



高校体育研究成果丛书
Series of College Research Results in Physical Education

现代篮球技战术

实践与创新

XIANDAI LANQIU JIZHANSHU SHIJIAN YU CHUANGXIN

高 治 著



中国书籍出版社
China Book Press



高校体育研究成果丛书

Series of College Research Results in Physical Education

现代篮球技战术

实践与创新

XIANDAI LANQIU JIZHANSHU SHIJIAN YU CHUANGXIN

高 治 著

图书在版编目(CIP)数据

现代篮球技战术实践与创新/高治著.--北京:

中国书籍出版社,2013.9

ISBN 978-7-5068-3795-8

I. ①现… II. ①高… III. ①篮球运动—研究 IV.

①G841

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 236425 号

现代篮球技战术实践与创新

高 治 著

丛书策划 谭 鹏 武 斌

责任编辑 邓潇潇

责任印制 孙马飞 张智勇

封面设计 马静静

出版发行 中国书籍出版社

地 址 北京市丰台区三路居路 97 号(邮编:100073)

电 话 (010)52257143(总编室) (010)52257153(发行部)

电子邮箱 chinabp@vip.sina.com

经 销 全国新华书店

印 刷 北京市登峰印刷厂

开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张 12.75

字 数 228 千字

版 次 2014 年 3 月第 1 版 2014 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5068-3795-8

定 价 42.00 元

版权所有 翻印必究

前 言

篮球运动是一项集体性、综合性的运动项目,普及程度非常高。近年来,现代篮球运动逐渐呈现高速度、高对抗、高技巧的发展特点。技战术训练是现代篮球运动的重要内容,篮球运动的水平如何在很大程度上取决于技战术训练水平的高低。加大对现代篮球技战术训练理论与实践的研究力度,可以进一步促进篮球技战术的发展和完善,提高现代篮球运动水平。

另外,没有创新就没有发展,现代篮球运动的发展离不开创新。当前,一些篮球强国通过各个方面的创新,逐渐从整体上提升了篮球运动水平,进一步提升并巩固了其自身的篮球运动实力。相比较而言,我国的篮球运动水平还相对较低,这就要求加强对现代篮球技战术的创新,从而全面提升篮球技战术水平,缩小与篮球强国的差距。在这样的背景下,特撰写了《现代篮球技战术实践与创新》一书,希望能够为我国篮球运动的进一步发展起到积极的指导作用。

本书共分为七章,其中,第一章是现代篮球运动概述,包括现代篮球运动的起源与发展、发展现状与趋势以及竞赛组织与重大赛事等;第二章对现代篮球技战术训练的理论知识进行了细致的分析,主要包括营养的消耗与补充、运动伤病的防治、训练课的组织与方法以及训练计划的制订等;第三章详细阐述了现代篮球技战术训练必备的基本素质,即身体素质和心理素质的训练;第四章、第五章分别对现代篮球技术和战术训练进行了详细分析与说明;第六章主要对现代篮球技战术训练创新理论的发展进行了深入的剖析,包括现代篮球技战术训练的理论基础、理念,现代篮球技战术创新的规律及原则、理论思维与突破,以及系统控制理论与创新训练模式在现代篮球技战术训练中的应用等内容;第七章从目的及原则、内容与要求、手段与手法等方面对现代篮球训练的测量与评价进行了详细分析与研究。

内容丰富,知识点全面,语言简洁明了,结构清晰,集科学性、系统性、实用性于一体,是本书的主要特点。另外,本书还从创新的角度对现代篮球技战术进行了深入分析,构思新颖,具有很强的时代性。

