

运动技术与训练

文章编号:1001-747 (2006)02-0100-04 中图分类号:G841.19 文献标识码:A

# 第 14 届世界男子篮球锦标赛 中国男篮进攻速度研究\*

周 珂

(河南大学 体育社会学研究所, 河南 开封 475001)

**摘 要:** 运用文献资料法、录像观察法、专家访谈法、数理统计法等研究方法对第 14 届世界男篮锦标赛上的中国队及与赛队 7 场比赛的进攻速度进行统计后, 并与国外球队进行比较, 找出差距, 深入分析我国男篮进攻速度慢的原因。并提出提高进攻速度的方法与对策, 为中国男篮的发展提供借鉴。

**关键词:** 中国男篮; 14 届世锦赛; 进攻速度

## Research on the Attacking Speed of Chinese Basketball Team in the 14th World Championship

ZHOU Ke

(Institute of Sports Social Science, Henan University, Kaifeng 475001, China)

**Abstract:** With the methods of documents, tape-records, statistics and Delphi, the author makes an statistics on the attacking speed of Chinese team in seven competitions in the 14th world championship, a comparison between our team and foreign teams and analysis the reasons for low speed in attack of our team. Then the author suggests some methods and strategy on how to improve the speed for the development of our basketball undertaking.

**Key words:** national male team; 14th world championship; attacking speed

### 1 研究对象与方法

就有关问题阅读了相关文献,并在征求专家的基础上设计了进攻速度统计表,第 14 届世界男子篮球锦标赛上中国 - 德国、中国 - 美国、中国 - 阿尔及利亚、中国 - 阿根廷、中国 - 俄罗斯、中国 - 新西兰、中国 - 土耳其共 7 场比赛的录像进行观察,获取相关的指标、数据和资料,运用 SPSS10.0 软件进行统计和分析。

进攻速度统计表将后场篮板球、前场篮板球、后场界外球、前场界外球、抢断球和跳球 6 种获球方式分栏,从获球开始计时,到进攻结束为止停表,将每一次进攻时间填在相应栏中,然后用不同的符号标出投中、不中、造对方犯规、失误或违例、进攻犯规和争球 6 种进攻结束方式。快攻用括号标出。

### 2 研究结果与分析

#### 2.1 中国男篮进攻速度的总体状况及与与赛队比较

第 14 届世锦赛中国队参加的 7 场比赛中共有 596 次进攻,少于另 7 支与赛队的平均值 620 次;7 场中有 5 场比赛中国队的进攻次数少于与赛队,仅在对阿尔及利亚、阿根廷 2 场比赛中比对手进攻次数稍多。世锦赛中国队 7 场比赛的平均进攻速度为 12.40 s/次,与队手的整体水平相比差距较大。在与对手分别比较后发现:与美国队、德国队相比,差距高度显著,与阿根廷、阿尔及利亚、俄罗斯、土耳其和新西兰没有显著差异(见表 1 - 2)。

#### 2.2 对中国队进攻速度的分析

每一进攻过程由获球、组织和结束三个环节构成,各个环节对进攻速度都有不同的影响。

##### 2.2.1 获球方式对进攻速度的影响

获球是进攻的开始,不同的获球对进攻速度的影响也不同( $P < 0.01$ )<sup>[1]</sup>。中国队的统计数据证明了这一结果(见表 3),对与赛队的统计也得出了相同结果(见表 4),经多重比较发现:中国队获前场篮板球后进攻速度最快,前场界外球次之,再次是抢断球,获后场篮板球、后场界外球、跳球后进攻速度最

