

2013 世界盃男子拳擊錦標賽攻擊拳路分析

林明佳/臺北市立大學技擊運動學系
邱柏偉/臺北市立大學運動教育研究所
王文宜/臺北市立大學運動教育研究所

通訊作者：王文宜

服務單位地址：11153 臺北市士林區忠誠路二段 101 號

電子郵件：wenyiwang1225@gmail.com

摘 要

本研究針對 2013 年世界盃男子拳擊錦標賽之冠亞軍選手使用拳路、每回合每種拳路使用數進行一連串分析與討論，研究樣本以進入冠亞軍決賽之選手進行分析與討論，總計 20 名，分別以不同量級、不同回合的刺拳、主直拳、左鉤拳、右鉤拳、左上鉤拳、右上鉤拳等六個拳路使用次數分配及百分比的差異情形。依據中華民國拳擊協會派員於比賽會場中進行十場決賽之實況錄影為資料，聘請國際級裁判二位，將十場場決賽現場之實況錄影，透過共同討論與判斷其拳路之後，逐一記錄。一週後，再次進行重測，重測信度高達百分之百。研究結果發現：(一)各不同量級在六個拳路的使用上具有顯著差異，以刺拳、主直拳以及左鉤拳等顯著多於其它拳路。(二)各不同回合在六個拳路的攻擊使用上具有顯著差異，以刺拳、主直拳以及左鉤拳等顯著多於其它拳路。因此各不同量級在刺拳、主直拳、左鉤拳的訓練百分比上，在輕量級依序約為 40%、40%、10%，中量級 30%、30%、20%，重量級 35%、30%、15%。各不同回合在刺拳、主直拳、左鉤拳的攻擊訓練百分比上，第一回合依序約為 40%、35%、15%，第二回合 30%、35%、15%，第三回合 35%、30%、20%。結論：本研究透過 2013 年世界盃男子拳擊錦標賽選手攻擊拳路分析，期能提供國內教練，在訓練國內選手時進攻拳路之運用，使本國選手能在往後賽事中，奪得獎牌。

關鍵詞：拳擊、左鉤拳、量級、回合

壹、緒論

男子拳擊一直以來都是拳擊比賽的焦點，也是亞、奧會正式比賽項目之一，雖然拳擊運動在國內不比其它運動活躍，但近期屢屢贏得佳績，已逐漸被國人們所重視。回顧過往在亞洲區賽事中，雖我國男子選手屢創佳績，如在2009年亞洲盃青年拳擊錦標賽也拿下了兩面銅牌；2011中國國際拳擊公開賽拿下了一面銀牌；2011年亞洲盃拳擊錦標賽中就奪下兩面銅牌；2012年台灣城市盃國際邀請賽分別獲得一面金牌與銀牌等，然而每每卻在世界盃拳擊錦標賽中成績止步，無法突破，此原因為何？仍值得探究。倘若能藉由此次研究發現問題癥結，找出原因，相信未來我國男子選手在世界盃拳擊錦標賽奪下金牌的機會將不是夢想。

日前拳擊研究漸漸朝向以攻擊技術分析為導向，研究方向大部分是針對進入決賽各量級選手之出拳攻擊率分析以及總拳數分配情形、組合拳的分配以及攻擊率與得分的相關做探討。如在男子拳擊攻擊技術分析方面，陳怡舟（2002）在第九屆亞洲盃青年拳擊錦標賽攻擊技術分析之研究發現，級量越重不表示出拳數越少，相反的由於步伐位慢，短兵相接使得出拳次數大大增加。其次，不同量級的選手在比賽出拳數仍維持特定範圍，以及技術取向分析已經漸為導向。另外，陳怡舟、洪廷諤（2006）在探討世界拳擊錦標賽攻、防多樣要素分析也提到，在世界拳擊賽中出拳模式中在打擊方面刺拳較多，且發現出拳多並不代表就必然會獲勝。同理，陳怡舟、傅文賢（2006）高中男子組拳擊攻、防多樣要素分析以及賴鍾桔、高明峰（2009）第一屆國際拳總主席盃拳擊錦標賽攻擊技術分析等相關研究亦有相同見解。

