

英式橄欖球運動比賽戰術決策者之培養

陳優華

興國管理學院通識教育中心助理教授

摘 要

橄欖球運動是下場比賽人數最多的團體球類運動項目，橄欖球運動不論是比賽的戰術、技術、陣勢與規則，相較於其他球類運動項目則更加繁雜，因此，除了球員球技的展現外，戰術決策執行運用成功與否？更是影響比賽的勝負關鍵因素，本文透過文獻整理與分析，針對橄欖球教練訓練培養球賽戰術決策者的重要性，及其訓練運用的方法與內容加以探討，並將教練訓練培養球賽戰術決策者，應注意的幾項方法內容歸納為：教練所需的角色改變、教練應提供戰術與決策典範、使用書面內容提供在比賽中可能會面臨的情況、非結構化陣勢橄欖球要素的演練模式應用。而作為橄欖球教練訓練培養球賽戰術決策者，如果教練以全新的內容來教導球員，也絕非表示教練必需放棄自己喜愛的訓練活動內容，而是再強調相關戰術運用的訓練活動內容。教練必需著重於預期結果，分析戰術決策用於達成比賽結果的過程，且提供戰術決策相關的回饋內容，以建立特定的養成活動，來改善球員的戰術技能水準。

關鍵字：橄欖球、教練、比賽戰術

*通訊作者. Tel: 0935-258-888

Fax: 06-2709919

E-mail: yuhua@mail.hku.edu.tw

壹、前言

橄欖球運動是一種激烈而具有其獨特風格，豪放奔馳的運動項目（邱漢生，2003），橄欖球屬於團體性運動，其團隊成績表現的優劣，不能只仰賴選手有個別高超的技術，優越的身材和充沛的體能（陳寶億，2004）。橄欖球運動比賽時在長 110 公尺、寬 70 公尺場地裡面不斷來回奔跑進攻與防守，爲了阻止對手前進更須不斷的擒抱（tackle）與合法的肢體碰撞（郁復興，2006）。在競爭激烈的運動比賽情境裡，運動團隊或個人的訓練，不僅需要講求個人技術，更要講求團隊戰略、戰術的應用；因此，要讓橄欖球員彼此之間，發揮團隊的精神，教練本身的任何行爲都有可能對團隊造成影響。事實上，現代橄欖球運動要求選手能夠在任何時間、任何區域均能有出色發揮，練習內容的選擇與應用極爲重要（陳優華，2005），Bond (2000) 即指出，如今現代化橄欖球教練的角色，就是培養出適當的技能。Bunker 與 Thorpe (2002) 則認爲現在一般橄欖球教練們目前太強調體能的培養，而忽略了對於比賽策略和其決策能力的適度了解。Bond (2004) 在發表於 Australia Rugby Union（澳洲國家橄欖球協會）的論述中明確認爲，在訓練課程中，強調任何技能上的訓練時，更需培養球員應有的重要比賽觀念如：一、決策：那裡可找到有空檔的陣地？二、風險：是否傳球或持球？三、問題的解決：如何閃躲敵方？四、時空觀念：是否可得分呢？五、理解：自己跟他人的關係爲何？六、戰術和策略：是否作傳球的假動

作？Bunker 與 Thorpe (2002) 則指出，賽前訓練時將重點轉移到比賽戰術上的使用與考慮時，球員將會認爲他們感受到協助和鼓勵，球員依據對於戰術的了解作出正確的決策時，球員們可享受到比賽的求勝信心與喜悅。此時，球員在比賽中需要使用這些球技時，便會了解到特殊球技的需求和其相關性。國內橄欖球運動發展至今，教練對於一般體能與技術訓練的著墨較多，鮮少將針對培養球賽戰術決策領導者視爲訓練的一環，亦因此不利於全面提昇國內橄欖球運動水準，又，筆者多年來義務參與母校高中橄欖球隊訓練與諮詢工作發現，國內不論任何層級比賽，選手戰、技術執行往往過度依賴場外教練，因而錯失戰術執行與致勝先機，球員臨場比賽決策執行能力遠遜於紐、澳、歐、亞等橄欖球運動強權國家球員，故，期盼透過本文探討，喚起國內從事橄欖球訓練施訓工作者，全面重視「培養球員球賽戰術決策領導者」的議題，以利於提昇國內橄欖球運動水準。