\* 收稿日期:2005-05-11;修回日期:2005-07-20  
作者简介:周 珂(1976-),男,河南洛阳人,硕士。

慢。与赛队获前场篮板球、抢断球后进攻速度最快，进攻速度最慢。  
前场界外球次之，后场篮板球、后场界外球和跳球后

表 1 中国队参加第 14 届世锦赛单场进攻速度统计表

场 次	进攻次数		进攻速度 (s/次)		T
	中国队	与赛队	中国队	与赛队	
中国 - 阿尔及利亚	100	99	10.96 ±5.58	9.46 ±5.53	1.90
中国 - 阿根廷	88	87	11.91 ±6.39	11.28 ±6.27	0.65
中国 - 德国	83	88	12.89 ±6.50	9.39 ±5.72	3.75 **
中国 - 俄罗斯	78	81	12.18 ±5.31	12.36 ±6.17	- 0.20
中国 - 美国	81	90	14.09 ±6.35	9.32 ±5.55	5.23 **
中国 - 土耳其	82	86	12.53 ±5.46	11.53 ±6.04	1.12
中国 - 新西兰	84	87	12.21 ±5.95	10.49 ±6.19	1.85

注: \*\*为  $P < 0.01$ 。

表 2 第 14 届世锦赛中国队、与赛队进攻速度比较

球 队	场 数	进攻速度 (s/次)	T
中国队	7	12.40 ±0.96	3.17 **
与赛队	7	10.55 ±1.21	

注: \*\*为  $P < 0.01$ 。

表 3 中国队不同获球方式的进攻速度

获球方式	次数	进攻速度 (s/次)	df	F
后场篮板	127	13.08 ±5.98	5	38.28 **
前场篮板	38	4.08 ±4.52		
后场界外球	335	13.95 ±4.97		
前场界外球	54	6.93 ±5.03		
抢断球	29	10.77 ±6.12		
跳球	13	14.26 ±4.24		

注: \*\*为  $P < 0.01$ 。

## 2.2.2 组织形式(传球、运球次数)对进攻速度的影响

通过阅读文献和观察比赛,发现在进攻的组织过程中,传球、运球的次数是进攻速度快慢的表现因素。对进攻速度与传球、运球次数进行的相关分析得出二者呈高度正相关( $R = 0.808, P < 0.01$ )说明传球、运球次数的多少影响着进攻速度的快慢。进攻速度快时,传、运球次数少。

表 4 与赛队不同获球方式的进攻速度

获球方式	次数	进攻速度 (s/次)	df	F
后场篮板	100	9.51 ±5.60	5	44.11 **
前场篮板	66	5.42 ±5.90		
后场界外球	312	13.25 ±4.87		
前场界外球	53	7.99 ±5.38		
抢断球	79	6.48 ±4.88		
跳球	8	14.01 ±5.20		

注: \*\*  $P < 0.01$

## 2.2.3 结束方式对进攻速度的影响

对中国队不同结束方式的进攻速度进行方差分析后显示,各项之间无显著性差异(见表 5),可以认

为,不同结束方式对中国男篮的进攻速度没有影响。

表 5 中国队不同结束方式的进攻速度

结束方式	次数	进攻速度 (s/次)	df	F
投篮中	178	12.04 ±6.11	4	1.22
投篮不中	164	12.53 ±5.75		
对方犯规	107	11.56 ±5.66		
失误或违例	132	13.12 ±6.50		
进攻犯规	15	12.99 ±3.99		

## 2.3 中国队进攻速度慢的原因分析

### 2.3.1 前场篮板球、抢断球数量太少

相关统计数据表明:获前场篮板球和抢断球后进攻速度较快,中国男篮这两项的平均速度分别为 4.08 s/次和 10.77 s/次,列 6 种获球方式的第 1 位和第 3 位。前场篮板球和抢断球这两种获球方式的特点是在对方回防、补防的过程中能够完成快速进攻。中国队获前场篮板球和抢断球的数量与国外队有较大的差距。

造成中国队前场篮板球次数少的主要原因是全队进攻战术的单调和队员冲抢意识的薄弱。中国队过于依赖中锋,进攻方式相对固定,对方防守阵形不容易被打乱,能够很轻松的挡住进攻队员的冲抢路线。另外,中国队员冲抢篮板球的意识有待提高。欧美篮球理论认为,“抢篮板球 75% 决定于愿望, 25% 决定于能力”<sup>[2]</sup>。中国对新西兰一役中身材处于劣势的对手能够抢到 15 个前场篮板球,而中国队只有 4 个。显然把前场篮板球少的原因主要归结于冲抢能力差是不合理的。