綜上所述，攻擊數量並非最重要致勝關鍵，反倒是攻擊拳路與防守技術方面的應用，會對比賽有所影響。然而何種拳路為最佳攻擊策略？仍有待再次釐清。因此，筆者將藉由2013年世界盃男子拳擊錦標賽進入冠、亞軍決賽之選手的攻擊拳路加以記錄與分析，並針對勝敗兩種結果比較不同量級、不同回合的六個拳路之間的差異性，期望透過此次比賽之勝敗選手攻擊拳路模式進行分析與瞭解，提供未來國內參加世界盃錦標賽之男子選手在拳路攻擊技術作為參考依據。

本研究之名詞解釋是採陳怡舟（2002）對亞洲青年拳擊錦標賽所提出之操作性定義。（一）刺拳(jab)：在基本的拳擊架式 (on-guard position) 下，位於前方的手臂朝身體的矢狀面(sagittal plane) 方向快速的伸直或不完全伸直所擊出的拳。（二）主直拳(straight)：在基本的拳擊架式下位於後方之手臂，朝身體的矢狀面方向快速的伸直或不完全伸直所擊出的拳。（三）左鉤拳（前）(left hook)：在標準拳擊姿勢下，位於前方之手臂曲屈手腕旋前 (pronate) 沿著身體的水平面，肩關節內旋 (internal rotation) 由身體外側向身體內側 (medial) 方向快速移動的拳。（四）右鉤拳（後）(right hook)：在標準拳擊姿勢下，位於後方之手臂曲屈手腕旋前沿著身體的水平面，肩關節內旋由身體外側向身體內側 (medial) 方向呈曲線快速移動的拳。（五）左上鉤拳 (upper cut)：在標準拳擊姿勢下，位於前方之手臂曲屈沿著身體的垂直面，肩關節曲屈 (flexion) 由身體下方向身體上方呈曲線移動的拳。（六）右上鉤拳：在標準拳擊姿勢下，位於後方之手臂曲屈沿著身體的垂直面，肩關節曲屈由身體下方向身體上方呈曲線移動的拳。（七）

量級：國際拳總依體重 (kg) 多寡分為十個量級，由於國內外拳擊比賽規則中明定 49.01kg 即可參加 52kg 組的比賽。是故，本研究基於研究目的、資料收集與統計分析的考量下，將量級概分為輕量級 (49 kg、52kg、56kg、60kg)、中量級 (64kg、69kg、75kg) 與重量級 (81kg、91kg、91+kg) 等三個量級。

貳、研究方法

一、研究對象

以 2013 年世界盃男子拳擊錦標賽進入冠、亞軍決賽之選手為研究對象，共計 20 名(如表一所示)。

表一 冠、亞軍決賽之選手基本資料表

量級	姓名	國家'	世界排名
49KG	Birzhan ZHAKYPOV	KAZ	AIBA 排名第一
49KG	Mohamed FLISSI	ALG	AIBA 排名第三
52KG	Jasurbe LATIPOV	UZB	AIBA 排名第五
52KG	Misha ALOIAN	RUS	AIBA 排名第一
56KG	Javid CHALABIYEV	AZE	AIBA 排名第二
56KG	Vladimir NIKITIN	RUS	AIBA 排名第四
60KG	Robson CONCEICAO	BRA	AIBA 排名第一
60KG	Lazaro ESTRADA	CUB	AIBA 排名第三
64KG	Merey AKSHALOV	KAZ	AIBA 排名第一
64KG	Yasnier LOPEZ	CUB	AIBA 排名第七
69KG	Daniyar YELEUSSINOV	KAZ	AIBA 排名第一
69KG	Arisnoidys DESPAIGNE	CUB	AIBA 排名第二
75KG	Jason QUIGLEY	IRL	AIBA 尚未排入前十強
75KG	Zhanibek ALIMKHANULY	KAZ	AIBA 排名第一
81KG	Adilbek NIYAZYMBETOV	KAZ	AIBA 排名第一
81KG	Julio PERAZA	CUB	AIBA 排名第三
91KG	Clemente RUSSO	ITA	AIBA 排名第一
91KG	Evgeny TISHCHENKO	RUS	AIBA 排名第五
91+KG	Magomedrasu	AZE	AIBA 排名第一

