

# 亚洲男篮与世界诸强攻防能力分析

黄丽华

(莆田学院体育学院, 福建 莆田 351100)

**摘要:**运用文献资料、对比分析、录像观察、数据数理统计等方法,对第16届男篮世锦赛亚洲男篮攻防能力的指标进行研究,分析亚洲球队与世界强队之间存在着哪些差距。结果表明:亚洲球队在进攻方面表现为投篮的出手次数少、命中率低,尤其是2分球的出手次数和命中率与对手差距明显;抢进攻篮板球能力差;助攻能力弱,在强对抗中失误率高;在防守方面存在着抢断能力差;盖帽能力不及对手;抢防守篮板球能力弱。针对以上存在的问题,提出亚洲男篮应提高冲抢进攻篮板球意识,强化队员传接球能力训练;提高队员投篮的自信,加强对抗中快速投篮训练,提高防守的积极性、突然性和应变性,强化队员在抢防守篮板球时先抢位后抢球意识,加强队员身体素质的练习,提高身体对抗能力等。

**关键词:**世锦赛;亚洲男篮;进攻能力;防守能力

中图分类号:G841

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2016)03-0056-05

## Analytical Investigation of Attack and Defense Ability Between Asian Men's Basketball Team and the World Top Ranked Team

HUANG Li-hua

(School of P. E., Putian University, Putian 351100, China)

**Abstract:** The paper utilizes many methods, such as document literature, comparative analysis, videotape observation, mathematical statistics, etc. to analyze the index of attack and defense ability of Asian men's basketball team in the 16th annual world basketball championship. The outcome shows that there is a big difference between Asian basketball team and world basketball team. 1) On the offensive, Asian basketball team shows few attempts of shoot and low rate of hits, especially 2 points ball which obviously fall behind his opponents; 2) Asian basketball team has a poor ability to scramble for offensive rebound. 3) In a fierce competition Asian basketball team has weak secondary attack ability, and the error probability is rather high. 4) In defense the Steal ability of Asian basketball team is poor. 5) The Block Shot ability of Asian basketball team is inferior to his rival. 6) The robbing offensive rebound ability of Asian basketball team is weak. On account of the above questions, the officials propose that Asian basketball team should improve the players' confidence, intensify the practice of fast shooting, improve the consciousness of rushing for the offensive rebound, strengthen the practice of passing and catching ball ability, enhance the positivity, eagerness and adaptability of defense, intensify the players' consciousness of grabbing the advantage spot first and then the ball when they grab the offensive rebound, reinforce the practice of the players' physical quality in order to improve the body's withstanding ability.

**Key words:** World Championship; Asian men's basketball team; offensive ability; defensive ability

第16届世界男子篮球锦标赛是继北京奥运会之后的又一次具有重大意义的世界级篮球赛事。本次世锦赛顺利地土耳其落下帷幕,参加比赛的亚洲四支球队唯中国队奇迹般地在小组赛中以1胜4负的战绩闯进16强。其余的3支球队伊朗(1胜4负)、黎巴嫩(1胜4负)、约旦(0胜5负)的战绩都未能摆脱在小组赛中惨遭淘汰的命运。总体上看,亚洲男篮

与欧美男篮的差距还在不断扩大,同时也意味着亚洲男篮在篮球的发展道路上还有一段很长很艰辛的路要走。所谓攻防能力是指进攻技术和防守技术两方面的整体能力。本文旨在通过对亚洲男篮与对手在本届世锦赛上的21场比赛中的各项攻防技术指标进行分析,关注当今欧美男篮世界强队的攻防技术特点和风格,找出当前亚洲男篮存在的不足,为今后的训

练提供理论指导,为进一步促进亚洲男篮整体水平提供借鉴。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

以第 16 届男篮世锦赛亚洲男篮与对手的 21 场比赛(其中包括中国队与对手的 6 场比赛,约旦队、伊朗队、黎巴嫩队分别与对手的 5 场比赛)为研究对象。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

