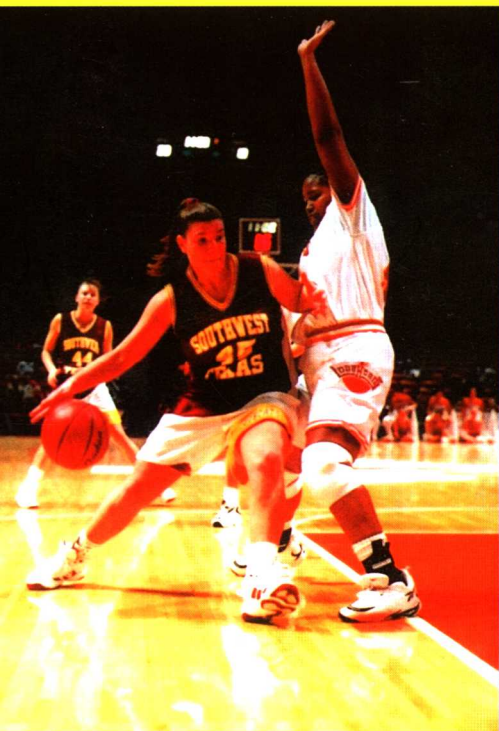


美国篮球 移动进攻战术 精解

[美] 哈里·哈金斯 著
杰里·克劳斯

武国政 译



人民体育出版社

美国篮球移动进攻 战术精解

[美] 哈里·哈金斯 著
杰里·克劳斯
武国政 译

人民体育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

美国篮球移动进攻战术精解 / (美) 哈金斯, (美) 克劳斯
著; 武国政译. —北京: 人民体育出版社, 2004

ISBN 7-5009-2709-6

I. 美… II. ①哈…②克…③武… III. 篮球运动—阵地进
攻 (球类运动)—竞赛战术 IV. G841.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 115912 号

*

人民体育出版社出版发行
北京冶金大业印刷有限公司印刷
新华书店经销

*

787×960 16 开本 10.125 印张 151 千字
2005 年 2 月第 1 版 2005 年 2 月第 1 次印刷
印数: 1—6,100 册 *

ISBN 7-5009-2709-6/G·2608

定价: 16.00 元

社址: 北京市崇文区体育馆路 8 号 (天坛公园东门)

电话: 67151482 (发行处)

邮编: 100061

传真: 67151483

邮购: 67143708

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行处联系)

译者的话

哈里·哈金斯和杰里·克罗斯积几十年篮球训练的实践经验，并将之升华为经典之作，可以说是对推动篮球运动发展的极大贡献。而在美国，像他们这样热爱并投身于篮球事业的人不胜枚举，也正因如此，才使得美国的篮球运动长盛不衰。反观在我国高水平的竞技篮坛里，执教高水平球队、甚至国家队的教练员，很少把他们宝贵的带队经验著书立传，未能使后人在他们成功的血汗里获得滋润，从他们失败的苦涩中提高免疫力，这是多么令人遗憾而又可悲的现实！

我向大家推荐哈金斯与克罗斯的著作，其目的之一是他们所介绍的训练观点与战术方法有很多可取之处，值得我国广大职业教练员和大学、中学带队教师参考与引用；目的之二则是要让大家反思一下，为什么我们球队的战术体系是那样地贫乏？为什么我们中的一些人总想以不变应万变？我们究竟是做不到还是不去做！设想在一个思想不活跃、理论不充实、训练手段陈旧、工作效率低下的环境中，如何能够把篮球运动推进到竞技运动的顶峰！

从哈金斯与克罗斯的著作中，我们还看到了一种爱岗敬业的精神，他们的经历是漫长的，他们的成就是卓著的，他们虽华发白头，仍勤奋地在篮球这块沃土上卓有成效地耕耘着，我认为这是更值得大家学习的。

哈金斯与克罗斯介绍的阵地进攻战术成系统，能连续运用，针对性较强，且能机动变通，其设计之精细，组织之严密，行动之默契，适用之广泛，堪称是一套匠心独具的进攻武器；但是，在学习、研究、借鉴和引用中，最重要的还要看我们能否结合自己的实际情况，针对篮球运动发展的趋向，总结与设计出更加合理而有效的进攻战术体系。