MEDZHIDOV			
91+KG	Ivan DYCHKO	KAZ	AIBA 排名第二

資料來源：中華民國拳擊協會(2013)

二、資料收集

- (一) 選手基本資料收集：由中華民國拳擊協會派員協助收集，包括：姓名、國籍、參賽量級與每場比賽結果資料。
- (二) 比賽現場實況錄影：中華民國拳擊協會派員於比賽會場中，採用 JVC GZ-HD620 手提錄放影機，離拳擊台 20 公尺正面約 10 度角的看台上，進行十場決賽之實況錄影。
- (三) 比賽中電腦評分作業：由大會審判委員在比賽當天各場比賽前，指派大會聘請之各國合格國際裁判擔任電腦評分工作。選手在每一回合與每一場比賽中所得的點數與最後之總得都會直接連接到大會審判委員席之電腦螢幕，監控評分員的評分工作，如此可有效的監控評分過程，最後再將檔案列印保管。

三、資料分析

- (一) 本研究透過觀察法進行資料分析。聘請國際級裁判二位，將十場場決賽現場之實況錄影，由兩位國際裁判依其專業背景全程觀察每個選手出拳之動作後，透過共同討論與判斷其拳路之後，再逐一記錄。並於一週後，實施前段所述之觀察法且重新記錄於新的表格中。結果驗證前後兩次所得的重測信度高達百分之百。
- (二) 本研究以 SPSS 中文 18 版進行統計分析，使用次數分配百分比來比較六個拳路之結果。

參、結果討論

一、不同量級的勝利選手在六個拳路次數分配百分比及結果順序情形

由表二輕量級中可發現刺拳 259 次 (42.5%)、主直拳 232 次 (38.1%)、左鉤拳 75 次 (12.3%) 三種拳路的使用率明顯高於其它的三種拳路。在中量級方面也是刺拳 198 次 (30.6%)、主直拳 192 次 (29.7%)、左鉤拳 139 次 (21.5%) 三種拳路的使用率明顯高於其它的三個拳路。最後，在重量級方面同樣也是刺拳 146 次 (35.6%) 與主直拳 140 次 (49.0%)、左鉤拳 67 次 (16.4%) 三種拳路的使用率則明顯的高於其它的三種拳路。另外，由表二決賽勝利選手的結果排序情形，可看出輕、中、重三個量級的選手均著重於刺拳及主直拳與左鉤拳的攻擊，其它三種拳路為輔模式攻擊。

表二 獲勝選手各不同量級的六個拳路次數分配百分比及結果排序情形

量級	出拳 次數	刺拳	主直 拳	左勾 拳	右勾 拳	左上 勾拳	右上 勾拳	結果排序
輕量級	609	259 42.5%	232 38.1%	75 12.3%	28 4.6%	0 0%	15 2.5%	1>2>3>4>6>5
中量級	647	198 30.6%	192 29.7%	139 21.5%	48 7.4%	13 2.0%	57 8.8%	1>2>3>6>4>5
重量級	410	146 35.6%	119 29.0%	67 16.4%	47 11.5%	10 2.4%	21 5.1%	1>2>3>4>6>5

二、不同量級的失敗選手選手在六個拳路次數分配百分比及結果排序情形

由表三失敗選手的輕量級中可看出，刺拳 173 次（33.5%）及主直拳 150 次（29.1%）與左鉤拳 138 次（26.7%）三種拳路的使用率則明顯的高於右鉤拳及左上、右上鉤拳。在中量級方面則也是以主直拳 193 次（29.4%）、刺拳 188 次（28.6%）、左鉤拳 149 次（22.7%）三種拳路的使用率則明顯的高於其它三種拳路。最後，在重量級方面同樣是以刺拳 268 次（58.1%）、主直拳 93 次（32.5%）、左鉤拳 58 次（20.2%）三種拳路的使用率明顯高於其它三種拳路。