本书在撰写过程中参考和借鉴了部分专家、学者的研究成果和观点,在此表示最诚挚的感谢。另外,由于时间和精力有限,书中难免存在局限与差错,不足之处敬请指正。

作者

2013 年 7 月

目 录

第一章 现代篮球运动概述	1
第一节 现代篮球运动的起源与发展	1
第二节 现代篮球运动的发展现状与趋势	7
第三节 现代篮球运动的竞赛组织与重大赛事简介	14
第二章 现代篮球技战术训练必备的理论知识研究	22
第一节 篮球运动的营养消耗与补充	22
第二节 篮球运动的运动性伤病	29
第三节 篮球运动训练课的组织与方法	37
第四节 篮球训练计划的制订	41
第三章 现代篮球技战术训练必备的基本素质研究	48
第一节 现代篮球身体素质训练研究	48
第二节 现代篮球心理素质训练研究	64
第四章 现代篮球技术训练实践研究	73
第一节 篮球技术基本理论研究	73
第二节 现代篮球进攻技术训练实践	77
第三节 现代篮球防守技术训练实践	95
第五章 现代篮球战术训练实践研究	107
第一节 篮球战术基本理论研究	107
第二节 现代篮球进攻战术训练实践	111
第三节 现代篮球防守战术训练实践	126

第六章 现代篮球技战术训练创新理论的发展研究	142
第一节 现代篮球技战术训练的理论基础.....	142
第二节 现代篮球技战术训练的理念分析.....	147
第三节 现代篮球技战术创新的规律及原则.....	150
第四节 现代篮球技战术的理论思维与突破.....	153
第五节 系统控制理论在现代篮球技战术训练中的应用研究.....	158
第六节 创新训练模式在现代篮球技战术训练中的应用研究.....	161
第七章 现代篮球训练的测量与评价研究	167
第一节 现代篮球训练测评的目的及原则.....	167
第二节 现代篮球训练测评的内容与要求.....	169
第三节 现代篮球训练测评的手段与方法.....	171
参考文献	195
索引	196

第一章 现代篮球运动概述

篮球运动是一项融集体性和综合性于一体的球类项目。它产生于人类劳动过程之中。篮球运动是人们健身运动的重要选择,在健壮体质和娱乐身心方面发挥着重要的作用,此外,它还是一项重要的竞技体育项目,是奥运会和国际竞技体育比赛的重要组成,是展示各国综合实力和人们生命活力的重要舞台。现代篮球竞技运动,不仅仅是一种体育项目,而且也成为一门现代体育科学的学科课程门类、一项新兴产业和国际交流工具。随着篮球运动的不断发展,这项运动也在向人们展现出它的变化。这些变化,更加趋于完美地诠释着篮球运动的魅力。

第一节 现代篮球运动的起源与发展

一、现代篮球运动的起源

1891年,美国马萨诸塞州斯普林菲尔德市的一所基督教青年会干部训练学校的加拿大裔体育老师詹姆斯·奈史密斯(James Naismith)发明了篮球运动。冬季的马萨诸塞州较为寒冷,组织学生在室外上体育课多有不便,于是奈史密斯为了能够继续让学生们保持锻炼,他便将在室外进行的一种有趣的投篮游戏移至室内,当时选用足球作为游戏用球,并将起初摆在地面上的篮筐悬挂于室内场地的两侧距离地面约10英尺处,相当于公制单位3.05米的墙壁上。游戏规则与在室外投篮一致,还是向篮内投掷,投入篮筐内得1分,以哪一方先达到游戏开始前设定的分数为决定胜负的方法。

在器材设施上,起初使用的是带有底部的篮筐,但由于每次进球后都要爬梯子将球取出才能再开始比赛,后来改为将篮筐取下拿球,两种方式都比较麻烦。以后逐步将竹篮改为活底铁篮,即进球后通过篮下的手动装置让篮筐的底打开,使球掉下来。后来干脆将篮筐底部取消改为铁圈下挂网,然后挂在两端墙壁的立柱支架上,篮筐下挂网的目的在于能够让裁判看清球

是否入筐。后来为避免球被投掷到场外,在篮筐后面增加了挡网。以致有些国家(例如韩国等)起初把篮球还叫做“笼球”,意为在笼中进行的球类比赛。

人们逐渐把这种游戏称为“奈史密斯球”或“筐球”,后来奈史密斯与同行们通过推敲,最终将这项游戏活动取名为“Basketball”,英文直译为“篮筐球”,简称“篮球”。