通过中国期刊网、图书馆查阅和收集与本文研究相关的文献资料 50 余篇,为本研究提供一定的理论基础,梳理、分析、得出与本研究有关的材料资源。

1.2.2 对比分析法

对亚洲男篮诸队与对手在本届世锦赛中的各项攻防技术指标进行对比分析。

1.2.3 数据统计法

对亚洲男篮在第 16 届世锦赛中与对手的 21 场比赛采用技术指标数据统计和观察比赛录像,全部数据用 SPSS13.0 统计软件进行处理。

2 结果与分析

2.1 对亚洲男篮进攻能力的分析

进攻能力是篮球比赛中的核心能力,进攻能力的强弱主要是从得分能力、抢进攻篮板能力、助攻能力、失误方面等各种能力得以体现。

表 1 第 16 届世锦赛亚洲男篮与对手比赛进攻技术统计

	中国	对手	<i>P</i>	约旦	对手	<i>P</i>	伊朗	对手	<i>P</i>	黎巴嫩	对手	<i>P</i>	
总得分	71.7	83.2	<0.05	72.2	89.1	<0.05	60.2	73.4	<0.05	67.8	88	<0.05	
2 分球	中次	16.8	22.7	>0.05	16.2	24.6	>0.05	17.8	22	>0.05	16.4	24	>0.05
	投次	39.4	42.8	>0.05	33	39.7	>0.05	39	41.8	>0.05	37	38.8	>0.05
	命中率/%	42.5	53	<0.05	49.1	61.8	<0.05	45.6	52.6	>0.05	44.3	61.9	<0.05
3 分球	中次	7.3	8.5	>0.05	8.4	8.2	>0.05	4.4	7.1	>0.05	6.6	9.2	>0.05
	投次	20.5	25.7	<0.05	28	23.5	>0.05	18.2	21.4	>0.05	19.8	25.2	<0.05
	命中率/%	35.6	32.9	>0.05	30	35	>0.05	24.2	32.7	>0.05	33.3	35.7	>0.05
罚球	中次	15.5	12.5	>0.05	11.6	15.4	>0.05	11.4	8.4	>0.05	15.6	13	>0.05
	投次	21.3	17.8	>0.05	17	20.2	>0.05	16.2	11.8	>0.05	23.8	17.8	>0.05
	命中率/%	72.8	70.2	>0.05	68.2	76.2	>0.05	70.4	71.2	>0.05	65.5	73	>0.05
其他	进攻篮板	6.8	13.5	>0.05	9	11.4	>0.05	9.8	10.6	>0.05	9.8	10.6	>0.05
	助攻	10.6	16	<0.05	12.2	18.2	<0.05	7.8	13	<0.05	10.6	22.4	<0.01
	失误	13.2	12.2	>0.05	14.2	10.1	>0.05	17	14.2	>0.05	15.6	13.2	>0.05

2.1.1 得分能力分析

篮球比赛的胜负是以球队在规定时间内得分多少来决定的。因此,球员的得分能力就直接影响球队的胜负。从表 1 上看,经过 *P* 值检验亚洲球队中国队、约旦队、伊朗队、黎巴嫩队场均得分均与对手成显著性差异( $P<0.05$ ),落后的比分分别为 11.5 分、16.9 分、13.2 分、22.2 分。在篮球比赛中得分要与全队的 2 分球、3 分球的出手次数、命中率等成正相关。而 2 分球出手次数,亚洲球队都低于对手,其中

中国队场均出手 39.5 次,对手 42.8 次,相差 3.3 次;约旦队场均出手 33 次,对手 39.8 次,相差 6.8 次;伊朗队场均出手 39 次,对手 41.8 次,相差 2.8 次;黎巴嫩队场均出手 37 次,对手 38.8 次,相差 1.8 次。

1)2 分球得分能力的分析 在 2 分球命中率上也都逊于对手,特别是中国队、约旦队、黎巴嫩队差异具有显著性( $P<0.05$ ),反映出了亚洲男篮 2 分球得分能力与世界强队之间存在较大的差距。从录像观察,亚洲男篮在激烈对抗中摆脱对手投篮的能力弱,