再者，由表三失敗選手的結果排序情形，可明顯的看出失敗選手輕、中、重三個量級的選手均著重於刺拳及主直拳與左鉤拳三種拳路的攻擊，其它拳路為輔的模式攻擊。

表三 失敗選手各不同量級的六個拳路次數分配百分比及結果排序情形

量級	出拳 次數	刺拳	主直 拳	左勾 拳	右勾 拳	左上 勾拳	右上 勾拳	結果排序
輕量級	516	173 33.5%	150 29.1%	138 26.7%	30 5.8%	14 2.7%	11 2.2%	1>2>3>4>5>6
中量級	657	188 28.6%	193 29.4%	149 22.7%	56 8.5%	28 4.3%	43 6.5%	2>1>3>4>6>5
重量級	461	268 58.1%	93 32.5%	58 20.2%	11 2.4%	2 0.4%	29 6.4%	1>2>3>6>4>5

由表二與表三的各量級的勝利與失敗選手攻擊拳路的結果順排情形看出，不論是輕量級與中量級或重量級三個量級的選手，皆是以刺拳、主直拳和左鉤拳的使用次數多於其它拳三種路的使用次數，而輕量級中量級的研究結果與陳怡舟、洪廷援（2006）世界拳擊錦標賽攻、防多樣要素分析及林明佳（2011）之研究，2010 世界盃女子拳擊錦標賽攻擊拳路分析研究結果相符合。因此，建議教練針對輕量級與中量級選手未來在指導攻擊拳路的使用率方面，刺拳、主直拳和左鉤拳的使用率應多於其它三種拳路。

三、不同回合之勝利選手在六個拳路次數分配百分比及結果排序情形

由表四中可看出，第一回合中，可看出刺拳 217 次(37.2%)、主直拳 200 次(34.3%)、左鉤拳 104 次(17.8%)三種拳路的使用率明顯的高於其它三種拳路。在第二回合中，主直拳 260 次(37.2%)、刺拳 204 次(29.1%)、左鉤拳 113 次(16.1%)三種拳路的使用率則也是的高於其它三種拳路。而在最後的第三回合中，刺拳 178 次(35.7%)、主直拳 140 次(28.1%)、左鉤拳 96 次(19.2%)三種拳路的使用率也同樣是明顯的高於其它三種拳路。

由表四決賽獲勝選手的結果排序情形，可明顯的看出由第一回合至第三回合結束所使用的拳路則是以刺拳、主直拳及左鉤拳三種攻擊拳路為主，其它拳路為輔的模式。

表四 獲勝選手各不同回合間的六個拳路次數分配百分比及結果順序情形

回合	刺拳	主直拳	左鉤拳	右鉤拳	左上鉤拳	右上鉤拳	總出全數	結果排序
一	217 37.3%	200 34.3%	104 17.8%	37 6.3%	3 0.5%	22 3.8%	583	1>2>3>4>6>5
二	204 29.1%	260 37.2%	113 16.1%	62 8.9%	14 2.0%	47 6.7%	700	2>1>3>4>6>5
三	178 35.7%	140 28.1%	96 19.2%	36 7.2%	6 1.2%	42 8.4%	498	1>2>3>6>4>5

四、不同回合的失敗選手在六個拳路次數分配百分比及結果順序情形

由表五中可知，在第一回合中，可看出刺拳 214 次(36.5%)、主直拳 161 次(27.5%)、左鉤拳 121 次(20.7%)三種拳路的使用率則明顯的高於右鉤拳及左上、右上鉤拳。在第二回合中，刺拳 212 次(34.0%)、主直拳 164 次(26.3%)、左鉤拳 149 次(23.9%)三種拳路的使用率則明顯的高於右鉤拳及左上、右上鉤拳。在第三回合中，刺拳 142 次(29.1%)、主直拳 133 次(27.2%)、左鉤拳 119 次(24.4%)三種拳路的使用率則明顯的高於右鉤拳及左上、右上鉤拳。