通过不断实践可以看出,篮球是一项身体接触非常频繁的、具有较强身体对抗性的运动。为了使对抗变得正常合理,避免运动中发生过多的因不合理对抗而产生的受伤情况,奈史密斯及日后的体育工作者们便开始针对这项运动制定某些限制性的规定,如身体对抗接触的方法与规范,各种边线底线球的掷出方法等。此后在篮球运动的发展过程中,组织者不断地改进比赛方式和规则,从而使篮球运动的规则逐步得到规范和完善,并开始向现代篮球运动过渡。

1932年,国际业余篮球联合会成立,后改名为国际篮球联合会(International Basketball Federation,简称FIBA)。

国际篮球联合会的成立后,直到今天共有213个国家加入该组织,其会员国遍布五大洲绝大多数国家和地区,国际篮联也就成为了加盟会员国数量最多的世界体育单项组织。时至当下,篮球已经成为世界各国人民最喜爱的体育运动项目之一,经有关方面统计,世界上已有5~6亿人经常参加篮球运动。

二、现代篮球运动的发展

(一)世界篮球运动的发展

现代篮球运动的发展经历了构思设计—初始尝试—建章完善—推广宣传—立项入世—普及提高—创新发展几个阶段。归纳起来,其发展过程大体可划分为以下五个时期。

1. 初创试行期

从19世纪90年代开始,到20世纪20年代,是篮球运动的初创试行期。这一时期,篮球运动的竞赛规则并不明确,对场地以及人数也没有具体的要求。仅需将两个桃筐放置在室内下场空地的两端,并要求双方人数相等。竞赛以主持人在边线中心点向场地中心区抛球开始,双方随即展开攻防,抢球投入筐中,投进一次得一分,累计得分多者为胜。1891—1920年,篮球运动因其较强的趣味性在美国教会学校中得到迅速推广,此后,在基督

教青年会组织、教师及留学生间的交往中,篮球运动传播到全球各地。在这一时期活动实践中,一些关于场地、人数等的规则要求逐渐出现。

2. 完善推广期

篮球运动的完善推广期是20世纪30年代—40年代末。这一时期篮球运动迅速推广到世界五大洲的许多国家。随着篮球运动的不断发展,技术水平逐渐提高,掩护、协防等相互配合逐渐取代了原始的单兵作战形式。1932年6月18日,为了适应并推动世界各国篮球运动的普及与发展,1932年6月18日,在瑞士的日内瓦,篮球运动的国际统一的竞赛规则13条形成,推动了篮球运动的普及和发展,在1936年第11届奥运会上,篮球运动被列为男子正式竞赛项目。随着篮球技战术不断演进、发展,特别是运动水平的提高,高大队员开始涌现。

3. 发展普及期

20世纪50—60年代,篮球运动在世界各地广泛普及,特别是随着篮球运动技战术的创新发展,规则与技战术之间不断制约和相互促进,形成了科学的攻防体系,并提高了对篮球运动员身高的要求。

20世纪60年代末,世界篮球运动主要有美国型、欧洲型和亚洲型三种打法。其中美国型打法特点是高度、速度与技巧相结合;欧洲型打法以高度、力量和速度的结合为特点,前苏联是这一打法的代表国家;而亚洲型打法的代表国家为中国和韩国,快、灵、准结合是这一打法的鲜明特点。在多种打法的发展与交流中,篮球运动跨入普及与发展的新时期。

4. 全面提高期

20世纪70年代开始,一大批两米以上的队员开始出现。篮球运动呈现出空间争夺日益激烈的趋势,高度与速度的矛盾更加明显,在这种情况下,高空技术以及高空优势成为实力的显现,篮球竞赛逐渐成为巨人们的空间游戏,这也推动了运动员个人高度与技术的统一,促进了队伍整体高空战术配合的形成,地面与空间协同组合的战术配合及速度与高度的对抗也变得更加激烈。