投篮的命中率差,队员之间配合不够默契,掩护后投篮次数少、年轻队员投篮不够自信等。

2)3 分球得分能力的分析 3 分球是球队缩小比分或拉大差距最快、最有效的手段,如表 1 所示,在 3 分球的出手次数、命中率方面,约旦队出手次数比对手高出 4.5 次,而命中率低,导致 3 分得分仅比对手多 0.2 分。中国队虽然命中率略高于对手,但由于出手次数落后对手 5.2 次,以至于 3 分得分还比对手少 3.6 分。伊朗队和黎巴嫩队都低于对手,分别落后对手 3.2 次、8.5 个百分点,5.4 次、2.4 个百分点,特别是中国队、黎巴嫩在 3 分球出手次数上与对手差异具有显著性( $P < 0.05$ )。说明亚洲男篮 3 分球的得分能力与欧美强队存在差距,从比赛录像观察,亚洲男篮攻防转化速度慢,长距离传球不到位,队员接球后攻击性假动作少、投篮不果断,掩护和突破分球质量差、出现空位投 3 分的次数少,队员 3 分跳投技术弱等,特别是在伊朗队与美国队的比赛中,伊朗队 3 分球命中率太低,3 分球出手 21 次仅命中 3 次,命中率低是由于美国队防守严密造成伊朗队队员 3 分跳投时动作变形,再加上出手速度慢、多次勉强出手。说明亚洲球队的 3 分跳投的技术有待提高,这是亚洲男篮在 3 分球指标上不及欧美强队的主要原因。

3)罚球得分能力的分析 罚球是一项可以体现出球员基本功的指标,从罚球的命中率上看,约旦队、伊朗队、黎巴嫩队都低于对手,分别落后 8 个百分点、0.8 个百分点、7.5 个百分点,中国队略高于对手,多出 2.6 个百分点,差异不具显著性( $P > 0.05$ )。说明亚洲男篮在无人干扰的情况下投篮稳定性还不如欧美强队。由此可见,出手的次数少,命中率低,最后的得分必定会比对手低。

#### 2.1.2 抢进攻篮板能力的分析

在现代的篮球比赛中,争抢篮板球的数量是左右比赛胜负的关键因素,是球队获得比赛胜利的保证<sup>[1]</sup>。而抢进攻篮板球是第一波攻击的延续,并且能增加了进攻次数和得分机会<sup>[2]</sup>。从表 1 上显示,在抢进攻篮板指标上,中国队、约旦队、伊朗队、黎巴嫩队场均都低于对手,分别落后 6.7 个、2.4 个、0.8 个、0.8 个,特别是中国队抢进攻篮板球的指标与对手成显著性差异( $P < 0.05$ )。说明亚洲球队冲抢篮板球的能力不如欧美强队,从比赛录像观察,亚洲球队整体的冲抢篮板球意识差、拼抢进攻篮板球的人数少、抢位技术及篮下对抗能力弱,特别是中国队在与立陶宛队的比赛中中国队只有王治郅、易建联两人抢到进

攻篮板球,总数为 4 个,而立陶宛队却有 6 人抢到进攻篮板球,总数为 14 个,立陶宛队抢进攻篮板时都有几人在篮下配合并有意识将对手挡在身后,让队友抢下进攻篮板,而中国队抢进攻篮板的人数太少。这是导致亚洲男篮抢进攻篮板数量少的主要原因。

