

近三次篮球世界大赛我国男篮进攻方式的变化

张利超

(仲恺农业工程学院 体育部, 广东 广州 510225)

摘 要: 为总结中国男篮近几年国际大赛进攻方式的变化, 找出成绩逐年下滑原因, 采用最新奥特喜马拉雅非线性编辑软件将中国男篮 29、30 届奥运会及 16 届世锦赛所有比赛录像进行片段分割, 对中国队每一次进攻进行分析并按进攻方式统计数据, 再进行数据整理、解析。得出结论, 3 次大赛中国队内外线进攻方式存在较大变化, 自 2008 年奥运会后内线缺乏有力支撑点及牵制力。虽然易建联在 16 届世锦赛和 30 届奥运会都有不错的表现, 但内线抢位身体对抗能力有限及打法单一, 很难起到牵制对手作用。教练邓华德有意加强外线队员突破进攻, 但效果有限。内外线队员单打过多, 在对手凶悍防守面前命中率较低并缺乏整体配合意识, 中国队内外线缺少稳定得分点。

关键词: 竞赛与训练; 进攻方式; 中国男篮; 新奥特喜马拉雅非线性编辑软件; 第 29、30 届奥运会; 第 16 届世锦赛

中图分类号: G841 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2015)04-0116-05

Offense direction changes made by the Chinese Men's Basketball Team in recent three world basketball games

ZHANG Li-chao

(Department of Physical Education, Zhongkai University of Agriculture and Engineering, Guangzhou 510225, China)

Abstract: In order to summarize offense direction changes made by the Chinese Men's Basketball Team in recent three international games, so as to find out the reasons for its continuous performance decline year by year, the author, by using the latest OTT Himalaya nonlinear editing software, carried out segment division on the videos of all the games played by the Chinese Men's Basketball Team in the 29th and 30th Olympic Games and the 16th World Championships, analyzed each offense executed by team China and gathered the data according to the way of offense, then collated and analyzed the data, and drew the following conclusions: team China had big changes in the way of inside and outside offense in these three games, had lacked powerful inside support and containment since the Olympic Games 2008; although YI Jian-liang had good performance in the 16th World Championships and the 30th Olympic Games, but his body contesting ability for inside position competition was limited and his moves were undiversified, so it was very difficult for him to play a role in containing the opponent; coach Donewald had intended to strengthen outside players' breakthrough and offense, but achieved only a limited effect; the inside players had too many solo moves, had a low score rate and lacked teamwork awareness when they faced the opponent's aggressive defense; team China lacked stable inside and outside scoring points.

Key words: competition and training; way of offensive; Chinese Men's Basketball Team; the latest OTT Himalaya nonlinear editing software; the 29th and 30th Olympic Games; the 16th World Championships

篮球比赛中进攻方式与球队的风格有着十分密切的关系。世界强队都有着自已常用的攻击方式, 如有

的利用突破强攻、结合分球进攻; 有的利用配合创造进攻机会; 有的利用高度优势篮下强攻或抢篮板球二

次进攻;有的利用突分、传切或挡拆3分远投或中投。特别是近年来世界强队的快攻意识强攻击方式速度快、变化多,极大地改变着当今世界篮球的格局,影响着篮球风格的发展。反观我国篮球,2008年北京奥运会时由于有姚明的存在,利用高度,强攻篮下,稍有良好表现。但随后的发展,不仅成绩下滑,而且攻击方式迷茫,漂移不定,没有形成有效的攻击方式。本研究试图采用最新奥特喜马拉雅非线性编辑软件对中国男篮近3次世界大赛(2008年北京奥运会、2010年16届世锦赛及2012年伦敦奥运会)所有比赛录像进行片段分割、解析,研究中国男篮进攻方式的变化,为今后确立自己的鲜明攻击方式提供理论基础。