中国男篮在抢断球数量上远远落后于对手反映了全队防守攻击性和队员个人身体能力方面的差距。中国队在第 14 届世锦赛上全队的防守战术以半场盯人防守和区域联防为主,缺少攻击性。有研究认为,提高我国男篮攻击性防守的关键是中

锋<sup>[3]</sup>。中国队中锋的防守能力和补防意识较强,已经满足了攻击性防守的要求。然而,中国队又遇到了主力阵容中外线队员年龄偏大,脚步移动慢的新问题。

表 6 中国队与与赛队获后场篮板球、抢断球后的进攻速度对比

	队名	进攻速度(s/次)	T
获后场篮板球后	中国队	13.08 ±5.98	4.63 **
	与赛队	9.51 ±5.60	
抢断球后	中国队	10.77 ±6.12	3.77 **
	与赛队	6.48 ±4.88	

注: \*\*  $P < 0.01$

### 2.3.2 获后场篮板球、抢断球后推进速度太慢

由表 6 可以看出,中国队与与赛队相比,获后场篮板球和抢断球后的进攻速度有较大差距。这主要与中国队的推进方式和对方的防守策略有关。中国队获球后以组织后卫运球推进为主,而与赛队在对方后场推进时就对后卫形成干扰或压迫,使之不能快速运球和从容传球,争取将对方拖进阵地战。德国、新西兰、俄罗斯、土耳其队在中国队向前场推进时实施干扰;美国、阿根廷队对推进和接应队员进行紧逼;阿尔及利亚队在大部分时间对推进队员进行干扰。在强大的压力下,中国男篮后卫的问题暴露的更加突出,再加上在推进过程中很少得到队友的掩护和接应,最终降低了中国队的推进速度。

### 2.3.3 发动快攻次数少

快攻被世界强队所重视,同时遏制对方打快攻也成为防守的重要方面。结果显示,世锦赛上,中国队平均每场仅发动快攻 3.86 次,与赛队平均每场发动的 13.14 次,这反映了在防守快攻方面与对手有明显差距。在对篮板球快攻的防守方面,中国队在对方抢到后场篮板球后,往往迅速退回本方后场布防,对方可以轻易接应、推进,并能在几乎无干扰的情况下寻找到传球或突破时机。而对手防中国队的快攻从发动时就开始了,在积极的冲抢和紧逼下,中国队获篮板球的队员(往往是中锋)不能顺利转身长传快攻,只能交给组织后卫。这时,对方已经开始有层次的回防,很少有快攻机会。另外中国队的前锋队员往往快下不够,持球后不敢大胆突破,即便有时出现了快攻机会也不得不被迫转入阵地战。

## 2.4 造成中国男篮进攻速度慢的深层分析

### 2.4.1 防守观念落后、攻击性差

篮球是由进攻和防守两种技战术形式组成的对抗性运动,限制对方得分与进行有效的进攻有着同样重要的战略意义。从现代篮球运动防守的发展过程来看,防守技战术已经从消极防守、积极防守进入

了攻击性防守阶段。攻击性防守利用多变的阵形,对持球者贴身紧逼,造成对方的失误,延缓对方的进攻速度<sup>[4]</sup>。中国男篮目前的情况是内线强于外线,可以充分发挥的快速、灵活的特点和顽强的作风与对方展开较大范围的对抗。通过录像观察发现,中国队的防守战术以半场人盯人和区域联防为主(图 1-2),而与赛队运用全场紧逼盯人,综合多变防守等攻击性较强的战术的时间和比例均高于中国队。

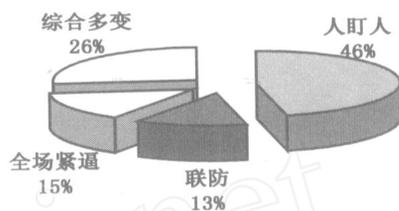


图 1 与赛队防守战术及所占比例

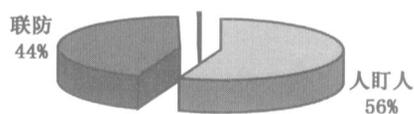


图 2 中国队防守战术及所占比例

攻击性防守要求运动员具备优良的身体素质,而我国运动员的身体素质与世界强队相比有一定差距,但是对于队伍来说,拥有内线高度,发挥快灵的特点和发扬拼搏精神能够弥补身体素质方面的一些不足。