#### 2.1.3 助攻能力的分析

“助攻技术是建立在熟练的控制、支配球能力和变幻莫测的传球技巧以及默契的配合基础上的”<sup>[3]</sup>。传接球是进攻队员在场上相互联系和组织进攻的纽带,是实现战术配合、创造更多更好的投篮机会的具体手段。从表 1 上看,中国队、约旦队、伊朗队在场均助攻指标上与对手成显著性差异( $P < 0.05$ ),分别落后对手 5.4 次、6 次、5.2 次,特别是黎巴嫩队的场均助攻指标与对手差异具有高度显著性( $P < 0.01$ )。落后对手 11.8 次,说明亚洲男篮的助攻能力与欧美强队存在较大的差距。从比赛的录像上观察,亚洲男篮在与世界强队的比赛中,后卫视野不开阔、控球时间长、传球速度慢,队员之间传球不果断,在队友出现攻击机会时传球不及时。特别是在黎巴嫩队与西班牙队的比赛中表现明显,黎巴嫩队全场只有 5 次助攻,其中后卫仅有 7 号法哈德的 1 次助攻其余 4 次分别为 5 号弗罗曼和 4 号阿卜杜努尔 2 前锋的助攻。此场比赛中队员的配合不多,传球方式少,被紧逼后传球的效果差,导致队友投篮不连贯。此外亚洲男篮在比赛中还存在队员接到球后行动不明确、导致动作不连贯的现象,从而失去了很多投篮、突破等较好的进攻时机。

#### 2.1.4 失误次数的分析

在篮球比赛中,每个队都想抑制对手的进攻,通过增加对手的失误来为本方获得更多的进攻机会。一场比赛中,每增加一次失误就会让球队丢掉一次控制权。从表 1 显示,在失误指标上,中国队、约旦队、伊朗队、黎巴嫩队场均失误都高于对手,分别高出 1 次、4.1 次、3.2 次、2.4 次,这表明亚洲男篮场均失误率高于欧美强队,从比赛录像观察,特别在约旦队与安哥拉队的比赛中,约旦队全场失误 23 次,安哥拉队只有 8 次,相差 15 次,主要原因是个人的失误多。后卫 5 号拉希姆-怀特传球不果断、被紧逼后 5 秒违例,控球的时间长,完成战术配合时间少,几次出现 24 秒违例。10 号前锋道格拉斯传球假动作少,盲目性大,多次被对手抢先触及球,造成队友接球不稳、做动作不连贯、出现掉球及走步等现象。在伊朗队与巴西队的比赛中,内线进

攻次数少,15号中锋哈达迪2.18米的高度常在三分线持球突破多次被对手抢断。这些也是亚洲男篮整体上普遍存在的现象。

2.2 对亚洲男篮防守能力的分析

表2 第16届世锦赛亚洲男篮与对手比赛防守技术统计(M=取场次平均数)

	中国	对手	P	约旦	对手	P	伊朗	对手	P	黎巴嫩	对手	P
抢断	5.8	6.7	>0.05	4.8	6.8	>0.05	7.6	10.2	>0.05	7.8	8	>0.05
犯规	17.5	20.3	>0.05	32.6	18.2	>0.05	16.6	19.6	>0.05	16.2	21.8	>0.05
盖帽	2.7	3.7	>0.05	1	2.8	<0.05	1.8	3.2	<0.05	1.2	3.2	<0.05
防守篮板	22.7	25.2	>0.05	21.2	24	>0.05	20.2	22.2	>0.05	18	24.4	<0.05

2.2.1 抢断能力的分析

抢断往往意味着快攻得分,也是提高球队士气的直接手段。从表2看,在抢断指标上,中国队、约旦队、伊朗队、黎巴嫩队场均都低于对手,分别落后0.9次、2次、2.6次、0.2次,说明亚洲男篮在抢断能力方面与欧美强队存在着差距,从比赛录像观察,亚洲男篮的防守不积极,对有球队员不紧逼,脚步移动慢,防守时动作少,很少采用拍、打等方式断对手的球等。特别是在中国队与土耳其队的比赛中,中国队全场只有于澍龙、孙悦、张兆旭有抢断数据,分别为3次、2次、1次;而土耳其队全场有4人有抢断数据,总数为13次,其中后卫思南-居莱尔就抢断8次,主要是在中国队队员停球、突破、传球时通过拍、打、断的方法主动干扰后的抢断及对中锋队员的包夹抢断等。这是造成亚洲男篮在抢断指标上不及欧美强队的主要原因。