由表五決賽失敗選手的結果順序情形，可明顯的看出由第一回合至第三回合結束所使用的拳路則是以刺拳、主直拳及左鉤拳三種拳路攻擊為主，其它拳路為輔的模式。

表五 失敗選手各不同回合間的六個拳路次數分配百分比及結果順序情形

回合	刺拳	主直拳	左鉤拳	右鉤拳	左上鉤拳	右上勾拳	總出全數	結果排序
一	214 36.5%	161 27.5%	121 20.7%	24 4.1%	29 5.0%	37 6.3%	586	1>2>3>6>5>4
二	212 34.0%	164 26.3%	149 23.9%	45 7.2%	17 2.7%	37 5.9%	624	1>2>3>4>6>5
三	142 29.1%	133 27.2%	119 24.4%	46 9.4%	14 2.9%	34 7.0%	488	1>2>3>4>6>5

從以上表四與表五的不同回合的獲勝與失敗選手攻擊拳路的結果順序情形看出，獲勝選手由第一回合至第三回合皆以刺拳、主直拳及左鉤拳三種拳路為主，並以其它拳路為輔的攻擊模式。而失敗選手也同樣是由第一回合至第三回合皆以刺拳、主直拳及左鉤拳三種拳路為主，並以其它拳路為輔的攻擊模式。此外，各個回合中，以第二回合出拳的次數為最多，產生此結果，筆者研判可能是第一回合因摸索對手的攻擊模式後，第二回合積極出拳攻擊對手是為了要奪取得分與優勢，進而改變攻擊戰術策略。

因此，依據上述研究結果，建議國內教練能在執行實戰訓練中，第一回合至第三回合應以刺拳、主直拳及左鉤拳三種拳路為主要攻擊拳路，其它三種拳路為輔方式進行訓練。

五、不同量級與不同回合的勝敗選手攻擊拳路分析之綜合討論

從表二至表五數據中顯示，在不同量級或不同回合中，輕量與重量級勝敗選手所使用刺拳的百分比最高（28.6%至58.1%）。由於刺拳是引拳，多數是為了破壞對手的防禦姿勢，為第二拳攻擊創造條件。打擊「引拳」的作用是當對手嚴陣以待時，先別急用全力去攻擊，應先用刺拳「引導」佯攻，引出對方的一個很自然的防禦動作，在這一瞬間，對方往往會暴露出身體上某一部位的防禦缺陷，這樣就為第二拳進攻創造機會（夏文禮，2004；林明佳 2011）。對攻擊者而言，最能迅速打擊的拳路就是「刺拳」，此表示「刺拳」在比賽中的重要性（林明佳，2011）。再者，從表二至表五不同量級與不同回合的數據中顯示：右鉤拳（2.4%~11.5%）、左上擊拳（0.0%~5.0%）與右上擊拳（2.2~8.8%）三種拳路，被使用率的百分比偏低。其中以左上鉤拳最為明顯，誠如陳正博（2002）與林明佳（2011）表示，一旦使用左上擊拳或右上擊拳攻擊對手，因被攻擊者身後的裁判會因視線角度因素，無法確定是否為有效攻擊，故無法按下有效分數給攻擊者。這表示在比賽過程中，打擊「右鉤拳」、「左上擊拳」與「右上擊拳」的次數應低於「刺拳」、「主直拳」與「左鉤拳」三種拳路（林明佳，2011）。