### 2.4.2 进攻战术单一,阵地战以通过中锋进攻为主

伴随着现代篮球运动的发展,中锋的位置越来越灵活,参与的战术越来越多,而中国队的总得分中,内线中锋强打篮下所占比例很大(如图 3),如果再加上通过中锋的进攻,占中国队进攻总数的 56%,而其它进攻方式(包括快攻、外围个人进攻、基础配合等)所占比例仅为 44%。“一点死、两点活、三点以上变化无穷”是阵地进攻的要旨之一<sup>[5]</sup>,中国队进攻方式单一,过于依赖中锋,而中国队中锋的抢位能力和其他队员的传球能力还有待提高,当对方重点防守内线中锋时,中国队的外线队员没有因势利导,大胆突破和出手投篮,进攻时间被外围倒手和中锋手中停留所占用,进攻速度大大降低。

### 2.4.3 身体素质差、基本技术不够扎实

现代篮球运动的发展表明:篮球运动员的身体素质具有明显的专项特征;篮球基本技术是否扎实要看激烈对抗、快速移动中能否运用灵活自如。录像观察发现,世锦赛上中国队外线队员持球时不

敢大胆突破;内线队员从抢位到完成攻击一直处于对方的挤压之下,造成进攻时间延长;在快攻结束段以保为主,即使有一对一的快速突破的机会也不敢果断进攻,许多快攻被迫转入阵地战。在世锦赛上对俄罗斯比赛中,在对方的拼抢、挤压和冲撞之下,中国队战术难以实现,优势难以发挥。全场只有 44 次投篮,2 分球和 3 分球的出手次数比是 1:1,内线接不到球,外线被紧逼后只能仓促投篮。

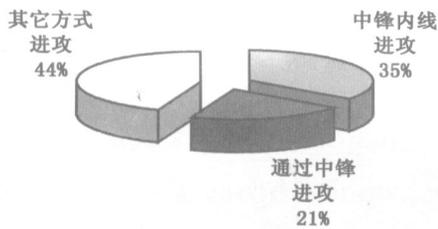


图 3 中国队进攻方向及所占比例

中国队的身体素质和基本技术不能仅靠训练来完成。我国青少年篮球运动员身体素质差、基本技术不规范,在训练中存在着身体素质与技术运用不能够紧密结合的问题<sup>[6-7]</sup>。由此看来提高队员的身体素质、加快进攻速度必须从根本上抓起。

#### 2.4.4 攻守转换慢,快攻、抢攻意识差

攻与守不断转换是篮球运动的特点之一,如果攻守转换意识强,技术合理,就能创造出更多的快攻、抢攻机会。快攻的核心是争取时间,并能够创造人数和位置上的优势<sup>[8]</sup>。抢攻又称“衔接段进攻”“早进攻”,其核心是虽未实现人数或位置上的优势,但仍可趁对方立足未稳进行攻击。在第 14 届世锦赛上中国队快攻、抢攻次数少除了技战术水平的差距外,全队快攻、抢攻意识差也是其中的重要原因。

### 2.5 提高中国队进攻速度的对策

#### 2.5.1 处理好速度与高度、成功率的关系

高水平的比赛是速度、高度和成功率的全面对抗,仅追求其中的一个方面而忽视其它方面是不可取的。发挥高度,争取速度,也就是增加了进攻次数,过于追求高度优势、建立在小基数上的高成功率只是一种低水平上的高成功率。现代篮球运动的发展方向是在快节奏中寻求高成功率,在第 14 届世锦赛上中国男篮的技战术更多体现的是“稳中求快”,而不是“快中求准”。就中国男篮目前的情况来看,投篮命中率已无更大的提升空间。而进攻次数与世界强队有较大差距,已经到了下大力气提高进攻次数、加快进攻速度的时候了。

