位一角抓其习惯性回中路,从其正手位突破。
17		位置差	B方习惯站位中间时,重复落点打反手位一角抓其习惯性回中路,从其反手位突破。
18			B方连续压制A方一边(正手位),逼出其另一边反手位的位置差,再打反手位。
19			B方连续压制A方反手位,就是不打其正手位位置差,而是重复打其反手位落点,B方很好地抓住了A方有顾忌正手位的本能反应。

节奏变化规律战术系统离不开“时间差”“速度差”“位置差”这些战术元素,可以说它们是与战术规律产生关联的媒介。掌握好这些战术元素是提升战术节奏能力的有效途径。因此,运动员一旦拥有了节奏变化规律意识,在运用战术时就自然能把握好前后两板的“第一时间”出击,置对方于“死地”。

3.3 旋转变化规律系统演绎出十一大战术

最新研究表明,旋转变化规律不仅是破坏对方发球与接发球的有力武器,更是预判抢攻并直取得分的秘诀。例如在发球抢攻环节,巧妙运用侧上旋球至对方正、反手

位,能利用对手怕吃转的心理,使其反方向避旋(与来球旋转的同方向接球会吃转),从而实现完美衔接。这需要发球方具备极高的技术水准,否则效果将大打折扣。而在接发球环节,通过反手拧出常规上旋球或反常规下旋球,可令对方措手不及,直接出现失误。此外,利用长胶、防弧胶皮的特异打法的旋转给对方制造困难。在近中远台创造侧上旋,往往能带来出人意料的战术成效,相持过程中将前冲弧圈球改变为加转弧圈球也能取得意想不到的战术效果。这十一大战术,展现了旋转变化规律在乒乓球比赛中的无穷魅力与实战价值。以下都是以右手为例,以表格的形式构建了11条旋转变化规律战术(如表3所示)。

表3 乒乓旋转变化规律系统11项衔接战术归纳表

Table 3 Summary of 11 cohesive tactics in the system of ping-pong rotation change rules

编号	战术种类	11项子战术之发展内容
1	旋转变化规律系统	A方反手发侧上旋球至B方反手位利用其怕吃旋转球而抓反方向避旋转的思维定式等斜线衔接抢攻。
2		A方反手发侧上旋球至B方正手位利用其怕吃旋转球而抓反方向避旋转的思维定式等直线衔接抢攻。

续表

编号	战术种类	11项子战术之发展内容
3		A方正手发侧上旋球至B方反手位利用其怕吃旋转球而抓反方向避旋转的思维定式等直线衔接抢攻。
4		A方正手发侧上旋球至B方正手位利用其怕吃旋转球而抓反方向避旋转的思维定式等斜线衔接抢攻。
5		A方右手或左手持拍者近中远台反手制造侧上旋球至B方台内可利用其怕吃旋转球而抓B方反方向避旋转的思维定式达到衔接目的。
6		A方正手中远台拉出拐弯的侧上旋弧圈球,增加对方的反拉难度,预测其回球路线进行对拉。
7	旋转变化规律系统	A方接发球反手拧出常规上旋球预判B方的回球路线进行反拉。
8		A方接发球反手侧拧出非常规的下旋球令对方吃转直接下网或被B方识破拉起加转弧圈球后预判A方进行反拉回头。
9		利用长胶胶皮的特异打法的旋转给对方制造困难。
10		利用防弧胶皮的特异打法的旋转给对方制造困难。
11		双方中远台相持,本方正手从前冲弧圈球转换为加转弧圈球的过渡令对方吃转。

3.4 主动防守规律系统能够衍生出五个战术类别

经过系统的衔接技术训练,运动员会自然而然地培养出47种线路变化规律、19种节奏变化规律以及11种旋转变化规律的战术意识。值得一提的是,在深入研究这

三大系统的基础上,笔者发现过去常用的“主动防守”战术在前后两个环节也具有衔接效果,因此,它同样可以被视为衔接技术的一种。下面以表格的形式总结出5条主动防守规律战术系统(如表4所示)。

