

# 网球单打过程中的战术与常用打法

李慧敏

天津师范大学体育科学学院, 天津

收稿日期: 2022年10月31日; 录用日期: 2022年11月30日; 发布日期: 2022年12月7日

## 摘要

本文通过运用文献资料, 视频观看及逻辑分析等方法, 分析了有关网球单打战术的相关信息, 主要从发球, 接发和相持三个方面进行研究, 并分析这三个阶段所使用的常用打法, 旨在了解更多有关网球战术的发展并为提高网球技术奠定理论基础; 大多数网球战术的研究都与技术相结合, 单打运动员在战术的运用方面需要有较强的适应能力和独立作战的能力以及冷静思考的头脑; 在应对不同类型打法的运动员时, 要善于观察, 富于变化, 根据自己的技战术特点, 把自身的技术与各种战术有机地结合并合理地运用。

## 关键词

网球, 单打战术, 常用打法

# Tactics and Common Playing Methods in Tennis Singles

Huimin Li

College of Sports Science, Tianjin Normal University, Tianjin

Received: Oct. 31<sup>st</sup>, 2022; accepted: Nov. 30<sup>th</sup>, 2022; published: Dec. 7<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

By using the methods of literature, video watching and logical analysis, this paper analyzes the relevant information about tennis singles tactics, mainly from the three aspects of serving, receiving and stalemate, and analyzes the common playing methods used in these three stages, in order to understand more about the development of tennis tactics and lay a theoretical foundation for improving tennis technology; most tennis tactics research is combined with technology. The application of singles tactics requires athletes to have the ability to fight independently, calm mind and strong adaptability; when dealing with different types of players, we should be good at observa-

tion, rich in change, and combine various tactics organically and reasonably according to our own technical and tactical characteristics.

## Keywords

Tennis, Singles Tactics, Common Playing Methods

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

## 1. 前言

近年来,随着我国体育事业的不断发展,网球运动已经在我国取得了较大的进步,网球项目作为世界职业化程度较高的项目,每年从1月至11月平均职业赛事超过60项,持续约为45周,为获得更多的积分和奖金,运动员通常需要努力参加由国际网球联合会(ITF)、国际男子职业网球协会(ATP)和国际女子网球协会(WTA)组织的各项比赛。而为了更好地推广网球比赛,网球协会对排名靠前的运动员提出强制规定,以男子比赛为例,排名前30的运动员,除参加四大满贯赛事外,还应参加6项世界巡回赛1000大师赛,4项ATP巡回赛500赛以及2站低级别赛事(ATP世界巡回赛250赛或挑战赛)。此外,部分运动员还需代表国家参加团体比赛,例如戴维斯杯、联合会杯和奥运会,这使得职业网球运动员几乎整年都处于比赛期,再加上舟车劳顿、调整时差的影响,以及比赛环境、场地气候等因素的差异,对运动员各方面的适应能力、竞技能力都提出了较高的要求。[1]因此,在比赛中采用适宜的战术,利用场地差异、结合自身优势、针对对手弱点,合理安排体能,充分发挥技术能力,是运动员取得优异的成绩不可忽视的重要因素。

## 2. 发球阶段的战术

在网球比赛中,发球是唯一不受对手控制的技术,也是最有效的得分手段。在单打比赛中,优质的发球不仅能够为自己赢得进攻主动权,更为后续技战术组合与顺利实施提供稳定的保障;要取得最后的胜利,网球的一发进球率是至关重要的,一发进球率越高,获胜的概率越大。高水平的网球运动员通常通过高质量的发球获取优势,进而拿下比赛。通过统计双方的一发进球率、双误和ACE球等数据可以更直观地显示双方的发球状态。[2]

整个网球场以中线为界纵向分为一(右)区和二(左)区两个区域,一区和二区发球角度的选择均有3种,即内角、外角和追身(中路),根据对手接发球的站位以及惯用手,合理的选择发球角度,攻其不备亦或是让对手在移动中接发球,能够极大地增强对手接发的难度的同时为自己获得抢攻阶段的主动权创造机会。一般来讲,发外角能够将接发方调离场外,发球方可以利用调动对手产生的巨大空档轻松拿下比分,而发内角虽然相对容易被接发,但由于距离短球速更快,结合对手的站位及惯用手也能取得不错的效果,中路则更多的被当作是二发时的保守选择。

就男子而言,梁双强(2017)对8名2015年ATP年终总决赛男性运动员的发球阶段战术进行研究发现一发过程中运动员普遍偏向外角,而二发主要是发追身球或对手的反手位,同时一发得分率高于二发得分率;进一步分析落点与得失分的关系发现,发外角容易直接得分,但中路球更有利于为下一板创造机会。