1 概况

2008年北京奥运会中国男篮内线队员得214分,占总得分49.3%,内线队员2分命中率55.7%;2010年世锦赛中国男篮内线得193分,占总得分45.2%,

内线队员2分命中率50%,与2008年北京奥运会比较,内线得分比例和命中率下滑;2012年伦敦奥运会,内线队员得114分,占总得分36.4%,内线队员2分命中率47.2%,与2010年世锦赛比较,内线队员得分比例和命中率下滑明显。3次世界大赛,内线队员投篮得分情况有明显变化,2008年北京奥运会内线队员主要以篮下挤靠、二次进攻、罚球为主要得分方式;2010年世锦赛与2012年奥运会内线队员以个人中投、个人3分、突破篮下强攻为主要得分方式。2008年北京奥运会、2010年男篮世锦赛、2012年伦敦奥运会外线队员3分得分比例占外线队员总得分分别为51.8%,46.2%,34.7%,3分得分比例明显在下滑。2分得分比例占外线队员总得分分别为30%、30.8%、47.2%,2分得分比例明显上升。2008年北京奥运会外线队员主要以外围3分远投为主要得分方式,2010年世锦赛与2012年奥运会外线队员逐渐转变进攻方式,以突破强攻和中投为主要得分方式(见表1)。

表1 3次世界大赛中国男篮内外线投篮得分统计

大赛名称	内外线	3分球				2分球				罚球				总体	
		命中数	出手数	命中率/%	得分占比/%	命中数	出手数	命中率/%	得分占比/%	命中数	出手数	命中率/%	得分占比/%	得分	得分占比/%
30届奥运会	外线	23	59	39.0	34.7	47	123	38.2	47.2	36	61	59.0	18.1	199	63.6
	内线	4	10	40.0	10.5	37	87	42.5	64.9	28	46	60.9	24.6	114	36.4
	合计	27	69	39.1	25.9	84	210	40.0	53.7	64	107	60.0	20.4	313	
29届奥运会	外线	38	117	32.5	51.8	33	85	38.8	30.0	40	50	80.0	18.2	220	50.7
	内线	7	31	22.6	9.8	68	122	55.7	63.6	57	68	83.8	26.6	214	49.3
	合计	45	148	30.4	31.1	101	207	48.8	46.5	97	118	82.2	22.4	434	
16届世锦赛	外线	36	93	38.7	46.2	36	103	34.1	30.8	54	72	76.1	23.1	234	54.8
	内线	8	30	26.7	12.4	65	134	50.0	67.4	39	56	70.8	20.2	193	45.2
	合计	44	123	5.8	30.9	101	237	42.6	47.3	93	128	72.7	21.8	427	

2 进攻方式变化

2.1 由内线进攻为主转向外线进攻

2008年北京奥运会中国男篮内线得214分、外线得220分,外线队员3分出手117次,2分出手85次,3分得分占到外线队员总得分的51.8%;2010年男篮世锦赛内线得193分、外线得234分,外线队员3分出手93次,2分出手103次;2012年伦敦奥运会内线得114分、外线得199分,外线队员3分出手59次,2分出手123次。从以上数据可看出,2008年北京奥运会后,中国队进攻重点由内线向外线转变,战术重心逐渐偏重外线,外线队员主要进攻方式由原来的3分远投转变为突破强攻或中投。有这样变化说明中国队内线实力在减弱,外线得分能力逐渐强过内线。外

线进攻重点逐渐向突破、中投转变(见表1)。

2.2 突破进攻方式的变化

由于防守的加强,世界大赛中持球突破是现代篮球比赛中的重要得分手段,也是运用最多的战术配合攻击方式之一^[1]。从3届世界大赛中国队利用突破制造总投篮次数、得分、命中率的变化来看,利用突破制造总投篮次数逐年提高,得分的效率逐年在降低,29届奥运会命中率50%、16届世锦赛33.9%,30届奥运会32.0%。3次大赛中国队都是以个人突破进攻为主要投篮方式,29届奥运会44次、16届世锦赛56次、30届奥运会51次。突破分球投篮次数、得分、命中率都在逐年减少、降低。观察录像找进攻变化原因,29届奥运会中国队主要进攻点在内线,内线牵制