表4 乒乓主动防守规律系统5项衔接战术归纳表

Table 4 Summary of 5 cohesive tactics in the ping-pong active defense law system

编号	战术种类	5项子战术之发展内容
1		A方发长球至某位置诱B方先拉起,大概率预判其回球路线进行反拉。
2		A方接发球劈长诱B方先拉起,大概率预判其回球路线进行反拉。
3		A方台内先拧起来让B方反拉,大概率预判其回球路线,然后A方再对拉逼其进入自己擅长的中远台相持对抗。
4	主动防守规律系统	A方近台连续杀高球突然吸短至对方中路,诱对方进入近台,大概率预判其回球路线为中路,因为对方从后向前扑入台时,不论是正手还是反手,都只能往前打直线,而没有左右方向的活动空间,所以对方很难打出两条斜线大角,下一板就衔接等待打中路附近的来球置对方于死地。
5		本方与对方退至中远台正手斜线相持时主动变化线路为对方中路,然后大概率预判其折返中路时反手也回中路或中路偏反手位,因为对方脚下移动困难(甚至步法不到位)是很难用正手打,因此可排除其正手打斜线至本方正手位,衔接等中路附近打下一板的主动防守战术。

综上所述,从线路变化规律、节奏变化规律、旋转变化规律、主动防守规律四大系统中,研发出82种战术。这些新的战术涵盖并弥补了传统五大类(发球抢攻、对攻、拉攻、搓攻、削攻及削中反攻)战术的空缺,为现代乒乓球运动注入了新的活力。这样的分类更加契合现代乒乓球运动的实际情况,有助于运动员更好地理解并掌握战术精髓。这意味着,战术已经具备了将优势转化为胜势的条件。为了进一步提升运动员的战术能力,必须全面推广战术体系,并通过科学的方法,引导运动员深入学习和掌握这些战术知识。只有如此,运动员才能在比赛中更加自信地施展战术,精准地将战术体系这种衔接技术规律转化为运动员的战术能力,这不仅为他们在比赛中灵活运用战术奠定坚实的基础,更将助力他们赢得更大的胜利。

4 乒乓球战术体系转化为运动员实战化应用的培养与优化

乒乓球战术体系实现向运动员实战化应用的转化,实际上就是要培养衔接技术意识,重点在于打破传统战

术过度依赖个人经验积累的状况,改变对球与球之间、战术与战术之间微妙内在联系理解不深以及缺乏完整战术体系的落后局面。

正因如此,即便对于顶尖运动员而言,若没有掌握好衔接技术规律,就难以全面掌控并良好运用战术。特别是在涉及身体解剖结构影响运动员步法到位程度的两个战术元素“逢直回直”和“逢斜变直”时,更需要进行细致入微的把控。笔者在此抛砖引玉,以这两个战术元素为例着手来培养和优化衔接技术意识。如果训练得当,培养出衔接技术意识就能助力运动员在前后两板之间做出精准判断,进而转化为两个战术。道理其实很简单,步法不到位是生理所限不可抗拒的客观规律,笔者正是利用这个规律,在前一板逼出对方步法不到位时,就必然能精准判断出后面一板对方的回球路线,这就是内在联系,此乃打直线时的“逢直回直”和打斜线时的“逢斜变直”衔接技术理论。然而,在未接受衔接技术训练之前,运动员是无法做到的。但只要专业运动员掌握衔接技术规律,并以如下的两个训练处方进行训练,就能培养出这两种衔接技术意识。

4.1 打斜线时的“逢斜变直”衔接技术规律转化为双边斜线战术训练处方

研究方法：为专业运动员进行衔接技术理论的指导，介绍这两个衔接技术规律的定义，然后对他们进行点拨和设计技战术对抗对话框（如表5所示）并以此对话框内容进行训练。

研究目的：旨在为战术领域的研究和教学提供有益的参考。

在训练现场上，实施“逢斜变直”衔接技术规律的关键在于运动员A对对手运动员B移动破绽的敏锐捕捉。实现衔接技术规律转化为“压一边打另一边”的双边斜线战术，即在第二板时突然拧出斜线极限球，使得运动员B在第三板时因步法不到位而被迫选择回击直线。这正是“逢

