



2022年亞洲成人角力錦標賽希羅式得分技術之探討

林銘軒¹、林吉福²、趙榮瑞³

¹國立臺灣體育運動大學 競技運動學系 ²國立臺灣體育運動大學 競技運動學系 ³國立臺灣體育運動大學 球類運動學系

前言

角力運動被公認為世界上最早的競技運動，將近一千年在古代奧運會裡都是主要比賽項目之一，在現代奧運會裡佔有相當大的比重，一共有18面金牌數。角力技術動作變化非常多，根據國際角力總會指出，角力攻擊動作命名的有300多種，而沒有命名的卻不計其數，而哪些動作在現今的角力比賽規則中是最適合最容易得分的，是非常值得探討的議題。

目的

- 一、2022年亞洲成人角力錦標賽競技得分方式之分析
- 二、2022年亞洲成人角力錦標賽競技得分時間之分析
- 三、2022年亞洲成人角力錦標賽競技得分技術動作之分析

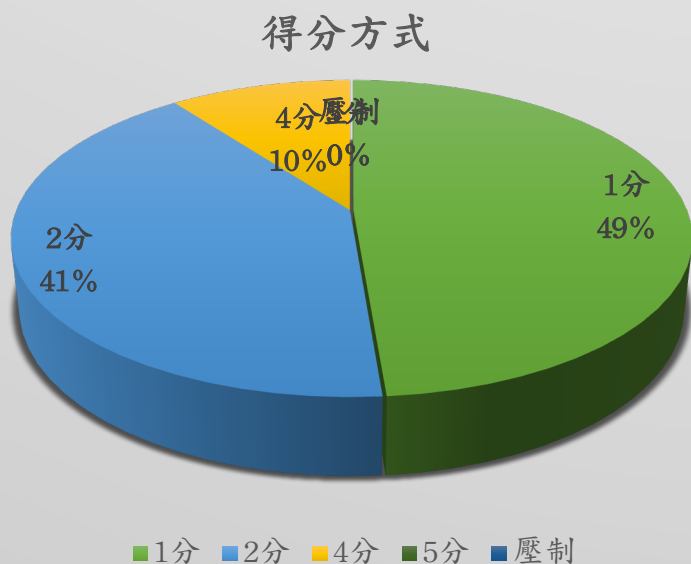
方法

則透過United World Wrestling國際角力總會網路直播，利用TV及電腦錄製影像，經放慢速度觀看，進行相關數據記錄比對及量化，並採用描述性統計，加以分析探討。

結果

一、2022年亞洲成人角力錦標賽競技得分方式之分析。

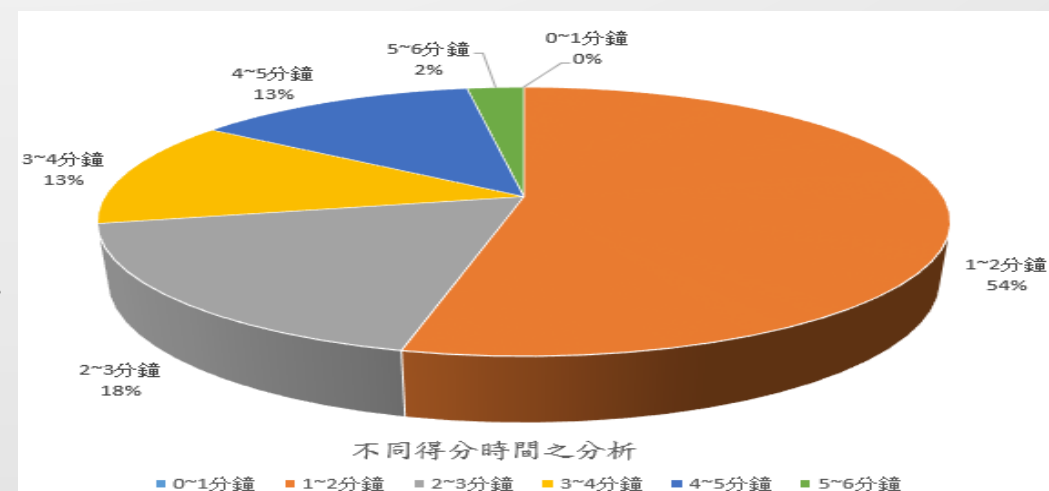
在2022年亞洲成人角力錦標賽希羅式87公斤級8位選手，共計9場賽事之分析，經數據量化後(如圖一)，1分次數共有19次、2分次數共有16次、4分次數共有4次、5分及壓制未出現。依目前亞洲希羅式中重量級的角力趨勢，搶手壓迫戰術在比賽中已經是競技過程首要任務及核心，爾後是搶到1分消極判罰地板之後的地板技術運用。角力比賽中競爭都非常之激烈，尤其在比賽中攻守上均都是嚴陣以待，每位選手都有先搶到消極判罰地板才能取得勝利之觀念。因此在立姿狀態上都採用搶手壓迫技術動作，在此次比賽中是經常採取搶拿1分之最佳手段之一。



圖一：為2022年亞洲成人角力錦標賽競技過程之得分方式百分比

二、2022年亞洲成人角力錦標賽競技得分時間之分析

全部9場賽事得分時間之分析中，全程共分為兩回合，每回合三分鐘，以每分鐘一個單元，則分為六個單元(如圖二):在1~2分鐘，佔54%為最多、其次2~3分鐘佔18%、3~4分鐘佔13%、4~5分鐘佔13%、5~6分鐘則佔2%。希羅式常見的戰術擬定，在0~1分鐘都處於較保守狀態，由於規則關係要提高比賽精彩度，所以在1~2分鐘之間0比0情況，裁判必須判罰一方消極到地板接受對手施作攻擊技術，一場比賽中如能掌握兩關鍵(一).搶到消極使對手受罰臥地。(二).把握地板施作技術的優勢，必能提高獲勝機率。



圖二：2022年亞洲成人角力錦標賽競技得分時間之百分比

三、2022年亞洲成人角力錦標賽競技得分動作之分析

在全部9場比賽中，以消極罰地板佔29%為最多，其次為滾橋、地板側拋摔、攻擊出界及繞背後。由於規則要提高比賽精彩度，所以在1~2分鐘之間0比0情況，裁判必須判罰一方消極到地板，接受對手施作攻擊技術，故這個區域得分最高。其次是地板後的攻擊技術，滾橋相較於下地板側拋摔花費的力量較少，故在希羅式比賽中，是非常重要的得分技術之一。

結論與建議

希羅式角力比賽現況趨勢中，因規則特殊性，大家0~1分鐘戰術擬定採用保守策略，待其中一方被判罰下地板後，才會有主動積極的態度，發揮技術。九場比賽中幾乎都是以這樣的模式獲勝，所以如欲提高獲勝機率。在訓練時，應要求選手開賽時，即盡力搶手壓迫取得優勢，讓對手下到地板後，要能大量取分。如果是我方被判罰，也必須具有良好地板防守能力，方能再下一回攻守交換情況中逆轉戰局。

文獻探討(略)