20世纪80年代中期,篮球竞赛规则中的进攻时间、犯规罚则发生了新的变动,远投区和3分球的规定出现,进攻时间得到了调整,从而使篮球运动的攻防速度得以提高,促进了篮球运动技战术体系的重新构建。篮球运动向更高水平全面提高和发展。

5. 创新发展期

20世纪90年代。这一时期,世界篮球运动的发展进入了一个全新的发展时期。

国际奥委会放宽了对奥运会篮球比赛参加者的限制,职业篮球队员开始参加奥运比赛,这为世界篮球运动开创了新的发展渠道和方向。世界篮球运动掀起了第三次发展高潮,世界篮球运动出现了多种多样的风格和打法,并对“智”“高”“快”“全”“准”“狠”“变”非常重视,从而向着科技化、智谋化、竞技化、技艺化、凶悍化、多变化、职业化、产业化融于一体的当代化方向发展。

现代篮球竞技运动的形成是有阶段、有层次、从低级向高级逐步发展的,由某一个国家的地方性游戏发展为区域性文化活动,再发展为竞技性项目,逐步成为世界范围的体育文化现象。

进入 21 世纪,男女篮球运动继续沿着共同的方向、不同的流派与风格、五彩缤纷的打法不断地进步,如科比·布莱恩特、奥尼尔、姚明、加内特、莱斯莉等为代表的一批高身材、高体能、高速度、高技术的篮球运动员脱颖而出。篮球运动在整体上更加强调“智谋、准确、速度、全面、多变”等因素,从而使得篮球运动的内涵与外延越来越丰富,体现出 21 世纪新时代篮球的特征。

(二)我国篮球运动的发展

1. 新中国成立前篮球运动的发展

我国现代篮球运动的发展开始于 1895 年,是由美国国际基督教青年会干事莱惠里介绍并传入我国的。1896 年,我国第一次篮球游戏比赛在天津基督教青年会举办,此后篮球运动逐渐传播到北京、保定等华北地区,和沿海、沿江的华东地区的上海、南京、苏州、杭州,华南地区的广州、香港,华中地区的武汉,以及内地的其他省市。发展至今,篮球在我国已经有了一百多年的历史,已成为广大人民群众所喜爱的体育运动项目。

新中国成立前,篮球运动只是在几个大城市开展,只作为课外的体育锻炼方式。

1908 年,上海青年会体育训练班把篮球列为教材内容进行推广。中国男篮在 1910 年南京举办的中国第 1 届全运会上,男子篮球被正式列为表演项目。1914 年的华北体育联合会上,男子篮球被列为正式比赛项目。中国男篮自成立到 1949 年之前,一共参加了 12 次国际比赛,其中 10 次为远东运动会,两次为奥运会男篮比赛。中国男篮在 1921 年在上海举行的第 5 届远东运动会上获得冠军,在 1936 年的柏林奥运会的预赛被淘汰,在 1948 年的伦敦奥运会上获得第 18 名。女子篮球运动最早是上海女子青年会体育师范学校在 1916 年开展的。同年,上海爱国女校组队到扬州,在江苏省运动会上进行表演,这是我国女篮首次表演赛。随后,在 1924 年的第 3 届全