#### 2.5.2 发挥原有优势,坚持“快、灵、准”的风格

风格是事物的特色,是一个事物成熟的标志。中国篮球经过长期的探索,逐渐形成了“快速、灵活、

全面、准确”的技战术风格。长期以来,内线实力的不足是中国男篮取得好成绩的主要障碍。在三大中锋进入国家队后,这种情况开始改观,但是中国队没能处理好整体共同提高的问题,战术的指导思想过分依赖内线,以往的技战术风格特别是“快”“灵”两个方面越来越淡化<sup>[9]</sup>。“快速、灵活、全面、准确”的技战术风格是根据篮球运动的发展规律提出来的<sup>[10]</sup>,并且体现了篮球运动的发展趋势。应多向欧美强队学习,力求缩小与他们的差距无疑是正确的,但是在向他们看齐的同时,如果忽略了自己的长处和特色,“快速、灵活、全面、准确”体现了篮球运动的本质<sup>[11]</sup>,但在训练和比赛中落实这些要点并非易事。一方面,形成风格是建立在身体素质、基本技术全面发展的基础之上;另一方面,坚持我国男篮的技战术风格也必须放在世界篮球的大环境中去考虑。不了解对立面,忽视相互交流,形成的风格就难以跟上世界篮球发展的潮流。

#### 2.5.3 立足联赛、增加交流,提高自身水平

中国男篮的队员都是从 CBA 中成长起来的,所以提高联赛水平是提高我国男篮水平的根本途径。国家队在世界赛场上表现出来的问题总能从 CBA 中找到原因。在联赛中有些队员习惯于动作慢、移动慢,由于对手防守水平低,速度也不行,这些队员还能正常发挥,可到了国际赛场上,适应不了对方的快节奏,防守跟不上,进攻时动作变形,难以组织有效的进攻。正是因为如此,在 2000 - 2001 CBA 联赛中,各队平均每场投篮 81.9 次,可中国队到了世锦赛上,平均每场只能完成 55 次投篮。

联赛还担负着为国家队不断输送新队员的任务,只有通过高水平的比赛,才能培养出速度快、技术好的球员,对国家队的老队员形成竞争,这样以来,才能拥有一支整体水平高、年龄结构合理的国家队,进攻速度的提高也就顺理成章。

## 3 结 论

(1) 第 14 届世锦赛中国队 7 场比赛的平均进攻速度为 12.40 s/次,与对手的整体水平相比差距较大。(2) 中国队获前场篮板球后进攻速度最快,前场界外球次之,再次是抢断球。获后场篮板球、后场界外球、跳球后进攻速度较慢;传球、运球次数与中国队进攻速度呈高度正相关;不同结束方式对中国男篮的进攻速度没有影响。(3) 中国队进攻速度慢的主要原因有:前场篮板球、抢断球数量太少;获后场篮板球、抢断球后推进速度太慢;发动快攻次数少。(4) 造成中国男篮进攻速度慢的深层原因是:防守观念落后、攻击性差;进攻战术单 (下转第 123 页)

