

## 中国男篮现状及发展的思考

严精华, 潘宁, 张勇军, 王小安

(湖北大学体育学院, 湖北武汉 430062)

**摘要:**对中国男篮的现状进行分析认为,中国男篮在本届奥运会进入前8名,第22届亚锦赛中又重夺冠军,但存在诸多不足。针对中国男篮的现状,为备战2008年北京奥运会和进入世界强队行列,提出发展对策。

**关键词:**中国男篮; 世界大赛; 现状分析

中图分类号: G841 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2005)04-0107-03

### The thoughts of current situation and development of China Men's Basketball Team

YAN Jing-hua, PAN Ning, ZHANG Yong-jun, WANG Xiao-an

(College of Physical Education, Hubei University, Wuhan 430062, China)

**Abstract:** The authors analyzed current situation of China Men's Basketball Team and considered that many shortcomings exists in China Men's Basketball Team although it entered the top 8 list in current Olympic Games and became a champion again in the 22nd Asian Championship. Aiming at current situation of China Men's Basketball Team, the authors set forth development strategies for its preparation for Beijing Olympic Games 2008 and becoming a winning team worldwide.

**Key words:** China Men's Basketball Team; world big event; analysis of current situation

中国男篮在雅典奥运会上进入了前8名,完成了赛前制定的目标。与2003年亚锦赛上的表现相比,中国男篮在雅典奥运会上前进的步伐太过艰辛,比赛中也暴露出了较多的问题。本届奥运会上,欧洲球队和阿根廷队表现得十分强悍,他们在讲究团队配合的基础上,在力量对抗方面大大提高,“强悍”已不再只属美国队。他们在原有身材高大、配合默契、投篮准确的优势上,又增加了灵活和快速的特点,且各队的特点鲜明,阿根廷、西班牙、意大利等球队整体攻防速度快;立陶宛队整体实力强,队内拥有多名球星,中、远距离投篮准确;美国队球员身体素质出色,队员身体对抗能力强。当今,各队强调在快速的移动和强对抗中完成投篮、传接球等技术,且各队攻防转换快,队员体能出色。而中国男篮在奥运会比赛中还在使用站立式的传统打法,一招一式地和对手过招,不能适应对手的快节奏,特别是快攻得分少,二次进攻机会不多,外线队员在对手压迫式的防守下命中率低。因此有必要针对中国男篮的现状进行分析,为备战2008年北京奥运会和今后进入世界一流强队行列提供参考。

### 1 中国男篮的现状

#### 1.1 中国男篮近几年取得的进步

作为一个体育大国,近几年我国篮球运动的发展取得了较大的进步。首先,中国男篮经历了多次世界大赛和几年

联赛的锻炼后越来越成熟了,1994年曾杀入多伦多世锦赛前8名,1996年亚特兰大奥运会前8名,并多次在亚锦赛和亚运会上夺得冠军。其次,各级联赛的创办从CBA到CUBA为篮球运动员提供了学习和展示的舞台,也为中国男篮输送了大量的人才并提供了坚强的后盾。再次,联赛中引进了许多国外球员和教练员,为我国篮球运动员和教练员提供了交流和学习的机会,同时也为中国男篮的发展带来新的理念。再者,近几年来培养了众多优秀的年轻运动员,如:姚明、王郅治、巴特尔等一批到NBA中锻炼的球员,让国内优秀运动员到国外学习,有利于运动员的发展。国内CBA联赛也培养了一批年轻有天赋的球员,雅典奥运会和2003年亚锦赛中表现出色的杜锋、李可、朱芳雨、刘炜等,他们都是中国男篮未来的希望。中国男篮近几年的进步是值得赞扬和肯定的,但仍需放眼世界,不断努力,缩小和世界一流强队之间的差距。

#### 1.2 中国男篮的实力

中国男篮向来有快、准、灵的特点,近20年来,中国篮球一直在努力探索自己的发展道路,有过辉煌也有教训。我国篮球一直坚持快速、灵活、准确、全面的战略方针,球队的风格独特,在许多国际重大比赛中多次击败世界强队。随着中国篮球高大球员的不断出现,特别是三大中锋的不断成熟,使人们看到了中国篮球新的希望。然而,近年来中国队在在

线得到加强的同时,没有能够处理好整体水平的同步提高,在追求整体高度的同时使球队的特点弱化了,在战术指导思想方面过于依靠内线,逐渐失去以往快、灵的风格。

当今世界篮球运动的发展趋势是运动员在强对抗和运动战中发挥技、战术水平。在中锋的位置上,姚明和巴特尔能够进入 NBA,这就意味着中国队的内线有一定的实力。但与欧美球队相比明显缺乏有力的对抗,特别是在对方富有攻击性的压迫式防守下更显乏力。在雅典奥运会上与西班牙、阿根廷和意大利队的较量中,在对方队员严密的防守下,中国男篮的外线队员屡投不中,让对手放心大胆地夹防姚明,使内线得分更加困难。