貳、教練所需的角色改變

現代橄欖球運動競賽不再像是傳統的比賽一樣，現代化的比賽已少有倚賴橄欖球的架構要素，（如固定陣勢的比賽），而是更強調如一般例行比賽的臨場應變。這樣的觀念，則造成改變而要求球員成爲專精的決策領導者。然而，一般橄欖球教練們容易以自己的經驗範圍，著重於最拿手事項的努力，（如強調其教學技能（體能要素）更勝於戰術（心理要素）的發展）。因爲有許多的教練只強調陣勢結構來進行比賽，

他們也習慣於使用錯誤改正的回饋方式，來培養出有球技的球員。但是，這些戰術需要比賽中的橄欖球專精球技，這必需由球員長期實際比賽的嘗試錯誤中培養而出 (Bond, 2000)。Wood (2001) 他認為決策是橄欖球比賽中，最重要的特質，也是將球員比賽的體能和球隊的戰術運用掌握最佳化的要素。在決策上的教學是教練的責無旁貸的任務，而教練必需了解是否提供球員適當的準備，方可讓球員參與現代化的比賽。

參、教練應提供戰術與決策典範

Duyn (1996) 認為大部份的橄欖球運動教育者(教練)應會同意，自己找到答案比起長期「被告知」答案來得是更有效的教育方法。(教練的教學情況)。其含意為教練更能夠作為一個協助者，其角色就是詢問決策者，是否確實了解其決策的應用、是否可達成預期的結果。教練規範適當問題的能力，對於成為一個有效的協助者非常重要。決策領導者的培養可藉由使用下列方法來達成：

圖說一

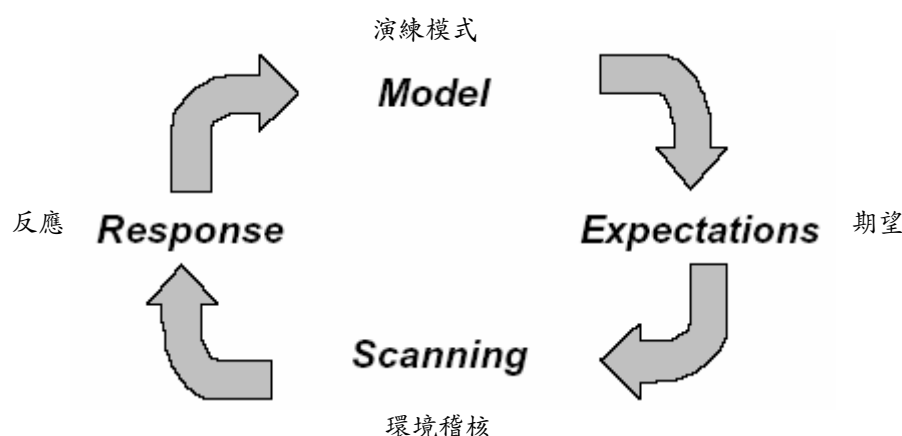


圖 1 戰術與決策領導者培養訓練評估循環圖

如每個可能的比賽情況（演練模式）下，在戰術上的決策必需了解可用的適當決策選項(期望)。在確認情況後，可用於檢驗可讓其在比賽當時（反應），自可用的適當選項中，選定正確的決策的線索（環境稽核）。是否需要改變決策者的學習過

程，以培養其橄欖球要素中所需的戰術技能，如比一般固定僵化的比賽情況，更一般例行性訓練比賽情況中的培養學習。告知球員必需變化以建立球員戰術理解觀念的學習工具。對於結構化橄欖球比賽模擬情況的應用，則有一個目標：就是應達成