本书所涉及的仅仅是阵地进攻的战术体系，要想提高我们的篮球竞技水平，还需要对阵地防守的战术体系，扩大的乃至全场的攻、防战术体系做同样深入地研究，花大力气去身体力行，才能使我们不仅在成绩的排行榜上名列前茅，而且在篮球运动科学理论的殿堂中也树

立起不朽的丰碑，结果若此，吾愿足矣！

随着中外篮球运动的频繁交往，越来越需要我们对国际上用英语表达的篮球术语的了解与掌握，这样才有利于互相交流，加深理解，故此，在本书的翻译中，对有些相关的词语或技、战术术语仍在其后的括号里附上原文，让我们在通过汉语理解其基本含义的基础上，还能知道英语原意与表达方式，希望得到广大读者的理解。

在本书的翻译过程中，得到了我的博士研究生宫士君、赵苏妙，硕士研究生郭飞、惠陈隆、叶鑫、张清国的协助，此书的出版浸透着他们的心血，在此深表谢意。

北京体育大学教授 博士生导师

武国政

2004. 7. 10

前 言

这本书适用于所有的男女篮球教练员，它是一部设计完美、内容广泛、实用性极强的范例式专著，它几乎包括了全部进攻与防守的技术与战术，也就是本书战例中所标示的O和X。书中内容的安排与编写形式统一按如何进攻各种防守战术编排，并附特殊情形下的战术打法。

每一名教练员都不应忽略任何个人技巧与全队战术配合，这些都是建立在扎实的篮球个人技巧的基本功之上的，只有使你的运动员打下扎实而深厚的个人技巧基本功，才能确保他们有能力去完成进攻与防守任务。由此可见，基本功训练永远是运动员成名之前的必修课。

任何层次的教练员都可以将本书所介绍的内容与方法全部吸收，或者补充到你原来的攻、防战术体系中去。通过阅读此书，我们想使无论是初涉猎篮球，还是已经取得骄人成绩的非凡之士都有所收获，这就是我们撰写此书的初衷，愿那些热爱篮球运动的教练员在受到本书的启示后能在进攻与防守训练上有所突破。

从书中我们可得到的启示是，教练员应该首先建立适合于本队状况、结合篮球运动的基本原理的基本战术体系，然后再寻求或发展适合本队条件的战术方法，最终建立的战术体系必须符合你的训练理念和队员的实际特点。

在这本书中，我们特别注意了各种进攻战术在比赛中的实用性，并且采用动态的画面形式加以详细地描述。

图示符号

进攻

① 进攻队员

① 持球进攻队员

① ↗ ① “V” 形移动摆脱

① ↖ ① 向上或向外移动摆脱

★ 投篮机会

防守

X₁ ①的防守队员

X₂ ②的防守队员

X₃ ③的防守队员

X₄ ④的防守队员

X₅ ⑤的防守队员

② -----> ① 队员②向①传球

② ~~~~~> 队员②运球

① -----> 队员①切入

③ -----> ④ -----> ② 队员④向②传球后去给③掩护，③切入

② ~~~~~> ④ 队员④为运球队员②掩护后转身切入

目 录

译者的话	1
前言	1
图示符号	1
第一章 重叠落位移动进攻战术	1
第二章 多变的弱侧切入进攻战术	17
第三章 横纵连续掩护附加进攻战术	36
第四章 后卫迂回切入进攻战术	55
第五章 局部防守负担过重进攻战术	72
第六章 “1-3-1” 轮转进攻战术	90
第七章 高吊传球进攻战术	108
第八章 “德波尔” 切入进攻战术	124
第九章 策应切入控制球战术	137
作者简介	152

第一章

重叠落位移动进攻战术



重叠落位移动进攻战术是以创造较高投篮命中率为特色的现代最流行的五人频繁移动攻击战术。战术设计中的移动目的是要以此引开在弱侧进行协防的队员，从而给强侧篮下的进攻队员创造一对一强攻的机会，本战术方法适用于进攻区域联防。