2.2.2 犯规次数的分析

“一般来说,防守运动员和进攻运动员之间的距离与犯规次数成反比”<sup>[5]</sup>。在篮球比赛中为了保证球赛的观赏性,不让比赛过多地中断。所以现在的篮球规则允许运动员可以合理的运用身体接触与对抗,裁判员也对运动员之间的身体对抗的判罚尺度放得越加宽松。从表2上看,在犯规指标上,中国队、伊朗队、黎巴嫩队场均比对手少,分别少于对手2.8次、3次、5.6次,约旦队场均高出对手14.4次,从理论上分析,犯规次数少,对比赛是有利的。但从比赛的录像观察,在黎巴嫩队与法国队的比赛中,黎巴嫩队全队犯规12次,法国队19次,相差7次,其中法国队的犯规大多数是由于紧逼防守中拍、打对手球时有些弧度较大而引起的犯规,而黎巴嫩队的犯规则是由于队

在篮球比赛中防守能力强可以有效地抑制住对手的进攻,防守能力的强弱主要是从抢断、犯规、盖帽和抢防守篮板4个方面得以体现<sup>[4]</sup>。

员防守不积极、防守的脚步慢、技巧弱、身体对抗差,出现了多余的动作而造成的犯规。这也是亚洲男篮在比赛中造成犯规普遍存在的主要原因,因此,亚洲男篮在减少犯规的前提下,还要加大合理的身体对抗,尽量逼近对手、贴紧对手,加大防守强度,才能有效地抑制对手的进攻。

2.2.3 盖帽能力的分析

盖帽是影响对手投篮得分最直接的方法,是队员判断及个人防守能力突出的表现。成功的盖帽也会给投篮的对手造成心理上的压力,更是大大提高了本队的士气。从表2上看,在盖帽指标上,亚洲男篮都低于对手,中国队场均比对手少1次,特别是约旦队、伊朗队、黎巴嫩队与对手差异具有显著性( $P < 0.05$ ),场均分别落后对手为1.8次、1.4次、2次,说明亚洲男篮的盖帽能力不如欧美强队。从录像观察,亚洲男篮在防守中缺乏紧逼意识、无法有效地干扰对手投篮,盖帽都集中在个别队员身上,其他队员基本没有盖帽能力,特别是在中国队与土耳其队的比赛中,中国队只有9号孙悦和10号张兆旭2人有盖帽数据,总数4次,而土耳其队有14号阿斯卡、9号赛米-埃尔登等5人有盖帽数据,总数8次,比中国队多4次;这是造成亚洲男篮盖帽数据不及欧美强队的主要原因。

2.2.4 抢防守篮板能力的分析

防守篮板球是进攻的开始,是控球的重要手段,是影响篮球比赛胜负的重要原因之一。“谁赢得篮板,谁将赢得比赛的胜利”<sup>[6]</sup>。从表2可以看出,在防守篮板指标上,中国队、约旦队、伊朗队场均都低于对手,分别落后2.5个、2.8个、2个,特别是黎巴嫩队与对手差异具有显著性( $P < 0.05$ ),场均比对手少了



6.4 个。这反映出亚洲男篮在抢防守篮板球指标上与欧美强队差距较大,说明亚洲男篮在抢防守篮板球时积极性不高。从比赛录像观察,亚洲男篮普遍存在抢位、挡抢意识较差的现象,不能有效抑制对手冲抢篮板球的移动路线,抢防守篮板人数少、队员之间的配合差,起跳不及时,影响抢篮板时机。特别是在黎巴嫩队与西班牙队的比赛中,黎巴嫩队全场只有 6 人抢到防守篮板,总数 18 个,其中主要体现在 10 号卡南和 5 号弗罗曼身上,分别为 7 个、5 个,而西班牙队有 11 人抢到防守篮板,总数 34 个,除了 11 号福朗-瓦斯克兹和 9 号菲利普-雷耶斯比较突出,分别为 7 个、6 个,其他人均为 3 个或 1 个。因此,亚洲男篮要提高队员抢防守篮板的积极性,提高抢篮板的人数。

