

第15届世锦赛中国男篮防守技术分析

柴萍

(广西民族大学 体育与健康科学学院, 南宁 530006)

摘要:通过对第15届世界男篮锦标赛中国男篮6场比赛防守技术的统计,分析和研究了我国男篮在防守技术方面存在的问题,提出了相应的对策和措施,旨在为今后的篮球训练工作提供一定的实践参考和借鉴。

关键词:第15届世锦赛; 中国男篮; 技术统计; 比较分析

中图分类号: G841 **文献标识码:** A **文章编号:** 1673-0143(2008)03-0090-04

2006年8月28日,中国男篮以31分惨败给希腊队,止步8强,以2胜4负的成绩结束了在2006年第15届世界男篮锦标赛上的赛程。中国队基本发挥了自己的水平,但2胜4负的成绩,让多年称霸亚洲篮坛,拥有世界一流中锋姚明的中国男篮暴露了自己的软肋和与世界一流强队之间的差距。

在第15届世锦赛评选中,NBA的詹姆斯和诺维茨基都没能入选最佳阵容,这恰恰证明了欧洲队的强大,也从一个侧面说明:当今世界篮坛拥有着太多的优秀球员。世界篮球的潮流,将被讲究整体的欧洲风格所取代。在国际大赛中,中国男篮要想激起人们的更多憧憬,就必须从整体实力上寻求突破。否则,即使把姚明累死也难拯救

整支球队。笔者从防守的角度对中国男篮6场比赛的数据和录像进行分析,找出中国队与对手在防守方面存在的差异,提出今后努力的方向,同时也为我国男篮备战国际大赛的训练和比赛提供理论参考。

1 中国队与各对手比赛结果与分析

1.1 中国队与意大利队的比赛

中国队在防守方面除了篮板球和盖帽具有一定的优势外,其他方面均处于劣势(见表1),得分比对方少,失误比对方多7次,助攻比对方少16次,犯规比对方多4次,抢断球比对方少4次,从这些数字可以充分说明中国男篮在防守能力上

表1 中国队与意大利队的防守效果比较

国家	得分	罚球	前篮板	后篮板	总篮板	助攻	犯规	抢断	失误	盖帽
意大利	84分	15/19	9	17	26	22	24	9	8	0
中国	69分	23/26	10	20	30	6	20	5	15	4

明显弱于意大利队。15次失误说明我们组织后卫传球方面的隐避性不够,传球成功率不高,容易被对手断球。这是以后要注意的地方。

1.2 中国队同美国队的比赛

中国队防守除了利用姚明身高优势在盖帽方面领先对手外,其他各方面均低于对手(见表2),

篮板少对方8个,助攻少对方6次,犯规则多对方8次,抢断少对方15次,失误则多对方15次,美国队的罚球达到了40次,这说明我们的防守能力有限,容易犯规,给对手更多的罚球机会,也说明美国队个人能力比我们强,突破更坚决,中国男篮在防守方面不能给对手压力,攻击

表2 中国队与美国队的防守效果比较

国家	得分	罚球	前篮板	后篮板	总篮板	助攻	犯规	抢断	失误	盖帽
美国	121分	33/40	20	23	43	23	20	18	8	1
中国	90分	19/25	13	22	35	17	28	3	23	5

收稿日期: 2008-06-01

作者简介: 柴萍(1973-),女,河北保定人,讲师,主要从事篮球教学与训练理论的研究。

性防守能力不强。

1.3 中国队同波多黎各队的比赛

中国队虽然在篮板球和盖帽方面领先对手,但为什么还是输了10分呢?分析原因有3个,一是

投篮命中率不高,二是退防不够快,三是快攻时突破不够。从罚球可以看出中国队容易犯规,给对手更多得分机会(见表3),从整体来看中国队和波多黎各队应该是势均力敌,但结果是不能让人满意的。

表3 中国队与波多黎各队的防守效果比较

国家	得分	罚球	前篮板	后篮板	总篮板	助攻	犯规	抢断	失误	盖帽
波多黎各	90分	18/29	6	30	36	15	24	5	11	2
中国	80分	20/27	7	35	42	13	28	3	16	4