权;根据学校体育侵权行为的行为主体数量不同又可分为单独侵权共同侵权。各种侵权行为并不是彼

此孤立的而是互相联系的,具体关系见图 2。

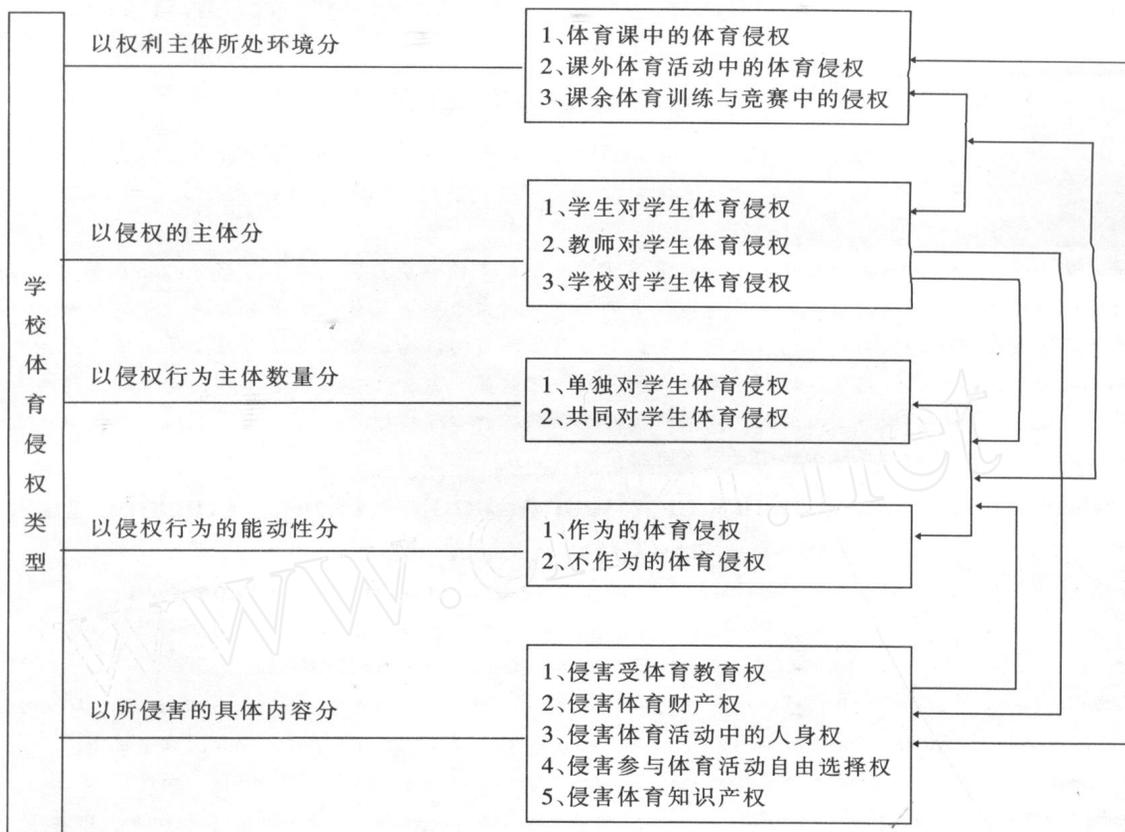


图 2 学校体育侵权行为类型及相互关系

参考文献:

[1]于善旭.论公民体育权利的时代内涵[J].北京体育大学学报,1998,21(4):10-13.  
 [2]胡泓.全日制学校学生体育权利研究[J].天津体育学院学报,2001,16(2):45-47.

[3]刘心稳.中国民法[M].北京:中国政法大学出版社,1999.5.  
 [4]杨立新.侵权法论[M].长春:吉林人民出版社,2000.3.

(上接第 103 页)一,阵地战以通过中锋进攻为主;身体素质差、基本技术不够扎实;攻守转换慢,快攻、抢攻意识差。

参考文献:

[1]谢伦立.对中国男篮参加第 12 届世锦赛进攻速度、成功率的研究[J].体育科学,1997,17(2) 36-39.  
 [2]张晓风.第 12 届男篮锦标赛抢篮板球对比研究[J].天津体育学院学报,1996,19(增刊):123-125.  
 [3]张炳先.篮球攻击性防守的发展及我国的现状与对策[J].中国体育科技,1994.30(7):10-13.  
 [4]张宏成.从近两届奥运会展望中国男篮[J].体育与科学,2001.22(5):26-28.  
 [5]篮球大辞典[M].北京:人民体育出版社,1993.

[6]张振东.我国优秀青年男子篮球运动员身体素质、基本技术的测试结果与分析[J].上海体育学院学报,2001.25(2):55-60.  
 [7]王惠林.对我国少年篮球运动员基本技术和身体素质现状分析及发展对策研究[J].中国体育科技,2000.36(5):42-44.  
 [8]薛岚.CBA 与 NBA 快攻与抢攻以及阵地进攻打法的比较研究[J].浙江师范大学学报,1998,21(2):88-92.  
 [9]周珂.风格的泯灭.中国体育报[N].2002-09-20.  
 [10]杨改生.关于我国篮球风格的思考[N].中国篮球报,1986.  
 [11]全国体育院校教材委员会.篮球运动高级教程[M].北京:人民体育出版社,2000.