### 2.3 亚洲男篮诸队得分改善措施

#### 2.3.1 提高队员进攻得分的技术手段

亚洲男篮应提高队员投篮的自信,加强对抗中快速投篮练习,强化队员做一些摆脱性和攻击性假动作训练,提高投篮速度,从而提高投篮出手次数,加强跳投技术、提高命中率也是亚洲男篮需要努力的方向。

#### 2.3.2 提高队员传接球技术水平

亚洲男篮应加强队员之间配合练习,同时也要强化队员控球、传接球能力训练,从而提高助攻能力,减少个人失误率。

#### 2.3.3 提高队员防守意识和应变性

亚洲男篮要提高队员防守积极性、突然性和应变性,加强脚步移动训练,强化队员防守时多采用拍、打、断等方法,从而提高亚洲男篮抢断能力。

#### 2.3.4 提高队员身体素质和防守技巧

亚洲男篮要加强队员身体素质练习,提高队员判断能力、选择盖帽的时机,强化其他队员的盖帽技术也是亚洲男篮提高盖帽能力的重要手段之一。

#### 2.3.5 提高队员抢位意识及配合抢篮板球技术水平

先抢位后抢球是抢篮板球的良策<sup>[8]</sup>。亚洲男篮应强化队员先抢位后抢球的意识,加强队员的身体素质练习,强化队员配合抢篮板训练,提高护球能力,从而提高抢篮板球的能力。

## 3 结论

### 3.1 亚洲男篮得分能力薄弱

亚洲男篮的得分能力不及欧美强队,在 3 分球的出手次数和命中率上存在差距,特别在 2 分球的出手

次数和命中率上差距较大。主要表现为亚洲男篮在对抗中摆脱对手投篮的能力弱,投篮不果断,攻击性假动作少,跳投技术弱及命中率差等。

### 3.2 亚洲男篮盖帽能力欠缺

亚洲男篮的盖帽能力比欧美强队弱,主要表现为队员身体对抗弱、技巧差,盖帽都集中在个别队员身上等。

### 3.3 亚洲男篮抢篮板球、抢断能力差

亚洲男篮在抢进攻篮板、防守篮板方面都逊于欧美强队,特别在抢防守篮板上差距较大。主要表现为在抢防守篮板球时抢位意识缺乏,队员之间的配合差、护球意识不高等。亚洲男篮的抢断能力不及欧美强队,主要表现为队员防守不积极、缺乏突然性和应变性,脚步移动慢,防守时动作少等。

### 3.4 亚洲男篮助攻能力弱、失误率高

亚洲男篮的助攻能力不及欧美强队,主要表现为队员之间配合不默契,在队友出现攻击机会时传球不及时,失去了很多投篮、突破等好的进攻时机。失误率高于欧美强队,主要表现为队员传接球技术运用不熟练,完成个人技术动作不连贯,出现走步、失球等现象。

## 参考文献

- [1] 梁必同. 浅谈前场篮板球在比赛中的作用[J]. 体育科技, 1999(3): 102-105.
- [2] 葛小军, 胡学明. 第 15 届男篮世锦赛中国男篮与其比赛对手之技术对比[J]. 绵阳师范学院学报, 2007(11): 117-120.
- [3] 郭永波. 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(4): 556-558.
- [4] 吴金元, 李小燕. 从第 27 届奥运会篮球比赛看中国男篮与世界强队的差距[J]. 北京体育大学学报, 2000(4): 544-546.
- [5] 邱凡. 人工冻土强制解冻基本理论和技术研究[D]. 上海: 同济大学, 2007.
- [6] 周武. 第 27 届奥运会男子篮球比赛中国队与前 8 名队防守比较分析[J]. 中国体育科技, 2001, 37(10): 24-28.
- [7] 王家宏. 球类运动—篮球[M]. 北京: 高等教育出版社, 2005: 71-241.
- [8] 许秀芳. 试论影响篮球运动员拼抢篮板球能力的因素[J]. 雁北师范学院学报, 2004(4): 215-218.

[责任编辑 魏 宁]