组织后卫是全队组织中最为关键的,倘若没有一名好的组织后卫,再好的战术配合都打不出来。我国男篮的组织后卫在传球的时机、力度、手法、角度以及对运球的时机、方向、速度、护球能力的把握上和国外优秀组织后卫还相差很远。本届雅典奥运会,刘炜的表现比亚锦赛上更加成熟稳健,郭士强的表现也是可圈可点,但两名组织后卫与欧美球队的后卫相比,突破能力不够强,组织能力稍欠火候,同时个人能力不突出,特别是快攻成功率不高。而目前国内优秀后卫人才匮乏,可供选择的余地也不大。

### 1.3 队员意志品质和心理素质

从几次大赛可以看出,当比赛实力相当,中国队在比分上领先或持平时,精神上往往容易松懈。而一旦被对手连连得分或对方采用全场紧逼的战术时,中国队就开始不战自乱、失误不断;而当比分被对手拉开时,全队又显得毫无斗志。2003 年亚锦赛中韩决赛,韩国队在比分落后的情况下,全队不焦不躁,面对内线强大的中国队组织起了具有自身特点的进攻,利用其速度快,三分球准的特点几乎反败为胜。而中国男篮参加雅典奥运会最大的收获就是“永不放弃”的精神,在小组赛中负于西班牙和阿根廷后,中国男篮并没有放弃,在同塞黑和立陶宛的比赛中打出了自己应有的水平。而在与西班牙、意大利队的比赛中,中国男篮外线队员对对手压迫式的防守不适应,缺乏自信心。面对对手贴身的紧逼,难以找到出手的机会,当出现机会时由于弹跳和爆发力有限,容易遭到对手的封盖,常常屡投不中,心态上出现了急躁和胆怯,因此,中国男篮要加强队员的心理素质训练。

### 1.4 球队处于新老交替阶段

中国男篮目前正处于新老交替的关键时期,一批老球员已经到了退役的时候。本届奥运会和 2003 年亚锦赛,中国男篮旨在为备战 2008 年北京奥运会锻炼年轻队员,而在这几次重大的国际赛事中老队员都十分出色地完成了比赛任务,他们也带动了刘炜、杜锋、朱芳雨等一大批年轻球员的成长。但我们也应看到,在这次雅典奥运会中年轻球员情绪急躁、失误过多,特别是在比分落后的情况下不能力挽狂澜,肩负起整个球队的重任。因此,老队员退役后要使年轻队员尽快成熟起来,更出色地肩负起中国男篮前进的重任。

## 2 中国男篮发展的思考

### 2.1 树立球队高、快、灵的风格,增强攻防对抗能力,强调以

### 高制高,以快制高的指导思想

在过去较长的时期内,中国男篮一直把目光盯在欧美强队的长处,把自己的短处和他们的长处相比,并力求缩小这方面的差距,这无疑是正确的。但在学习别人的优点的时候,不要忽略了挖掘自己的长处。首先,中国男篮在世界篮坛上是属于身材高大的队伍,14 届男篮世锦赛上进入前 8 名的各队平均身高为 2.01 m,而当时中国队平均身高为 2.04 m,出战 2003 年亚锦赛的中国男篮队员平均身高 2.01 m,在亚洲更是无人可比。其次,中国男篮的队员属亚洲灵巧型的运动员,如果将这两个优势充分发挥,身高与快、准、灵完美地结合,中国男篮将会是一支无人能敌的球队。从近几年世界大赛中各队的发展趋势可以看出,技术细腻和对抗强的欧洲和拉美球队成绩呈上升势头,而身体素质好逐渐丧失技术风格的美国队正在走下坡路。中国男篮在近几年的奥运会和世锦赛上一直没有重大的突破,就是由于技术和对抗能力没有完美地结合,进攻手段单一加上整体对抗能力不强,防守中脚步移动慢和对抗能力弱等原因。

面对欧美强队,我们要打出自己的特点和风格,用内线优势克制对方的高大队员,以快速、灵活的特点与对手周旋,同时加强攻防中身体对抗能力,这样才能使我们球队永立不败之地。

### 2.2 提高球员的意志品质和心理素质

中国男篮长期缺少的就是坚韧的意志品质和顽强拼搏的精神以及处变不乱的心理素质,坚韧的意志品质和拼搏精神以及良好心理素质是优秀运动员所必须具备的,在技、战术和身体条件和对手相差不大的情况下,这些就成为战胜对手的关键。提高球队的意志品质和心理素质是中国队成为世界强队的必备条件。中国男篮如果能够重视、强化意志品质和心理素质的训练并且克服存在的不足,一定能够在世界篮坛上占据一席之地。因此在平时的比赛和训练中,教练员要有意识地狠抓球队的作风和拼搏意识,培养队员在关键时刻敢于出手、敢于承担责任的精神。