力较强,对手防守外线的队员部分精力投入对内线协防,减轻了外线队员进攻压力,故外线队员突破个人进攻或突破分球投篮命中率较高。16 届世锦赛和 30 届奥运会中国队内线缺少稳定得分点和牵制力,教练霍华德在战术上逐渐向外线倾斜,并增加了个人突破

强攻,由于队员力量和身体素质与欧洲球员有一定的差距,所以很难在位置空间上占有优势,即使突破对手第一道防线,对手补防迅速,此时处理球效果不好,故命中率不高(见表 2)。

表 2 三次赛事中国队利用突破投篮方式与得分

赛事	投篮方式	出手次数	投中次数	命中率/%	得分	得分占比/%
29 届奥运会	突破上篮	44	18	41.00	36	8.30
	突破跳投	23	14	61.00	28	6.50
	突分 2 分投篮	6	4	66.70	8	1.80
	突分 3 分投篮	13	9	53.00	27	6.20
	合计	90	45	50.00	99	22.80
16 届世锦赛	突破上篮	56	21	37.50	42	9.80
	突破跳投	51	13	25.50	26	6.10
	突分 2 分投篮	9	6	66.70	12	2.80
	突分 3 分投篮	8	2	25.00	6	1.40
	合计	124	42	33.90	86	20.10
30 届奥运会	突破上篮	51	17	33.30	34	10.90
	突破跳投	39	10	25.60	20	6.40
	突分 2 分投篮	6	4	66.70	8	2.60
	突分 3 分投篮	7	2	28.60	6	1.90
	合计	103	33	32.00	68	21.80

2.3 个人攻击与配合攻击方式的变化

挡拆配合是掩护队员采用合理的行动,用自己的身体挡住同伴的防守队员的移动路线,使同伴借以摆脱防守的一种配合方法^[2]。由表 3 可以看出利用挡拆投篮 2008 年北京奥运会共 50 次,其中 40 次是 3 分投篮;2010 年世锦赛投篮 33 次,22 次 3 分投篮;2012 年伦敦奥运会 29 次投篮,20 次 3 分投篮。2008 年北京奥

运会后利用挡拆配合投篮在减少,尤其是利用挡拆 3 分投篮次数变化明显。观察录像发现,2008 年北京奥运会中国队内线有较强牵制力,在利用挡拆后,对手将防守重点放在内线上,所以挡拆后 3 分出手机会较多。2010 年世锦赛和 2012 年伦敦奥运会,中国队内线牵制力有限,挡拆后外线受到压制,所以投篮次数减少(见表 3)。

表 3 三届赛事中国队利用挡拆投篮方式与得分

赛事	投篮方式	出手次数	投中次数	命中率/%	得分	得分占比/%
29 届奥运会	为持球人挡拆 2 分球	8	1	12.5	2	0.5
	为无球人挡拆 2 分球	2	1	50.0	2	0.5
	为持球人挡拆 3 分球	17	3	18.0	9	2.1
	为无球人挡拆 3 分球	23	9	39.0	27	6.2
	合计	50	14	28.0	40	9.3
16 届世锦赛	为持球人挡拆 2 分球	4	1	25.0	2	0.6
	为无球人挡拆 2 分球	5	2	40.0	4	1.3
	为持球人挡拆 3 分球	12	3	25.0	9	2.9
	为无球人挡拆 3 分球	8	2	25.0	6	1.9
	合计	29	8	27.6	21	6.7
30 届奥运会	为持球人挡拆 2 分球	4	1	25.0	2	0.6
	为无球人挡拆 2 分球	5	2	40.0	4	1.3
	为持球人挡拆 3 分球	12	3	25.0	9	2.9
	为无球人挡拆 3 分球	8	2	25.0	6	1.9
	合计	29	8	27.6	21	6.7