怎樣的目標？例如，在爭邊球的戰術目標就是以某種可操控的方式，來贏得持球權，讓球隊有最大的選項空間向前挺進。在國際橄欖球理事會 (IRB, 2006) 的教練教學有關報告論述即指出：要確認是否達成各橄欖球要素的目標時，教練可評估是否已確實運用橄欖球的相關戰術原理。這些原理可界定出依據團隊的立場應採取的行動，而達成預期的目標。Bond (2004) 認為：身為橄欖球運動教練應評估比賽結果的目標可達成的目標為何？表現上的目標達成那些橄欖球戰術原理的運用教練則可藉由個別球員在其功能位置上的達成程度來加以評估。所以，藉由將這些要素檢查表的作業內容，依據身為戰術決策的各球員擔任位置上的表現，可用於分析這些球員的表現。教練可協助讓相關的球員培養出對於戰術決策的觀念。在附錄 A 中 (Bond, 2004) 即提供有各球員位置，其重要的決策要素。當球員無法正確發揮其職責時，教練可了解其需求，而要求該球員進行決策學習補充的改善。

肆、教練在訓練中提供比賽中可能會面臨情況的運用與演練

教練需於平時訓練中針對比賽戰術決策反覆進行模擬比賽演練，同時可透過書面的討論與選手進行互動。例如：在中場或在偏右陣地中，在敵方 22 米位置中進行的正集團戰術運用，我方的餵球未受到正集團陣勢的轉移影響（演練模式）(Wood, 2001)。

球員應詢問到下列的情況：

（期望）轉動到左側的情況為何？轉動到右側的情況為何？

（環境稽核）敵方將提供或已提供的訊號為何？是否可作出更有利的決策選項？

假如某個選項未成功時，該選定那些替用的計劃呢？

藉由本決策過程的考慮，戰術的決策者，可在心中培養出某個決策用的檢查表，內容(反應)如下：

一、提供決策-假如成功的話，將如何進行？

二、溝通-跟他人溝通

三、提供替用選項-假如策略不 成功的話，該怎麼辦？

這些比賽面臨的情況，可在戰術訓練課程中，增加演練。戰術決策必需藉由提供球員所擔任的角色，進行訓練課程的直接教學，提供直接的演練說明，則教練可分析球員的表現，提供適當的回饋(面臨的情況變化越多，教練的教學對於學習過程的貢獻就越大)等。

Australia Coaching Council（澳洲國家橄欖球教練顧問委員會）便藉由錄影帶分析進行賽後的評估，採用錄影帶自我分析 6 大步驟提供戰術訓練課程循環過程的內容如下(ACC, 1996)：決策者可分析其本身的表現（演練模式），且藉由考慮到下列的問題，而了解其優點和弱點。

圖說二：



圖 2 戰術訓練課程循環過程內容圖

(期望)是否達成橄欖球要素的目標?
所達成的橄欖球要素的戰術原理為何?

(環境稽核)是否身為決策者角色的
關鍵要素已加以運用?

(反應)特殊情況下的最佳選項為何?

球員可諮詢教練要求其回饋，以確保
球員是正確的改善其戰術觀念上的缺失，
同樣地，也應發展出某些策略，可讓球員
在未來執行決策時，可強化其決策分析能
力。

伍、非結構化陣勢橄欖球要素的 演練模式應用

因為目前的一般例行比賽即較少有陣
勢結構化的情況，無可避免的是，所有的
的球員必需能夠在比賽中，進行正確的決
策。戰術訓練的成功即著重於團隊比賽的
戰術運用原理，依據球隊立場而言，每個

球員必需全力運用團隊比賽的戰術原理：
在攻擊情況中，提供隊友支援來作為向前
挺進的反應，繼續施壓到達得分的達陣線
為止。在防守中，則繼續施壓，由隊友支
援或在隊友的支援下，重新取得持球權和
進行反攻。所有的球員必需了解專屬的技
能，以有效執行團隊比賽的戰術原理。假
如對此無法全力付出，則技能的發揮因此
會受到影響。以上的內容，可用於發展對
有低結構化橄欖球要素比賽活動中，其所
需的戰術觀念了解，進行內容的改變而非
一味地僵化的學習過程。以球員為中心的
指導方針學習內容，即為比賽情況最常
用的方法。下列情況必需確實符合，才得
發揮學習工具的效果。