1.4 中国队同塞内加尔队的比赛

从表4可以看出虽然中国男篮在总篮板球方面输给对手5个,抢断球也比对手少4次,但中国队打出了自己的特点,稳定的罚球,有效的助攻,充分利用内线身高优势,6:1的盖帽,更是

体现了我国男篮内线的强大,无论在防守和进攻方面都得到了很好的体现,这也体现了我们组织后卫在这场比赛中传球能力有所提高,也因此最终赢得了比赛的胜利。

表4 中国队与塞内加尔队的防守效果比较

国家	得分	罚球	前篮板	后篮板	总篮板	助攻	犯规	抢断	失误	盖帽
塞内加尔	83分	17/22	12	22	34	12	23	7	14	1
中国	100分	24/27	8	21	29	15	19	3	12	6

1.5 中国队同斯洛文尼亚男篮的比赛

中国队在这场比赛中可以说是险胜对手,一分战胜对手更是体现了我国男篮过硬的心理素质,能在关键时候发挥出自己的水平,虽然中国

男篮在篮板球和抢断等方面不及对手,但在助攻、失误、罚球方面均优于对手(见表5),这是我国男篮值得思考的,也是教练值得研究的。

表5 中国队与斯洛文尼亚队的防守效果比较

国家	得分	罚球	前篮板	后篮板	总篮板	助攻	犯规	抢断	失误	盖帽
斯洛文尼亚	77分	12/18	17	21	38	15	21	9	10	4
中国	78分	15/19	10	19	29	16	20	4	3	4

1.6 中国队同希腊男篮的比赛

中国男篮在同希腊男篮比赛时显得办法不多,过多的犯规和频繁的失误直接导致了中国队的失利,前场篮板球保护不够,直接让对方有机会进行2次进攻,或导致中国队的犯规,希腊队的攻

击性防守起到了很好的作用,中国队的不适应给希腊队创造了13次的抢断,而中国队在这场比赛中的抢断为零(见表6),这说明了中国队的防守缺乏攻击性,不能给希腊队更大的压力。

表6 中国队与希腊队的防守效果比较

国家	得分	罚球	前篮板	后篮板	总篮板	助攻	犯规	抢断	失误	盖帽
希腊	95分	11/17	14	15	29	15	15	13	2	2
中国	64分	12/18	4	21	25	10	19	0	23	3

2 防守战术运用分析

中国男篮防守的攻击性不强,不能有效地干扰对方接球投篮。在防守时脚步移动较慢,跟不

上对手的变化节奏,从而导致较多的犯规;正面堵位不及时,相互协防、换防、补防能力差;防守战术单调,缺少快速运动的防守战术,中国男篮主要还是以2~3联防为主,对对手的远投不能

构成威胁;在对方进攻配合之后总是出现短暂的空挡和漏洞,说明教练员、运动员对现代篮球防守战术的认识和理解不够,战术缺乏应变性、突发性、攻击性和破坏性,以致防守的成功次数大

大低于对手(见表7),结合比赛技术统计和比赛结果,可以看出防守对比赛的胜负有着重要的作用.因此,中国队必须注重攻守的平衡,提高防守的质量.

表7 中国男篮与对手6场比赛防守效果的比较

国家	得分	前篮板	后篮板	总篮板	助攻	犯规	抢断	失误	盖帽
中国	488分	52	138	190	80	134	18	102	26
对手	550分	78	128	206	102	127	61	53	10
正负差	-62分	-26	+10	-16	-22	+7	-43	+49	+16

注:“+”、“-”表示与对方的差距.

在所有的比赛中,从数据中可以看出,中国队在篮板、助攻、抢断、失误方面与对手存在着明显的差距,这是值得我们思考的问题,但在盖

帽方面我们还是有明显的优势,这是值得庆幸的(见表8).