运会上,女篮被正式列为表演项目。在1930年在杭州举行的第4届全运会上,女篮被列为正式比赛项目。

1936年奥运会期间,中国篮球协会正式成为国际业余篮球联合会成员。1945年抗日战争胜利后,天津、北京、上海以及东北等地区涌现出不少新的篮球队。

2. 新中国成立后篮球运动的发展

我国篮球运动真正的发展是在新中国成立后。新中国成立以后,篮球运动在体育运动“普及与提高相结合”方针的指导下得到了蓬勃的发展。为迅速提高我国篮球运动水平,1951年北京举办了全国篮、排球比赛大会,这是新中国成立后第一次举行全国性篮球比赛。这次比赛选出了新中国的国家男子篮球队。1952年国家第一次组建女子篮球队。1956年我国曾多次召开篮球训练工作会议,明确提出“积极、主动、快速、灵活、准确”的训练方针,从此我国篮球运动开始走上有计划、有系统的训练,技术水平得到极大提高。在1975年国际篮联和亚洲篮联相继恢复我国篮协的合法席位,中国男篮分别获得第8、9届亚洲男篮锦标赛冠军,女队获得第六届亚洲女篮锦标赛冠军。从此,我国篮球运动真正冲出亚洲,走向世界。1981年在杭州召开全国篮球训练工作会议,根据世界篮球运动的发展趋势和当时世界强队的状况,以及我国篮球的实力,提出“女篮先上,男篮紧跟”的口号。1982年我国女篮在第9届亚运会上获得冠军,在第23届奥运会上获得第三名。

20世纪90年代以来,我国男、女篮的整体水平都有很大提高。女篮在1992年第25届巴塞罗那奥运会和1994年第12届世界女篮锦标赛中两次夺得亚军,成为世界强队之一。在2008年的北京奥运会上中国女篮杀进四强。中国男篮的表现也是突飞猛进,在第26届亚特兰大奥运会上历史性地获得第八名,并且在2004年雅典奥运会和2008年奥运会上继续保持着世界前八的成绩。

面对新世纪的机遇与挑战,中国篮协以观念的更新和思想的转变为出发点,在全面普及篮球运动,促进全民健身发展的同时,也开始努力提高我国篮球运动的竞技水平,努力提高我国男女篮的篮球竞技水平。目前,我国从事各类篮球活动的人口已经超过2亿,室内、外篮球场场地超过60万块,不同阶段的不同等级、系统、层次和多形式的篮球竞赛活动四季都会举办;在国际篮球竞技比赛中,取得了优异成绩,运动水平提高;传统的“篮球之乡”、“篮球之城”和“篮球之校”遍及全国各省市。由此,中国被国际篮球界人士称为“世界篮球之国”。

1996年我国创造了职业化联赛的开端,也是一次大胆的改革尝试,即举办了男子“职业”篮球联赛(参加者为前卫体协、吉林、北京体师、上海交大

等 8 个省市、部队、学校队伍),即当时的 CNBA 职业联赛,但遗憾的是这个联赛开始不久后就因故暂停了。此后,中国篮协认为联赛是国家篮球水平的基础,决定再次改革联赛竞赛制度,在全国男篮甲级联赛赛制改革的基础上,向着职业化、商业化的方向发展。1997 年,篮球运动管理中心成立,这是篮球运动管理体制的重要改革。随后传统的全国甲级联赛改为中国男子篮球职业联赛(China Basketball Association,英文简称 CBA),简称中职篮。经过了几年的改革实践和努力,我国篮球事业呈现出了新的生机和活力,不仅走出了初始阶段的困境,而且还拥有了更为广阔的发展空间。CBA 联赛的成功进行,得到了广大篮球爱好者和社会的关注,特别是在球队实力接近、比赛悬念丛生的 2000~2001 赛季中,“小巨人”姚明、“追风少年”王治郅、“战神”刘玉栋和“虎王”孙军等人的出色表现,有效地扩大了中国篮球联赛和中国篮球在世界的影响力。篮球运动的蓬勃兴起,也带动了与之相关的体育产业联动发展,巨大的市场潜力也吸引了众多国内外企业加盟赞助,以期通过篮球的影响力为他们提供有利的商机和宣传品牌形象,市场的介入使得中国篮球联赛迈出了篮球职业化、产业化的新步伐。与此同时,以篮球为主要形式的活动开始出现,包括篮球学校、篮球夏令营等。其中,CUBA 全国大学生篮球联赛是最具有代表性的,它是 1998 年由中国大学生体育协会在企业资助下组织的,一直延续至今,在丰富高校校园文化生活和在学生中推广篮球运动发挥着积极的推动作用。