队员的战术落位与要求

重叠落位移动进攻战术主要用于缺少可以起到决定作用的强大中锋的球队，尤其对那些拥有个子较高的后卫或小前锋这样“同型号”球员的队更有非常实用的价值。他（她）们在缺乏移动的站立式“2—3”阵型进攻战术中常常难于发挥其身体灵活与技术全面的优势，但在以创造一对一为目的的移动进攻中，这类球员的技术特点却可以得到淋漓尽致地发挥。本战术是由队中控球最好的队员①从正面弧顶外（at the point）组织与发动进攻，其他队员则双双重叠落位（double

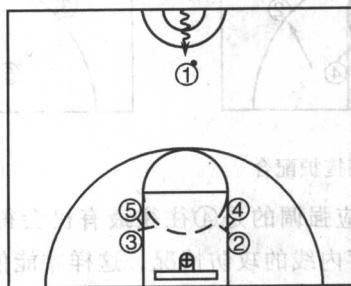


图 1-1 重叠落位

stack) 于限制区两侧腰线外, 擅长内线攻击的队员 (如图 1-1 所示的④与⑤) 站在重叠落位的上面, 擅长投篮的队员②与③落位于重叠站位的下面。

基本战术配合 (The Basic Motion)

①必须是队内最好的控球队员, 因为他(她)要将球控制到②与③分别在④与⑤的掩护下摆脱防守移动到外围、并有一人能够安全接到传球为止。

在图 1-2 中, ①选择将球传给③, ①在传球后下沉到篮下去给弱侧 (offside) 的内线队员④做掩护, ④利用掩护摆脱防守移动到三分线弧顶一带准备接球攻击或继续按战术演进。这个行动的目的是为了引开可能去强侧 (ballside) 协防的防守队员, 给⑤创造在强侧篮下一对一的攻击机会。如果③没有获得或者采取投篮的机会与行动, ⑤也没有抢占到有利的要球位置, ③就要将球迅速传给移动到三分线弧顶外的④, ④接球后的首选应该是投篮, 其次是将球传给篮下处于有利位置的⑤, 第三才是将球传给通过②的向内移动进行沉底掩护 (downscreen) 而摆脱移动到外围的① (图 1-3)。

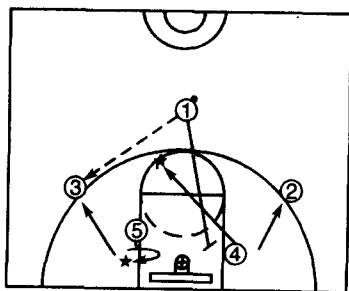


图 1-2 传边沉底掩护配合

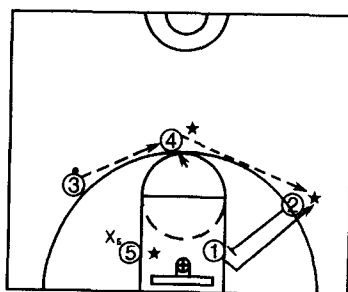


图 1-3

在图 1-3 中, 应强调的是④往往最有机会得球, 他接球后应该时刻想着或随时观察内线的攻防情况, 这样才能使处于内线的⑤一旦有机会获球即可上篮进行有效的攻击。当球在③的手中时, $\times_s$ 很可能采取绕前防守或阻断向⑤的传球路线; 但当③将球转移到位于弧顶

的④时，他就有了比③更好的向⑤传球的角度了，另一侧②与①的掩护行动使 X_1 与 X_2 的注意力全部集中在对自己对手的防守中，从而减少他们去实施协防或补防中锋攻击的机会。

④将球传给利用换位掩护向外摆脱的①后迅速向篮下沉底去给内线的⑤进行掩护，⑤利用掩护向球篮正面的组织后卫的位置移动，这样，就可以从另一个方向发动新一轮的战术进攻（图1-4）。如此循环往复地向侧传球，继而向内给弱侧的内线队员掩护，然后弱侧的无球队员再与刚到内线的队员进行内外换位掩护，不断地创造出内外、左右的攻击机会。