表8 中国男篮与对手每场比赛的各技术平均数

国家	得分	前篮板	后篮板	总篮板	助攻	犯规	抢断	失误	盖帽
中国	488分	52	138	190	80	134	18	102	26
平均每场	81.3分	8.7	23	31.7	13.3	22.3	3	17	4.3
对方	550分	78	128	206	102	127	61	53	10
平均每场	91.7分	13	21.3	34.3	17	21.2	10.2	8.8	1.7

综合分析中国男篮在本届世锦赛的6场比赛中,整体防守能力与世界强队相比,明显处于劣势,存在重进攻,轻防守的思想,防守时不能给对手造成压力,中国队要想走的更远就必须加强各方面的能力,尤其要加强队员攻击性防守的能力,能给对手更大的压力,以及加强在比分领先的情况下学会控制比赛,控制节奏的能力.

3 中国男篮备战国际大赛应采取的对策

3.1 提高身体素质

中国男篮在最基本的肌肉力量、灵敏性上都处于下风,这就导致队员在场上的对抗中处于不利位置.所以,加强身体素质是中国篮球的重中之重.否则,即使在技术上有了进步,也无法面对欧美球员的冲击.

3.2 提高联赛水平

在CBA联赛和国家队训练中投球相当准的球员,一到世界大赛的赛场与强队抗衡的时候就发挥不出来了,虽有身体素质的原因,但国内联赛的水平不高、对抗性不够激烈是主要原因.解决这个问题,要从改革联赛开始,借鉴

篮球强国的经验,不但联赛场数应该提高,而且联赛的质量也要有所提高;同时中国篮球必须走出去,应该与欧洲球队或者欧洲的俱乐部队多交流,以此提高中国男篮的整体水平,增加整体作战的经验.

3.3 建立整体攻防体系

中国男篮曾经具备的“小、快、准、灵”技战术特点是对付欧美强队非常有效的打法.现在中国队拥有令所有队伍羡慕的身高优势,却丢掉了“快、准、灵”的战术风格.中国队在国际大赛上要有所突破,就必须比对手更快、更准、更灵,结合内线优势形成高快结合的技战术特点.

4 结论和建议

中国男篮在防守理念和防守能力上与世界强队相比存在着较大的差距,主要体现在防守移动能力方面,尤其是协防能力和攻击性防守能力.在平时训练中应加强防守技术和脚步移动练习,加强集体防守意识,提高防守质量.

中国队在限制区内的防守具有一定的威胁性,但忽略了对外线远投和快攻的防守.因此,平时

要注意防守的速度和及时落位的训练,提高防守的应变性、突然性和攻击性,才能使内线和外线的防守均具有杀伤力。

中国男篮虽然具有身高优势,但在后场篮板球的争夺中并没有占绝对优势,因此,应该加强篮板球意识和技术的训练。

抢断球的明显劣势是中国男篮综合素质和技术水平较差的体现。因此,中国男篮应以世界强队为目标,苦练基本功,尤其应在高速度、高强度、强对抗下进行练习,以提高防守技术的运用能力和防守的判断能力。

参考文献:

- [1] 孙民治,刘玉林,李杰凯. 篮球运动高级教程[M].北京:人民体育出版社,2000.
- [2] 张宏成. 第14届男篮锦标赛看中国男篮的发展战略[J].体育与科学,2002,18(6):45-46.
- [3] 郭永东,李军,曹永英.从第22届亚锦赛析中国男篮现状[J].成都体育学院学报,2004,16(2):47-49.
- [4] 郭永东.第28届奥运会中国男篮攻防能力分析[J].北京体育大学学报,2005,27(4):1236-1238.
- [5] 袁凤生.篮球运动优秀组织后卫能力的培养[J].中国体育科技,2003(4):78-80.

Analysis of Chinese Men's Basketball Team Defense Technology on 15th Session International Championship

CHAI Ping

(College of Physical Education and Health Science, Guangxi University for Nationalities, Nanning 530006, China)

Abstract: Through the statistics and analysis of the defense technology of Chinese men's basketball team for six matches on the 15th Session International Championship, researches some questions existing in the defense technology of Chinese team, proposes the corresponding countermeasures, to provide reference to the future training and match.

Key words: 15th Session International Championship; Chinese men's basketball team; technical statistics; comparative analysis

(责任编辑:常素珍)