斜变直”衔接规律的精髓所在，使得运动员A第四板实现精准衔接（实现双边斜线战术）。所谓“逢斜变直”，就是运动员A第二板拧斜线，就已经知道运动员B第三板必回直线，运动员A第四板就提前等在反手位，反手再打斜线，其前后两板的内在联系就是基于运动员B的步法不到位。

在成功地执行了第一次“逢斜变直”后，运动员A继续利用这一战术规律，也就是第四板打的斜线球实际上也是个极限球，迫使运动员B在第五板在返回反手位时同样因步法不到位而只能回击直线。运动员A第六板早已等在正手位打斜线一击制胜。

研究结果：掌握衔接技术规律后，通过训练实践就能形成意识，战术元素“逢斜变直”最终转化为运动员A“压一边打另一边”的两个双边斜线战术。

表5 双方运动员技战术对抗视频对话框示意图

Table 5 Schematic diagram of video dialogue boxes for technical and tactical confrontations between athletes from both teams

人员	内容
运动员 B	1. 发短下旋球至对方正手位
运动员 A	2. 入台正手位反手拧拉斜线大角（突然，是个极限球）
运动员 B	3. 交叉扑右正手打直线（步法不到位只能打直线）
运动员 A	4. 提前等反手位反手打斜线（第2、4板构成双边斜线战术，其内在联系就是步法不到位只能打直线）
运动员 B	5. 反交叉扑反手位打直线（步法不到位只能打直线）
运动员 A	6. 提前等正手位正手打斜线从对方正手位突破（第4、6板又构成双边斜线战术，其内在联系也是步法不到位只能打直线）

4.2 打直线时的“逢直回直”衔接技术规律转化为单边斜线战术训练处方

在训练现场，运动员D成功运用“逢直回直”衔接技术的关键，在于其精准捕捉对手运动员C移动中的细微破绽。他巧妙施展主动防守战术，在第二板时精准劈出小斜线（诱饵）至运动员C的中间偏反手位，诱使对手在第三板侧身率先发起攻击。紧接着，运动员D在第四板时大概率预判对手回球为斜线（内在联系就是第二板的劈长直线这个诱饵效应），并迅速在第四板以反手反拉变直线回击，这一极限球的操作直接命中运动员C的正手位空档。这一连串高质量的连贯动作，使得运动员C在第五板时不得不交叉扑向右方，由于时间紧迫，他无法完成小垫步过渡，无暇施展完整的技术动作，导致步法不到

位，只能被迫打出直线。这正是“逢直回直”衔接技术的核心所在（内在联系就是运动员D第四板变直线令运动员C步法不到位），运动员D心领神会，精准判断出对方的直线回球，为第六板等在反手位反手第一时间打斜线一击制胜奠定基础。具体对抗对话框如表6所示。

研究结果：掌握衔接技术规律后，通过训练实践就能形成意识，战术元素“逢直回直”最终转化为运动员D的“压一边打另一边”的单边斜线战术。

研究结论：以上两个案例分析了衔接技术意识的培养，实质上是通过掌握衔接技术规律后，运动员不论是在日常训练还是激烈的比赛中，都能自然而然地在前后两板球之间建立内在联系，这种内在联系使得战术元素得以真正转化为运动员的战术能力。

表6 双方运动员技战术对抗视频对话框示意图

Table 6 Schematic diagram of video dialogue boxes for technical and tactical confrontation between athletes from both teams

人员	内容
运动员 C	1. 发短下旋至对方中路偏正手位
运动员 D	2. 入台正手劈直线至对方中间偏反手位（这是诱饵）
运动员 C	3. 侧身正手拉斜线（大概率）
运动员 D	4. 反手变直线（第2、4板构成主动防守战术，内在联系就是诱饵效应，这第4板是个极限球。）
运动员 C	5. 交叉扑右打直线（步法不到位只能打直线）
运动员 D	6. 等反手位反手打斜线从对方反手位突破。（第4、6板构成单边斜线战术，其内在联系就是步法不到位只能打直线）