### 2.3 提高教练员的水平,形成独特的执教风格

教练员的选择直接关系到球队的整体素养和风格。中国男篮也有出国学习考察过的前主教练王非,他曾经给中国男篮带来了许多新的思想,但为什么在给中国男篮带来先进的篮球理念的同时会有 2002 年世锦赛的惨败和亚运会的失落,是不是在经历了失败以后再也不向国外派出教练员学习考察了呢?答案是否定的。中国篮球不能仅靠引进几个像哈里斯这样的教练员或者引进一些球员就能解决目前存在的问题,应有计划、有耐心地长期引进外教、外援,并使之与国情相结合。中国篮球必须要向世界篮球学习,适应世界篮球的大环境,这就要求教练员在学习和提高的过程中要形成自己独特的风格,在吸取国外优秀教练员优点的同时,要把这些内容溶汇贯通形成自己的风格。教练员在临场指挥时要充分考虑各种因素,能随时判断场上将要发生的变化,根据队员的特点制定合理有效的战术。

### 2.4 加强中国男篮后备人才的培养

现在世界各国都已认识到搞好篮球后备人才建设是保

持和赶超世界先进篮球水平的捷径。专家们普遍认为,欧美职业篮球在世界上保持其霸主地位且长盛不衰的根本原因在于其国家拥有雄厚的篮球后备人才资源和塔基型输送篮球后备人才渠道。我国一些著名的老队员像刘玉栋、胡卫东依旧驰骋在CBA赛场上,并且在各队中发挥着重要的作用,一定程度上说明了我国篮球后备人才的匮乏,而这种情况是由于我国后备人才培养体制单一性和教练员对后备人才培养的急功近利所致。当前我们应当借鉴国外经验理顺我国篮球后备人才培养体制,由过去单一的国家培养体制转变为由国家、社会共同培养的多渠道、多形式的培养模式。既要根据篮球运动的特点,又要遵循人才成长规律,有计划地进行长期培养,逐步形成篮球人才群、人才链、人才梯队。

青少年时期对于篮球技术训练不能忽视,因为技术是战术组成的重要基础,没有扎实的技术作保障,再好的战术也发挥不出高效率。目前CBA联赛中具有自己技术特点和专长的年轻球员不多,这是由于我国许多教练员在对青少年球员的训练中盲目地追求速度和力量,缺乏对其基本技术训练,对其技术动作的规范性要求不严格,致使运动员掌握的基本技术不够全面、准确。这些都是我国青少年篮球训练中存在的弊病。教练员在对青少年运动员的训练中过度地追求速度和力量是不利于青少年成长的,对于他们今后的骨骼、肌肉和韧带的生长带来了不利的影响,同时又耽误了基本技术的训练良好时机,不利于他们今后职业道路的发展。中国男篮要想实现跻身世界一流强队行列的目标,靠一两年的急功近利突击是不科学的、不牢固的,我们应该把眼光放

得更长远,培养优秀的篮球后备人才。

#### 参考文献:

- [1] 杨留锁. 从第27届奥运会男子篮球比赛看中国队技、战术之差距[J]. 中国体育科技, 2003, 39(7): 15-17.
- [2] 赵成, 张继池. 中国男子篮球队与对手攻守能力差异比较研究[J]. 中国体育科技, 2003, 39(7): 18-19.
- [3] 滕朝阳, 郭永东. 美国职业篮球进攻与防守的技、战术特征[J]. 成都体育学院学报, 2003, 29(1): 54-56.
- [4] 张绣华. CBA与NBA篮球运动员防守能力比较[J]. 中国体育科技, 2003, 39(8): 39-41.
- [5] 李伟, 王瑞强, 杨跃飞, 等. 第27届奥运会男子篮球比赛中国与国外队优秀组织后卫组织进攻能力比较研究[J]. 中国体育科技, 2002, 38(12): 30-32.
- [6] 陈京生. 第14届世界男篮锦标赛与亚运会中国男篮外国队员进攻与防守技、战术研究[J]. 体育与科学, 2003, 24(5): 56-58.
- [7] 彭敏. 浅析中国男篮与世界强队的差距[J]. 体育科研, 2002, 23(1): 25-26.
- [8] 于振峰. 中国篮球竞技后备人才现状调查与培养对策[J]. 体育学刊, 2002, 9(5): 123-126.
- [9] 张宏成, 潘晟. 从第14届世界男篮锦标赛看中国男篮的发展策略[J]. 体育与科学, 2002, 23(6): 42-44.

[编辑:周威]