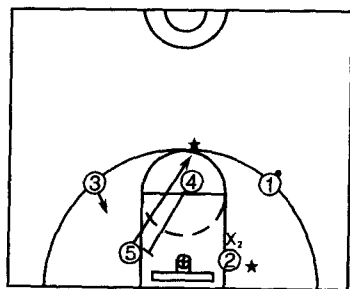


图1-4 变换方向的传边沉底掩护

运球追逐战术 (Dribble Chase Play)

假如你想使战术增加一些变化，或者是在发动基本战术配合的传球被阻断的情况下，①可以向②或者③任意一侧方向发动“运球追逐”战术行动。如图1-5所示，①选择了向②发动“运球追逐战术”，②在①的追逐行动启动后，沿着底线向另一侧篮下移动，他们的行动既为①拉空了右侧位置，也等于暗示④应和自己一起行动去给⑤做掩护，⑤则利用同伴的掩护切向强侧篮下接球攻击。

看到队友的这些行动，弱侧外围的③应向篮下移动去为②进行掩护，④在给⑤做完掩护后转身移向三分线弧顶外（head of the key）（图1-6）。如果⑤没有获得接球的机会，①就将球传给位于组织后卫位置的④，④可以将球传给已将 X_5 挡在外侧的内线队员⑤，或者传

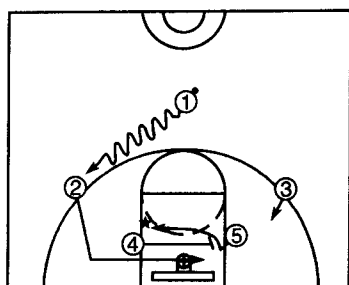


图 1-5 运球追逐

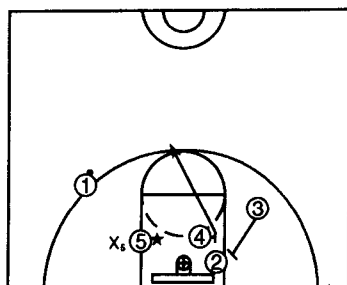


图 1-6

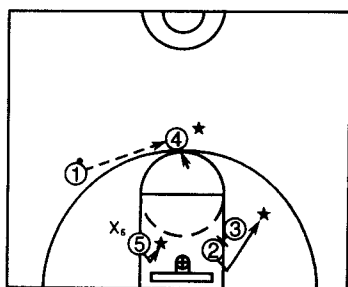


图 1-7

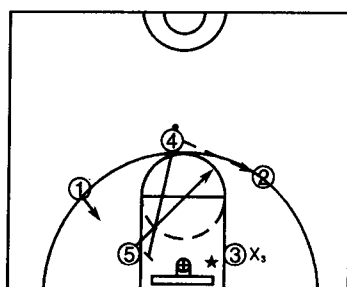


图 1-8 传边沉底掩护

给利用弱侧③的掩护摆脱到外围的②（图 1-7）。

如果④将球传给了内线的⑤，⑤应实施篮下强攻；如果④选择将球传给②，②应选择投篮或试图用高吊传球把防守对手挡在外面的③。假如这些进攻设想都没有实现，战术配合则从④的向内线沉底为⑤做掩护，然后外围的①再给内线的④做掩护，从而进入重叠落位移进攻战术中的基本战术配合（图 1-8、图 1-9）。

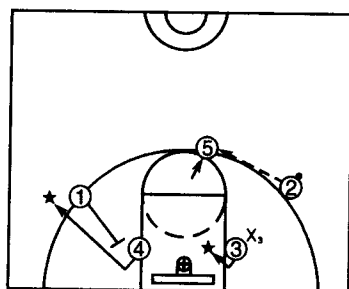


图 1-9 战术的延续

球通过策应队员的战术配合

后卫向策应队员传球的战术配合

在实施后卫向策应队员传球的配合战术时，组织后卫①的每一次将球传向篮下策应队员都将引发把防守队形切开的交叉掩护切入战术（Split play）。（图 1-10）所示组织后卫①将球传给摆脱防守后插到策应位置的④所发生的情况，④的插上与②背切就像给防守阵型连续切了两刀，当然最关键的还是看②能不能适时从 X_2 的身后背切（backdoor）到篮下获得战机。