2.4 不同区域进攻的变化

从3次大赛限制区总投篮次数及得分情况的变化来看,限制区内的进攻及得分逐年呈下滑趋势,29届奥运会中国队限制区篮下挤靠强攻为主要进攻手段,出手51次,投中23次,命中率45.1%,得46分;16届世锦赛虽然篮下挤靠强攻44次,进攻次数也不少,但投中13次,命中率偏低(29.6%),得分没有二次进攻高,和传切篮下得分持平;30届奥运会内线队员在限制区内进攻已不是主要进攻点,共出手46次,得48分,二次进攻次数及得分在限制区投篮、得分、命中率最高。观察录像发现,29届奥运会比赛中,姚明在篮下具有强大杀伤力,中国队将强打篮下作为一个重要进攻点。中国队在16届世锦赛篮下也有较多出手机会,但篮下挤靠投篮成功率不高,身体力量对抗不足和篮下进攻打法单一是主要原因。

主要进攻方式是个人投篮,其次是突破分球投篮。个人投篮多数是通过球的转移和队员的穿插跑动找机

会进行投篮^[3]。30届奥运会和16届世锦赛在个人投篮的总命中率方面都在40%以上,在30届奥运会上个人投篮虽然只出手79次,但得分达到92分。16届世锦赛出手112次,得分128分(表4)。突分配合是指持球队员突破对手后,主动地或应变地利用传球与同伴进行攻击的一种配合方法,具有很强的攻击性,一旦运用恰当,能给防守方带来巨大的威胁^[4]。3次世界大赛在中区利用突破分球中投的投篮次数都不多。远区利用突破分球3分远投29届奥运会出手17次,命中9次,稍显突出,之后2次大赛只出手了8次和7次,呈下滑趋势(表2)。观察录像发现,29届奥运会队员在突破进攻时对手怕高吊球传给内线姚明,收缩协防内线较多,为突破分球远区3分投篮创造了一些机会。30届奥运会和16届世锦赛由于缺少姚明参赛,进攻区域逐渐由限制区向外转移,战略战术由篮下强攻转变为利用穿插跑动个人投篮或是突破进攻。

表4 三次赛事中国男篮其他投篮与得分

赛事	投篮方式	出手次数	投中次数	命中率/%	得分	得分占比/%	
29届奥运会	个人投篮:						
	个人中投	24	9	37.5	18	4.1	
	个人3分	84	24	28.6	72	16.6	
	合计	108	33	30.6	90	20.7	
	限制区投篮:						
	篮下挤靠	51	23	45.1	46	10.6	
	二次进攻	22	16	72.7	32	7.4	
	传切限制区	11	10	90.9	20	4.6	
	合计	84	49	58.3	98	22.6	
	快攻	13	5	38.5	10	2.3	
	罚球	118	97	82.2	97	22.4	
	16届世锦赛	个人投篮:					
		个人中投	19	10	52.6	20	4.7
个人3分		93	36	38.7	108	25.3	
合计		112	46	41.1	128	30.0	
限制区投篮:							
篮下挤靠		44	13	29.6	26	6.1	
二次进攻		19	14	73.7	28	6.6	
传切限制区		15	13	86.7	26	6.1	
合计		78	40	51.3	80	18.8	
快攻		13	8	61.5	16	3.8	
罚球		128	93	72.7	93	21.8	
30届奥运会		个人投篮:					
		个人中投	37	16	43.2	32	10.2
	个人3分	42	20	47.6	60	19.1	
	合计	79	36	45.6	92	29.3	
	限制区投篮:						
	篮下挤靠	18	5	27.8	10	3.2	
	二次进攻	21	14	66.7	28	9.0	
	传切限制区	7	5	71.4	10	3.2	
	合计	46	24	52.2	48	15.4	
	快攻	22	10	45.5	20	6.4	
	罚球	107	64	60.0	64	20.4	