肆、結論與建議

一、結論

本研究針對2013世界盃男子拳擊錦標賽決賽選手的攻擊拳路進行分析，主要目的在於探討勝、敗選手在不同量級、不同回合的六個拳路使用上的情形。研究結果發現：(一)各不同量級在六個拳路的使用上具有顯著差異，以刺拳、主直拳以及左鉤拳等皆顯著多於其它拳路。(二)各不同回合在六個拳路的攻擊使用上具有顯著差異，以刺拳、主直拳以及左鉤拳等皆顯著多於其它拳路。因此各不同量級在刺拳、主直拳、左鉤拳的訓練百分比上，在輕量級依序約為40%、40%、10%，中量級30%、30%、20%，重量級35%、30%、15%。在模擬對打比賽的不同回合攻擊訓練上，刺拳、主直拳、左鉤拳的攻擊訓練百分比上，第一回合依序約為40%、35%、15%，第二回合30%、35%、15%，第三回合35%、30%、20%。

二、建議

針對上述研究結果，筆者提出以下四點建議：

- (一) 建議國內拳擊選手在未來比賽的攻擊戰略上，應以刺拳為導拳，而主直拳與左鉤拳則為主力，其它拳路為輔的攻擊拳路模式。在攻擊技術與技巧訓練過程中，應以比賽中易於展現之技術技巧為主，切勿過於花俏及高難度。
- (二) 未來的研究主題，可以針對男子選手不同量級出拳數與得分的相關性以及攻擊技術技巧方面進行分析。
- (三) 未來的研究方向，可擴大研究對象技術層級，以針對奧運男子拳擊選手進行研究限制，運動制勝因素為本研究限制，未來可針對攻擊拳路與制勝因素之相關研究進行探究。冀望此結果能對國內男子拳擊選手與教練帶來拳路攻擊訓練時之參考依據之一，並且突破成績受限於亞洲賽事之困境，於世界盃賽事中能有所斬獲。

參考文獻

1. 林明佳(2011)。2010世界盃女子拳擊錦標賽攻擊拳路分析。運動研究，20(2)，57-66。
2. 夏文禮(2004)。拳擊實戰技巧。北京體育大學出版社出版。
3. 陳正博(2002)。電腦評分機影響拳擊比賽勝負之分析。大專體育，59，158-163。
4. 陳怡舟(2002)。第九屆亞洲盃青年拳擊錦標賽攻擊技術分析。教練科學，1，61-71。
5. 陳怡舟、洪廷諤(2006)。世界拳擊錦標賽攻、防多樣要素分析。運動教練科學，7，139-148。
6. 賴鍾桔、高明峰(2009)。第一屆國際拳總主席盃拳擊錦標賽攻擊技術分析。運動教練科學，14，91-109。

An Analysis on the Attacking Punches of the 2013 Men's World Boxing Championship

Ming-Chia Lin / Department of Martial Arts, University of Taipei

Po-Wei Ciou / Graduate Institute of Sport Pedagogy, University of Taipei

Wen-Yi Wang / Graduate Institute of Sport Pedagogy, University of Taipei

Abstract

Purpose: This study was aimed to analyze the attacking punches of the contestants in the final of the 2013 Man's World Boxing Championship. **Methods:** The 20 contestants of all the weight classes in the final were regarded as the research objects to analyze the variations among the frequency distributions of six punches, respectively jabs, straight punches, left hooks, right hooks, left uppercuts, and right uppercuts, and the percentages. In accordance with ROC Boxing Association conduct on live video in ten finals of the competition venue for information, to hire two international referees, the final scene of the ten-spot live video through after the judge to discuss and one by one record. **Results:** All of the winners and losers in different weight classes and difference rounds used jabs, straight punches, and left hooks much more than other punches in terms of the six types of punches. Lightweight sequentially is about 40%, 40%, 10%, middleweight is 30%, 30%, 20%, and heavyweight, is 35%, 30%, 15%. Various training rounds in the attack on the percentage of the jab, the main straight punch, left hook in the first round in turn is about 40%, 35%, 15%, the second round of 30%, 35%, 15%, and the third round were 35%, 30%, 20%. **Conclusions:** The contestants in the final of the 2013 Man's World Boxing Championship mainly used straight punches, jabs, and left hooks more than other punches in different weight classes and rounds. Hope this result can be used as a reference by current domestic boxing coaches.

Keywords : boxing, left hooks, weight class, round