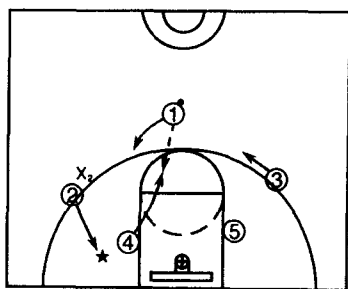


图 1-10 通过策应队员发动战术进攻

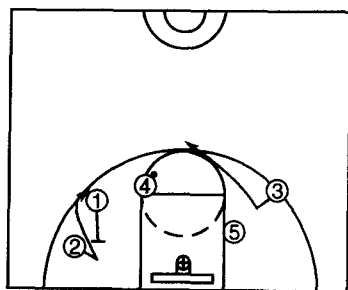


图 1-11

④接球后首先要注意②的背切是否摆脱了防守、获得了战机，①将球传后向右侧移动，当看到②未能实现背切配合时继续下沉去给他进行掩护，②应吸引住自己的对手并突然变向利用①的掩护迅速摆脱到侧翼位置（图 1-11）。当①完成掩护转身插向内线而后又从底线溜向弱侧外围时，③移向三分线弧顶成为新的“组织后卫”（图 1-12）。如果战术进行到这里仍然没有投篮的机会出现，则④将球传给③，由其组织下一轮的战术配合。

前锋向策应队员传球的战术配合

当球从前锋队员传给篮下策应队员时（如图 1-13 所示的那样，由②传给④），交叉掩护切入战术再一次展开。②去给①做掩护，①摆脱防守移动到④的外侧进行策应配合；②完成掩护后转身切向交叉

掩护切入限制区中部，③则上提到组织后卫位置。④与②的两次行动不仅创造了投篮得分的潜在机会，而且使得防守队员完全被①、②的行动所吸引，从而阻止了他们后撤对内线队员④的包夹。

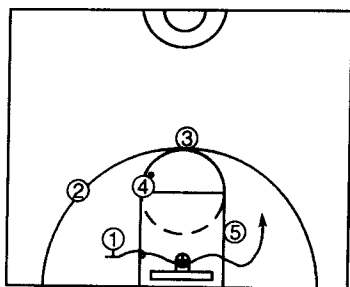


图 1-12 战术的延续

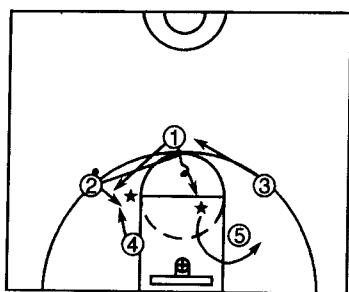


图 1-13

解除紧逼压力的运球追逐战术

当实施上述战术时，有两种传球最容易被防守者抢断。第一是当组织后卫①向任意一侧外围队员传球时；第二是侧翼队员将球回传给组织后卫时。

组织后卫向侧翼队员的传球受阻时

我们已经明确，当实施运球渗透战术配合时，“运球追逐”（dribble chase）是战术发动的第一环节。不过，在组织后卫采用运球开始追逐战术行动时，只要组织后卫向侧翼队员运球即可简单地变换两名队员的位置，解决组织后卫向侧翼队员传球受阻的问题。如图1-14所示，①开始向②的一侧运球，②心领神会，马上做出向篮下切入的行动，但他却突然从④的内侧绕向三分线弧顶外去充当组织后卫的角色。这样①与②就完成了简单而有效地换位（exchange positions）。然后①就可以将球传给②，再展开基本的战术配合（图1-15、图1-16）。