第二节 现代篮球运动的发展现状与趋势

一、现代篮球运动的发展现状

(一)世界篮球运动的发展现状

在当下,篮球运动已成为一种世界性的文化运动,在全球各地广为开展,拥有 15 亿以上的篮球人口,是国际体育组织中单项运动人口最多的运动项目之一。一些篮球先进国家的竞技水平已达到了技艺化的境地,从 20 世纪 50 年代以来的奥运会篮球比赛和世界篮球锦标赛的成绩来看,冠军始终由欧美国家垄断,很长一段时期基本形成了美国、前苏联和南斯拉夫三足鼎立的形态。

随着篮球运动的不断普及,世界篮球运动整体水平也在不断提高,但篮球运动的发展还是存在极不平衡的现象。单单以国家整体实力而言,美国毫无疑问居于首位。以洲际区域分析,美洲作为现代篮球运动的发源地,是篮球风靡最早的区域,其整体发展水平最高。结合美洲人豪放、爽朗、外向的性格,各国的打法和风格基本相似,他们通常能够良好地运用个人技巧与特殊的身体条件,练就了扎实的基础和有特色的技术,个人水平高,整体实力强,体现出了超强的快、准、高、巧的特点,形成以个体作战和几个人默契配合作战为主体的打法。其中以美国队为典型代表,除此之外,能在不同时期内世界性比赛争夺前十名的队伍还包括阿根廷、巴西、波多黎各、加拿大等,它们的名次虽有更迭起伏,但实力较为均衡。同时,由于欧洲受美洲篮球影响较大,整体运动水平接近,在群众中普及面广,欧洲球队在当下是美洲球队最大的威胁者。欧洲篮球的基本打法趋向是以粗犷、凶悍、整体性强为主要特点,体现了高、狠、准,富于力量性。欧洲篮球与美洲篮球在篮球理念中略有不同的地方在于,欧洲篮球更加讲究整体实力,讲求场上的每一个位置球员的职责,球员的行动更加富有严格的纪律性,打球更加严谨细致。其中最具典型和抗衡实力的是前苏联和前南斯拉夫,而希腊、西班牙、立陶宛、法国、克罗地亚、保加利亚等国也具有很高的水平,在不同时期内曾分别打入世界两大赛事的前八名。他们也是世界篮坛上不可忽视的一股力量;在亚洲,中国、韩国、日本、菲律宾的篮球水平较为突出,尤其是中国队凭借突出的身体优势和严谨的球风长期独占亚洲篮坛的霸主地位。除东亚外,

以约旦、伊朗、卡塔尔、阿曼、黎巴嫩为代表的西亚篮球也已于近十年来凸显崛起之势。但由于篮球在西亚的普及面有限,大众参与率不高等因素,为求成绩,他们更多地通过人才引进计划吸收规划球员入队,从某种意义上来说,规划球员的加盟不利于篮球运动在国家内的普遍发展;大洋洲的澳大利亚,篮球运动开展得较为普及,篮球水平也是该地区中最高的。澳大利亚打法融合了欧洲和美洲的特点,在个人技术过硬的同时也并非常重视团队感和严谨的责任感,从 20 世纪 80 年代以来保持了较快的进步速度,到今天已经有实力争夺世界大赛前四名;相比前几个大洲,非洲的篮球运动发展较为滞后,由于其特殊的经济和历史原因,使得运动的开展普及面不广,群众的知晓率和参与率不高,非洲的篮球运动条件差,因此水平较低,同欧美国家相比差距比较明显,且在打法上没有明显的特征,但是具有较强的体能和个体攻击意识。诸如安哥拉、塞内加尔、尼日利亚、埃及等一些国家的篮球运动水平在不断发展,有些国家球队会成为与亚洲区国家抗衡的对象。一些水平突出的球员也纷纷来到高水平的联赛和运动队打球,例如来自刚果(金)的 NBA 球星穆托姆博,还有曾在 CBA 效力的有着“尼日利亚的姚明”称号的奥德杰。