一、學習環境

活動內容必需確實可複製比賽環境中
必要的各微小要素，這將可讓球員依據其
比賽環境中基本微小要素的了解，就其戰
術上的了解，來扮演個人的角色。在角色

扮演的區域大小和微小要素相關球員的數量，應相關實際比賽情況相同。

二、比賽關鍵情況

在設計適當的戰術應用演練模式時，必需進行情況扮演的結構化處理，即容易產生可所需結果相同的比賽模擬情況。此類有特別傾向的發展，重要的是讓球員了解如何處理問題-必需採用怎樣的戰術，才得在該比賽情況下成功？而非著重於在該比賽情況下所需的球技。本方法可強化球員在特定情況下，可正確界定其所需適當的戰術決策能力，而因此增加預期比賽結果的成功機率。為提供學習過程上的協助，球員必需以由簡而難漸進的方式，來養成這些戰術技能。

三、提出問題

在建立活動內容後，教練提出問題內容的品質，也是培養球員戰術觀念的關鍵要點。McInerney 與 McInerney (1998) 指出，提出問題內容本身的品質（如問題的清晰性和相關性）對於戰術的有效使用非常重要。有效內容的提問，即為清晰和簡要，可明確界定出球員預期應有的反應。重要的是，教練提出的問題，即為提供提供開放思考的問題，可讓球員顯示其了解程度。此提問的技巧，即可確保球員在學習中已得到積極的認知。這些提問的過程，其結構應跟下列球員了解的內容相關：

- （一）活動進行所預期的結果
- （二）必需用於達成目標的戰術或活動
- （三）這些活動或球技適當的原因

本方法的演練模式如下：

微小要素：在某個 3 v1（三對一）的情況下，在 22 米的區域中，即存有 10 米的持球空間，該空間距離左側的達陣線 15

米。其實際比賽結果是踢球以碰觸到 20 米線區域。此情況即未考慮到在現有情況下的最佳選項。這些學習活動的重點在於，提供球員戰術上的觀念，可讓他們達成所需的比賽結果，即取得持球權和繼續向敵方陣地施壓（反應）。這些在 3v1 的模擬比賽情況下所需戰術觀念培養，可自 1v1 界定持球員角色扮演（演練模式），以各階段的方式開始養成。在 1v1 情況下的活動演練模式即列入附錄 B 的內容中。如判定持球員的角色和其支援球員的角色（演練模式）。在提供適當的提問後，則可指導球員了解在 2v1（二對一）和 3v1（三對一）情況下的共通性。在各學習活動所選定的間隔期間中，教練可藉由進行開放式內容的提問，來測試球員，以指導增進球員的比賽經驗（預期和掃描評估的經驗）。再者，這些問題範例的內容為：

- 1、在此情況下，持球或踢球較好呢？為什麼？
- 2、持球員所扮演的角色為何？
- 3、支援球員所扮演的角色為何？

陸、結語

橄欖球運動是下場比賽球員最多的團隊運動項目，然而球賽「萬變不離其宗」，正如兵家所言：「陣而後戰，兵法之常，運用之妙存乎一心。」兩軍對峙陣法萬千，戰術無常，兵法若有常軌，則在其變通。瞬息萬變的橄欖球場上，兩隊交戰亦是如此。因此，無庸置疑的是賽場上的戰術決策與執行能力影響橄欖球競賽勝負甚鉅，而從過去的理論和研究中得知，教練的領導行為對於選手的改變或團隊的表現，具