5 讨论

为何传统战术长期以来都是依赖教练员的个人经验以及运动员在比赛中的经验积累,始终未能形成科学的训练规律呢?在笔者看来,原因主要有以下几点:其一,在40+时代以前,特别是小球时代,乒乓球的杀伤力极强,来回球较少,技术主导了比赛的胜率,战术所能发挥的作用自然就很小。其二,在那个时期,战术尚未形成科学的训练规律,也没有构建起独立的体系。正如梁焯辉教练(1985)所说:“传统技、战术训练在内容和方法上尚未被严格区分,许多练习方法既能够被视作技术训练的方法,也能够被认为是战术训练方法。这使得技术训练和战术训练的比例难以合理安排,进而影响了技战术训练质量的提升。”由此可见,当时的战术是依附于技术体系之中进行训练的,战术的作用远不及技术,比赛更多的是双方在技术基本功方面的对抗。从梁教练的话语当中或多或少能够感受到他对独立战术体系的渴望。其三,我国乒乓球成绩一直颇为出色,虽然近年来外协进步显著,已对我国乒乓球队构成威胁,但在外协尚未超越我国乒乓球队的情况下,不会轻易改变传统原有的训练模式。

所以,乒乓球战术训练在短期内很难改变现有的训练模式,依靠教练员的个人经验对运动员进行指导以及运动员自身在比赛中积累战术经验的情况还会持续一段时间,从新的战术体系理论知识转化为运动员的实战应用,还有很长的路要走。

6 结论与建议

在对战术体系进行深入研究并构建之后,不可

避免地会涉及战术的归类研究。笔者依据战术体系(包括线路变化规律、节奏变化规律、旋转变换规律以及主动防守规律等四大系统)(熊志超,2022),进行了分类归纳,梳理出了八十多种多元、复杂且各式各样的战术。这种分类为现代乒乓球运动注入了前所未有的活力与深度。研究结论指出,战术体系的分类紧密契合现代乒乓球运动的实际需求,极大地推动了运动员对战术精髓的理解和掌握。这表明,现代战术已经发展到能够将优势高效转化为胜势的阶段,运动员能够将衔接技术意识精准地内化为自身的战术能力。要培养这种战术意识,关键在于新构建的战术体系的实践运用。鉴于此,强烈建议广泛推广新的战术体系,以助力运动员更好地适应新时代的竞技环境,提升整体战术水平,在比赛中灵活应对,筑牢坚实的战术基础,为夺取更大的胜利铺平道路。

参考文献

- [1] 熊志超. 让衔接技术理论开启乒乓球运动员的战术思维[M]. 沈阳: 东北大学出版社, 2022: 7, 28-41, 57-58.
- [2] 吴焕群, 张晓蓬. 中国乒乓球竞技制胜规律的科学研究与创新实践[M]. 北京: 人民体育出版社, 2009: 32.
- [3] 李晓东. 现代乒乓球制胜之道(上)[J]. 乒乓世界, 2010(1): 98.
- [4] 梁焯辉. 有关乒乓球技术训练和战术训练区分的研究[J]. 中国体育科技, 1985(1).

A Classified Study on the Tactical System of Modern Table Tennis

Chi Chiu Hung

Feng Heng International Sports Limited, Hong Kong

Abstract: This paper is a deep exploration of the tactical system after the construction, the core focus on the refined classification of tactics. In the process of systematically studying the tactical system, the author classifies and sorts out more than 80 diversified and complex tactical forms according to the system framework, aiming to not only serve the research and training practice of researchers and coaches, but more importantly, fill the gap in the traditional tactical field. The research results show that the in-depth analysis of the circuit change law system has spawned 47 innovative tactics; The subtle application of rhythm change rule system derived 19 new strategies; The systematic exploration of rotation changes contributed 11 kinds of tactical changes; The systematic study of active defensive strategy has extracted 5 kinds of efficient defensive tactics. This classification has injected unprecedented vitality and depth into modern table tennis. The conclusion of the study emphasizes that this classification system is closely in line with the actual needs of modern table tennis and greatly promotes the players' understanding and mastery of the tactical essence. This means that the theoretical knowledge of the tactical system has evolved to the stage where it can efficiently transform competition advantages into victory, and athletes can accurately internalize the cohesion technology law into their own tactical ability, so as to flexibly adapt in the competition, build a solid tactical foundation, and pave the way for greater victories.

Key words: Table tennis tactical system; Cohesion technology theory; Tactical classification