### 3. 接发球阶段的战术

在网球比赛中,发球与接发球是相对应的,均为争夺每一分时技战术运用的起点,在战术体系中处于同等位置。如今,世界高水平网球运动员的发球技术越来越强,也对接发球技术提出了更高的要求。接发球是攻防转换的首要手段,高水平的接发可以有效地将被动转化为主动,其战术意义主要在于化解对方的发球优势、破坏其进攻策略,并为后续以防转攻创造条件。在接发时,面对对方发球质量较低时,一般会使用正反手的抽球,给发球方一定的回球压力,而面对对方发球质量较高,难以做到接球的同时施加压力甚至难以接到球时,一般采用防守性的回击,即推挡或是切削。

根据不同对手发球特点合理调整站位,有利于完成高质量的接发球,高质量的接发球是实现在接发过程中由防守转向进攻的前提条件。在对手第一发球力量大、速度快、质量高时仍然可以得到较高的接一发得分率,这就可以反映出运动员良好的接发技术以及战术运用效果。发球员在第二发球时往往会降低球速、加强落点与旋转的控制,这样战术的改变考验着接发球员的接发球技术水平以及战术执行能力。

接发球方式的选择很大程度上取决于对手发球的质量,因此我们应该辩证地讨论,接发方式的选择首先是受对手发球质量的影响,其次才是受自己回球意图的影响,面对对手强力的发球,推挡应是最佳选择,其因有两点:一是相比抽球,选择推挡更加保险,而且能够降低接发失误的可能;二是能够将球原线路击回底线,遵循“从哪里来到哪里去”,在一定程度上限制了发球发第三拍抢攻及回球角度。[3]

### 4. 相持阶段的战术

在对阵双方从进行发球和接发球的对攻之后,发球方的优势变得慢慢降低,接发球的劣势也将渐渐变得不那么明显,双方进入一个相对攻防平衡的阶段,底线的威胁性与稳定性变得越来越重要。持拍隔网对抗项群的比赛过程中,由于对抗双方运动员的每一次击球既能得分亦能失分,对抗进行中一旦出现击球失误,竞技过程即告结束。

从相持过程中来看,虽然男性击球速度更快,击球轨迹更平,底线的击球次数更多,但男女之间的底线击球的频率相似,不论男单还是女单,有超过 60% 的比赛会在前 4 拍结束战斗。[4]

从 2021 年美网男单决赛来看,德约科维奇拥有超强的底线相持能力,在比赛中他往往会主动将比赛拉入相持模式,在相持中通过线路变化为自己制造优势,而其常在比赛时以“让一追三”的策略赢得比赛,即在第一盘放心大胆地打,找到最适合的竞技状态,第二盘开始全力进攻,这样的打法风格和作战思路无疑拉长了一场比赛的时间,也使得其在一站比赛中花费更多时间和精力;而梅德韦杰夫的底线技术也十分突出,其正手抽球有力度有角度,常能够在相持中找准机会主动进攻拿下比分,与德约科维奇相比,梅德韦杰夫在比赛中更具侵略性,伺机进攻、主动得分,从而节省更多的体力和时间。[5]

## 5. 常用打法

### 5.1. 上网型打法

#### 1) 发球上网战术

发球上网这一战术,对于网球运动员来说必须要具备速度快且成功率极高的第一发球技术,发球上网战术是利用运动员第一发球的速度与力量对对手进行主动进攻,在一发结束后迅速上网抢攻的一项重要技术,这也是这种打法的选手在网球比赛中得分的手段之一;在运用这项战术的过程中需要注意发球时,运动员的重心要由下往上升,击球点要靠前,这样做更有利于重心前移,迅速上网,并且在上网的同时还需要判断对方来球的路线,在对方击球瞬间运动员需要急停并做出准确的判断,然后迅速启动上网截击。运动员第一发球的准确率要高,这样才能够发挥出上网的优势,同时为上网得分创造有利条件。

## 2) 随球上网战术

随球上网战术是双方在底线正反手对攻时相持不下，偶然出现速度较低，质量较差的球时，选择运用正，反手抽击球，然后迅速随球上网反击的一项战术；在运用这项战术时需要注意：步法启动速度要快，采取迎上高点击球的打法，往对方的空档处击球；击球时既要质量好，也要成功率高，这样才能够有利于网前的进攻；运动员要根据对方击球的斜线或直线的落点，人随着球运动，迅速贴近网前进行封网。