2.5 快攻方式的变化

由防守转入进攻时,以最快的速度、最短的时间超越对手,争取造成人数上优势,以多打少;或在人数不占优的情况下,趁对方阵脚未稳,假造位置上优势,果断而合理进行攻击的一种积极快速的进攻战术^[9]。和欧洲球队及世界强队相比快攻一直是中国队的弱项,近几届大赛中国队始终未能在快攻方面有所突破,29届奥运会中国队共发起13次快攻,成功5次,命中率38.5%,得10分。中国队抢后场篮板球,后卫接应向前推进找快攻机会。由于速度不够,对手容易在由攻转守的位置空间作出调整,所以快攻的次数和成功率不高。16届世锦赛中国队同样发起13次快攻,成功8次,命中率61.5%,得16分。发动快攻的次数上没有变化,命中率有提高,快攻发动的形式大致相同,加快了进攻速度,提高了快攻效率。30届奥运会中国队创造出22次快攻机会,成功10次,命中率45.1%,得20分。中国队加强了防守的压迫性,创造出一些抢断机会,并加快了进攻速度和节奏,由于队员年轻,大赛经验不足,快攻变化不多,虽然在快攻的次数上略有提高,但快攻的效率有所下降。

现在世界篮球发展的趋势已将快攻作为一项重要的得分手段和拉开比分最快、最有效的进攻方式。队员利用抢断、后场篮板、快攻意识、推进速度创造和发动快攻,利用身体的对抗、队员之间的默契和结束时的变化来保证快攻的成功率。对比中国队,在发动快攻第一时间机会把握不好,意识不足,推进速度不够,在快速推进过程中身体对抗能力有限,结束时变化不多,得分能力不强。

3 结论与建议

1)中国队战术重心逐渐由内线向外线转变,外线队员主要进攻方式由原来的3分远投转变为突破强攻或个人投篮。但突破强攻的成功率不高,突破与突分机动性与应变性不够。内线队员主要进攻方式由限制

区挤靠强攻、抢篮板二次进攻逐渐转变为限制区外个人投篮、突破进攻。利用挡拆进攻配合一直不是中国队主要进攻方式。快攻在次数和得分方面略有提高,但成功率起伏不定,所占得分比例没什么改变。

2)现在正是中国队新老交替的过程中,队伍年轻化是必然的,精力旺盛并有冲劲,因此,建议:(1)加强全场紧逼及进攻式防守训练,用全场紧逼来弥补中国队内线不足。(2)加强速度及力量练习,在赛场上速度和力量可以帮助队员找到更有利的进攻和防守位置。(3)加强队员训练课下及比赛的沟通,队员的默契往往是在沟通中形成的。(4)加强队员球性、球感、综合能力及全面性练习,现在国际大赛中多数球员位置在逐渐模糊化,后卫可以穿插内线进攻,中锋可以拉到外线投3分,后卫与前锋,大前锋与中锋等在球场上角色都可互换。(5)多承办国际篮球赛事或邀请世界强队到中国进行比赛交流,增加全民对篮球热爱的同时也学习国外强队的攻防特点,对比自身不足,提高比赛经验。(6)重视青少年篮球训练,中国篮球的未来必须从娃娃抓起。

参考文献:

- [1] 唐广宁,冯建,郭士强.从2010年第16届世界男篮锦标赛分析世界篮球内外线技战术发展的新趋势[J].沈阳体育学院学报,2011,30(4):88-91.
- [2] 孙民治.篮球运动教程[M].北京:人民体育出版社,2007.
- [3] 武军.篮球比赛中三分球的作用及其对技战术影响的分析[J].成都体育学院学报,2005,31(5):70-72.
- [4] 刘宗焱.08奥运会中国男篮与其对手突分配合战术运用的比较研究[J].赤峰学院学报,2010(2):120-122.
- [5] 刘颖俊.现代篮球快攻特点研究[D].北京:北京体育大学,2010:51.