有關鍵性的因素 (Bird,1977; Weiss,1991)，橄欖球教練施訓應建立正確球技的反應觀念，以球技要素執行訓練活動，直到訓練活動可 100% 反應比賽情形 (陳優華、黃郁玲，2006)，球員練習時亦須對每一個技術，都要充分的認識 (呂銀益、蔡茂其、陳中和，1994)，橄欖球教練訓練培養球賽戰術決策者，如果教練以全新的內容來教導球員，也絕非表示教練必需放棄自己喜愛的訓練活動內容，而是再強調相關戰術運用的訓練活動內容。教練必需著重於預期結果，分析戰術決策用於達成比賽結果的過程，且提供戰術決策相關的回饋內容，以建立特定的養成活動，來改善球員的戰術技能水準 (Bond, 2004)。然而在有效的訓練作業中，特別重要的是訓練方法需求日增，以強化功能性的決策作業。為達成訓練目的，訓練作業必需有 100% 的特定效應的發 (Magill，1993)。故，對於教練重點的改變，可進行同時俱有優良球技和決策能力的球員養成。教練必需付出更多的努力，但可確實協助教練和球員更了解比賽的內容含意，且確實享受比賽的樂趣。

參考文獻

- 邱漢生 (2003)。《橄欖球比賽規則》。台北：中華民國橄欖球協會。
- 呂銀益、蔡茂其、陳中和 (1994)。橄欖球精神的探討與傳承。大專體育，15 期，17-20 頁。
- 郁復興 (2003)。《綜合訓練對國中橄欖球選手運動能力之影響》。國立體育學院教練研究所碩士論文，未出版
- 陳寶億 (2004)。大專橄欖球代表隊球員對教練領導行為認知與團隊凝聚力之研究。台北：輔仁大學體育學系碩士班未出版碩士論文。
- 陳優華 (2005)。橄欖球選手體能訓練的探討。雲科大體育，8 期，212-219 頁。
- 陳優華、黃郁玲 (2006)。析論橄欖球教練員提供最佳的訓練效應與訓練排程。大專體育，86 期，156-161 頁。
- Australian Coaching Council (1996). *Video self analysis – a lens on coaching* publisher : Australian rugby union publishing.
- Bird, A. M. (1997). Development of a model for predicting team performance. Research Quarterly for The University of Wollongong, NSW.
- Bunker, D. & Thorpe, R., (2002). A Model for the Teaching of Games in Secondary Schools in the Bulletin of Physical Education, Volume 18 (1), 219-231.
- Bond, D. (2004). *Developing tactical decision makers* retrieved november 15, 2006 from [http://www.rugby.com.au/verve/Developing Tactical Decision Makers_resources/_NL.eahr_2004.pdf](http://www.rugby.com.au/verve/Developing_Tactical_Decision_Makers_resources/_NL.eahr_2004.pdf)
- Duyn, N. (1996). Why it makes sense. *International journal of sport psychology*, 21, 328-354.
- Magill, R. A. (1993). Motor learning: concepts and applications .Dubuque, IA: Wm.C. Brown to play game.
- McInerney, D. M. & McInerney, V. (1998). *Educational psychology: Constructing*

- learning* (2nd Edition). Frenchs Forest NSW: Pearson Education Australia Pty Limited.
- International Rugby Board(2006). Level two course, Functional role analysis. Retrieved August 31, from http://www.irb.com/2006/12/18/verve/_coach/_coach/Level Two Course /2268.html
- Wood, G. (2001). *Think rugby: A guide to purposeful team play*. London: A & C Black (Publishers) Ltd.
- Weese, W. J. (1995). *Leadership and organizational culture: an investigation of big ten and mid*. *Leadership Research*, 263-268.
- Smith, L.(2003). Selection methods: Team profile analysis. Retrieved November 15, 2006 from [http://www.rugby.com.irb/verve/_resources/ Selection Methods: Team Profile Analysis _NL.eahr_2003.pdf](http://www.rugby.com.irb/verve/_resources/Selection Methods: Team Profile Analysis _NL.eahr_2003.pdf)

附錄 A (引自 Bond,2004)