从国际篮球比赛战绩来看,首先以代表世界最高水平的世界篮球锦标赛为例。从 1950 年到 2013 年,世界男子篮球锦标赛共举行了 16 届,其中美洲区的美国队获 4 次冠军、3 次亚军、4 次季军,巴西队获 2 次冠军、2 次亚军、2 次季军,阿根廷队获 1 次冠军、1 次亚军,智利队获 1 次季军。总计 16 届中前三名共有奖牌 48 块,美洲区获奖国为 4 个,共获 20 块奖牌,获奖比例达 42%;欧洲区的前苏联队获 3 次冠军、5 次亚军、2 次季军,南斯拉夫队获 5 次冠军、3 次亚军、2 次季军,西班牙队获得 1 次冠军,希腊队获得 1 次亚军,土耳其获得 1 次亚军,克罗地亚队获 1 次季军,德国队获 1 次季军,立陶宛队获得 1 次季军,总计欧洲区获奖国 8 个,共获 26 块奖牌,获奖比例占 54%,数量高于美洲区;而亚洲区除菲律宾队获 2 次季军外,其他历届都排名在第 7 名之外,仅 1978 年第 8 届和 1994 年第 12 届中国队和菲律宾队分别获 1 次第 8 名,继后中国队在第 9 届中获第 12 名、第 10 届中获第 9 名,而其他各国未能进入决赛圈。从上述统计中就可以清晰地看到,篮球运动的优势在欧洲和美洲地区国家。从历届奥运会篮球比赛战绩来看,与世界男子篮球锦标赛类似。男子篮球于 1936 年第一次进入奥运会,到 2013 年,共进行了 18 次奥运会篮球赛,前三名总计奖牌 54 块,分布情况为美国队获 14 次冠军、1 次亚军、2 次季军,阿根廷队获 1 次冠军、1 次季军,加拿大队获 1 次亚军,巴西队获 3 次季军,乌拉圭队获 2 次季军,墨西哥队和古巴队各获 1 次季军,获奖国 7 个,总获奖牌 27 块,获奖比例 50%;欧洲区的

俄罗斯(原苏联)队获 2 次冠军、4 次亚军、4 次季军,南斯拉夫队获 1 次冠军、4 次亚军、1 次季军,法国队获 2 次亚军,西班牙队获 3 次亚军,意大利队获 2 次亚军,克罗地亚队获 1 次亚军,立陶宛队获 3 次季军,获奖国 7 个,共获奖牌 27 块,获奖比例 50%。由此可见,奥运会篮球赛前三名也被欧、美队包揽。大洋洲的澳大利亚队在 20 世纪 80 年代后期开始的 3 次奥运会上获第 4 名,亚洲区最佳名次则是 1956 年第 16 届奥运会上菲律宾队获第 7 名,其他国家未能进入前八名。

综上所述,现代篮球运动中欧、美两洲具有传统优势,而以澳大利亚和新西兰为代表的澳洲球队则呈奋起直追的态势。欧洲和美国仍为世界篮球运动水平最高的球队,他们的球员遍布世界各大联赛,已成为职业篮球运动员的最大输出国。同时美国也是对篮球优秀人才最有吸引力的国家,美国的 NBA 联赛囊括了世界各国的球星,进入 NBA 联赛,成为了多少篮球运动员毕生的梦想和追求。篮球竞技比赛已成为美国重要的社会人文景观与体育产业,它已经成为美国人生活中的一部分了。毫无疑问,美国是当今世界篮球运动的第一强国。第二、三档次的强队则以欧洲队居多数,如法国、克罗地亚、立陶宛、德国、西班牙、以色列等实力较为接近的国家,澳大利亚队和新西兰队则也能与美洲区的巴西、加拿大、智利等国展开前八名抗衡。