## 3) 接发球上网战术

运动员在接发球时必须积极主动，判断来球，抢先上网，需利用各种快速多变的技战术来接发球，尤其是在接对方的第二发球时，其球速相较于一发要慢，力量也较小，这时便可采取抢攻上网或推切上网的战术进行反攻。运用这项战术时需要注意：在对方回球反击时，运动员应准确判断并迅速进入底线内，准备迎接球，判断来球位置，快速的调整自己与球的距离，引拍动作的幅度要小，借助球的反弹力及自身的力量，做高点击球。击球完成后，根据球的飞行路线及落点，迅速移动，随球上网，并完成接发球上网截击战术。

## 5.2. 底线型打法

### 1) 对攻战术

底线型打法的对攻战术，双方运动员通过在底线的正、反手抽击球的连续猛烈的进攻，并充分运用网球场地的长度和宽度条件配合速度和落点的变化展开阵地厮杀战，力争主动，获得机会达到攻击对方，调动对方，最后控制对方的目的。所以运动员在运用这项战术时，首先是要压制住对手，最大幅度的调动对方运动员的跑动距离，并通过底线正、反手抽击球的力量、旋转及速度去攻击对手的弱点，同时寻找机会进攻得分，一招致胜。<sup>[6]</sup>

### 2) 拉攻战术

在底线型打法中，拉攻战术是比较普遍的一种战术。这种战术与对攻战术不同的是，它是利用底线的正、反手拉上旋球或者反拍切削球的技术促使对方左右跑动，一旦使对方运动员未能及时回位，出现绝杀机会，立即给予致命一击。

### 3) 紧逼战术

紧逼战术在底线型打法中就是在比赛中，运动员将场上的节奏带的非常紧张且快速。这无形中就给对手施加了压力，打破对手的击球节奏，以此达到自己得分目的。这种打法是较优秀且厉害的运动员们经常使用的一种战术。紧逼战术主要是发挥运动员其坚实的底线正、反手抽击球技术，通过对球速度，角度及落点的控制，让对手进入一种紧张的环境中，一步步紧逼对方，从而达到攻击对方，使对方处于劣势的目的。

### 4) 防守反击战术

在底线型打法中，防守反击战术拥有很重要的地位，在运用此战术时，运动员需要利用良好的底线控制球的能力，在做好防守的同时能够进行反击，发挥判断敏捷、反应快速，步法灵活、体力充沛，击球准确等各方面的特点，有效调动对方，打破对方的战术，并达到在防守中寻找机会进行反击的目的。

## 5.3. 全面型打法

全面型打法就是要求运动员无论在球场的任何地方都能将球处理好，并且能够灵活的运用各种战术，还可以将各种技战术有效的进行结合并在比赛时发挥出来。全面型打法要求运动员的各项技术都要均衡，例如发球上网、底线进攻、中场进攻以及在防守时也能保持击球不失误等；对一名全面型打法的选手来

说, 在比赛时不需要什么必胜的战术, 只要能够灵活运用自己已掌握的各项战术即可。

## 6. 总结

本篇文章总结了网球单打几个阶段的战术及打法, 发球阶段, 接发球阶段和相持阶段, 每个阶段都有不同的战术与打法, 总之使用战术的目的就是想出其不意地战胜对手, 赢得比赛的胜利。希望本篇文章能给网球运动者提供一些参考, 虽不全面, 但求有益。

## 参考文献

- [1] 杜裕, 冯度. 近十年国内外网球战术研究综述[J]. 山东体育科技, 2020, 42(5): 17-22.  
<https://doi.org/10.3969/j.issn.1009-9840.2020.05.004>
- [2] 张鹏鹏, 侯非凡, 高宇. 2020 年澳大利亚网球公开赛男子单打决赛技战术分析[J]. 青少年体育, 2021(5): 65-66, 54. <https://doi.org/10.3969/j.issn.2095-4581.2021.05.019>
- [3] 袁存光, 程杰. 新生代网球运动员兹维列夫技战术特征研究[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2021, 39(6): 78-85.  
<https://doi.org/10.3969/j.issn.1008-2808.2021.06.013>
- [4] 邱晓磊. 新生代优秀男子网球运动员硬地赛事相持阶段技战术运用研究[J]. 兰州文理学院学报(自然科学版), 2021, 35(6): 95-102, 123.
- [5] 吴杰, 胡乔, 金成. 2021 年美国网球公开赛男单决赛技战术分析[J]. 湖北体育科技, 2022, 41(3): 258-261, 266.  
<https://doi.org/10.3969/j.issn.1003-983X.2022.03.015>
- [6] 李亮, 施晓华. 硬地场优秀网球单打运动员技、战术能力研究[J]. 中国体育科技, 2014(6): 79-85, 140.  
<https://doi.org/10.3969/j.issn.1002-9826.2014.06.012>