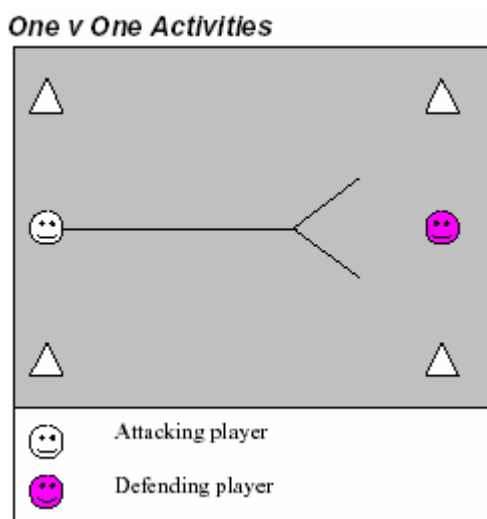
功能角色的分析- 決策

橄欖球比賽要素	要素目標	關鍵要素
正集團	✳取得可掌握持球權的有利位置，然後挺進，讓球隊處於最多的有利選項下，可向陣地挺進。	了解有利的選項 對於敵方行動的變化保持最高警戒 協調進行傳球 提供最佳選項的決策且執行該決策
爭邊球	✳在可操控的情況下，取得持球權，讓球隊處於最多的有利選項下，可向陣地挺進。	跳接球員的位置 投球的型態 攻擊選項和傳球 傳球時間
階段性比賽： 拉克 冒爾	要取得不同拉克和冒爾階段的持球權時，即應快速獲得該球、或造成持敵方球員的孤立和失球落地，且壓制掌握該球，以確實獲得持球權。 傳球時，必需變換速度和傳球位置	前鋒： 維持動力 組織陣勢進行傳球和選定攻擊選項策略 依據比賽需要而傳球 後鋒： 判定傳球時機 組織陣勢 掌握情況

附錄 B（引自 Bond,2004）

戰術技能
挺進

圖說：1 對 1 訓練活動



攻擊球員 ☺

防守球員 ☹

陣勢組織訓練：

在 10 米的間隔，以 2 人為 1 組，每組提供 1 個球練習。兩個球員即開始由敵方

陣線移動。攻擊球員在敵方球員以雙手擒抱其腰部前，應盡量取得更多的陣地。攻擊球員可藉由邊線上的標竿，來進行攻掠陣地距離的評估。攻擊和防守球員的角色即可互換。在一系列進行角色互換的演練時間後，即可停止練習。每次成功達陣即可得到 1 分，以得到最高分者勝出。

教練演練重點：

在演練完成後，即應提問如下：

Q：不管達陣的企圖為何，在被敵方擒抱前應如何？

A：應快速直跑。

在回到只強調本原理的情況下，教練在一系列的練習後，應再提問：

Q：防守者那個位置擒抱你，你可有更佳的表現？

A：側面或背後。

Q：當你的側面和背後受到擒抱應怎樣處理？

A：改變移動的角度。

再回到應加強練習的訓練活動中，提供關於球員如何執行這兩個要點的學習回饋。

The Development of Tactic Decision-Maker in Rugby Games

Yu-Hua Chen

Assistant Professor of Hsing Kuo University of Management

Abstract

Rugby is a game with largest number of players on the field. For rugby, no matter in game tactics, techniques, layouts and rules, they will be more intricate than any other game. Thus, aside from the demonstration on players' skills, the successful implementation of tactics and strategies will be critical to win a game. Thus, this article focuses on the importance on development of tactic decision-makers in rugby games through compiling and analyzing scientific lectures, together with exploring training contents and methods. Also, the noteworthy items required for the development of tactic decision-makers are concluded as below. They include the required role changes of coaches, the tactics and decision-making examples provided by coaches, the contexts in written forms to describe the possible engagement against opponents during games and simulation models for non-structural layouts in rugby games. Also, as a coach to develop tactic decision-makers in rugby games, if coaches can educate players with brand new contexts, it does not certainly mean coaches should be forced to give up their favorite training contexts. However, it is aimed to emphasize the training contexts combined with relevant tactic application. Coaches must be highly attentive to predicted results. The tactic strategies must be analyzed to reach the process in achieving game goals. Also, the feedback relevant to tactic decision making should be provided to create specific development activities. The tactic skills of players can be improved.

Keywords : Rugby; Coach; Game Tactic