亚、非区整体水平在第三层次,当下很难打入世界性大赛的前八强。在第 14 届世界男子篮球锦标赛上中国队获得了第 12 名。随着近年来中国国内出现的篮球热,使得参与这项运动的人不断增多,各级学校几乎都配有篮球场和设施。参与面广的结果就是直接扩充了人才金字塔的地基,地基决定建筑的高度,自上世纪 90 年代中后期开始,中国涌现出了一批以姚明、王治郅、巴特尔这三名高大中锋为代表的,被国际篮坛所注目的球员,被誉为中国的“移动长城”。其中“追风少年”王治郅于 2001 年加盟 NBA 达拉斯小牛队;巴特尔于 2001 年加盟 NBA 丹佛掘金队,后来经过几次转会,在效力圣安东尼奥马刺队时,随队获得了 NBA 总冠军戒指,他也成为第一位获此殊荣的中国球员;姚明于 2002 年以 NBA 选秀大会第一轮被休斯顿火箭队选中成为当年的选秀状元,此后的篮球生涯他始终在休斯顿效力直至退役。这些优秀球员的履历无疑能够反映出中国篮球的实力,在他们的带动下,一批批的篮球优秀球员如雨后春笋般诞生。在 2004 年,为了迎接雅典奥运会的比赛,中国篮协第一次聘请了来自 NBA 球队的外籍教练,有着“银狐”之称的哈里斯执教中国男篮,并组建了不同层次的国家级梯队。中国男篮积极备战,向世界前 8 名冲击,通过球员与教练的不懈努力,最终圆满完成了既定目标。

。（二）我国篮球运动的发展现状

篮球已成为世界上最引人注目的竞赛项目之一。新中国成立后,国家非常重视篮球运动,并制订了一系列的政策,发动了强有力的舆论宣传用来支持和鼓励人们参与到篮球运动中来。首先,重视对篮球运动的价值宣传,引导大众树立“体育健身观念”、“健康生活方式”等,使人们自觉加入到篮球运动中去,的动机更加强烈;其次,增加篮球场馆设施的建设力度,这是大众开展篮球运动的基本前提,同时也是开展篮球运动的重要载体;再次,学校体育是大众篮球运动普及和发展的重点,重视学校篮球运动的开展情况,培养学生养成参加篮球运动的习惯,树立终身体育意识,是保证篮球在我国的未来得以快速且可持续发展的重要基础。

大众篮球运动的本质功能是以篮球运动为手段,以提高群众健康水平和丰富文化生活为目的而进行的,它的社会功能是促进社会生产和经济水平的提高。随着我国社会主义市场经济发展和人们的社会生产、生活方式及思想观念的转变,人们参加体育运动的动机越来越强,因此,近亿的大众群体积极参与到篮球运动中,如在部队、农村、各级院校、广大企事业单位等中,篮球运动都成为人们喜闻乐见的文化健身活动。每到周末或节假日期间,大小运动场地挤满了打篮球的学生和群众,这是中国篮球运动发展的社会基础所在,正是凭借这样的基础,篮球在我国才发展到今天这种繁荣的景象。一方面,大众篮球可以对人们的物质和精神两方面进行改造和提高。另一方面,人们在参加大众篮球运动的过程中,提高了与他人交流能力,有助于增加个人与家庭、社会之间的和谐程度。

总之,21世纪的大众篮球运动正在向着健身性、娱乐性、多样性、对抗性方向发展。国家重视和加强对大众篮球运动的投资建设,促进大众篮球的快速发展,营造有利于大众篮球发展的大环境,必将对推动大众篮球事业的进步和提高产生积极的影响。

二、现代篮球运动的发展趋势

目前,现代篮球运动的总体发展都朝着智高谋深、身高体壮、凶悍顽强、积极快速、机敏多变、全面准确和帅尽其才的趋势发展。与此同时,随着这些趋势的延伸,比赛规则也应不断进行完善与修订,以促进进攻与防守的平衡发展,高度与速度的相互依赖与制约,技术和战术的创新和发展。具体来说,其发展趋势具体表现在以下几个方面。