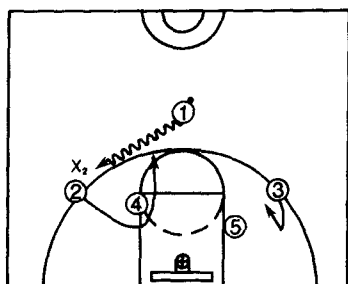


图 1-14 后卫运球至侧翼

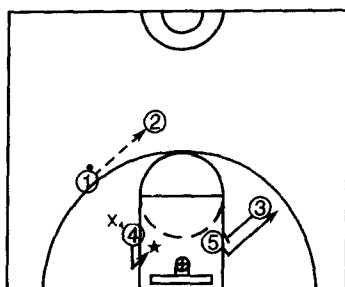


图 1-15

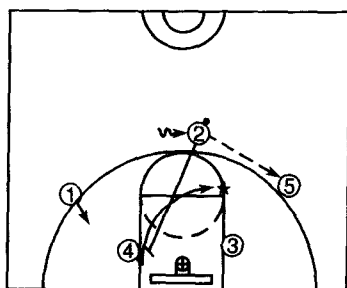


图 1-16

前面所介绍的两种组织后卫与侧翼队员之间的运球追逐战术看似比较复杂，实则不难，我们将从训练这两种战术中受益匪浅，实际上只要掌握了其中的一种就能满足发动基本战术的需要了。

侧翼队员向组织后卫的传球受阻时

如图 1-17 所示，由于 X_1 对 ① 采用抢前紧逼防守，使得侧翼队员 ② 无法将球回传给组织后卫 ①，所以 ② 采取向 ① 的方位运球的方式，① 则向篮下进行渗透式的切入，拉空组织后卫的位置，并利用 ④ 的定位掩护向侧翼位置移动去填补 ② 走后的空位，实际上是通过侧翼队员向组织后卫的运球追逐换位达到发动战术的目的（图 1-18、图 1-19）。

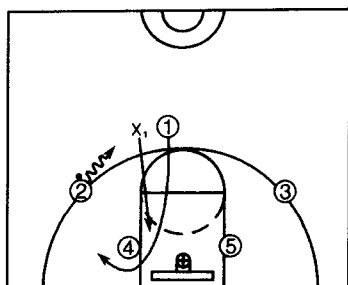


图 1-17 前锋运球至三分线弧顶

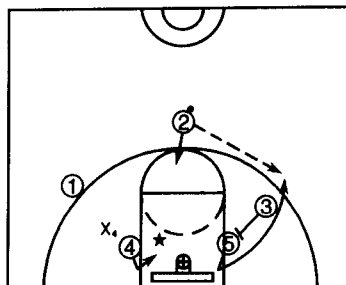


图 1-18

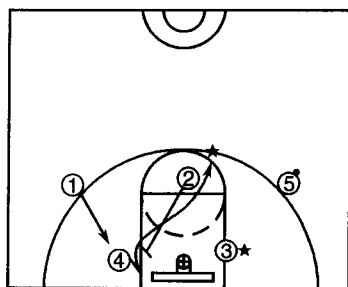


图 1-19 战术的延续

辅助战术

接下来的辅助练习可以使我们随着训练经历的延长而提高对本战术的理解深度，并能增进应付某些特殊防守情况的临场经验。

空中接力配合战术（Lob Play）

在实施基本战术配合的某个时刻，例如像图 1-20 所示的位于三分线弧顶的组织后卫④传球给侧翼队员②之后，弱侧中锋上提给④做后掩护时，利用高吊球就可以实现空中接力传切配合了。在执行战术前，可以预先确定发动配合的暗号，或在暂停时布置实施方法。在图 1-20 中，弱侧的内线队员⑤插向罚球线，其目的不是要球而是去给

④做后掩护，④利用掩护快速切向篮下并且跳起腾空接②的高吊传球完成空中接力配合；④若未能实现预期目的，⑤则迅速向外摆脱防守移动到三分线弧顶外并接球继续组织下一轮的进攻（图 1-21）。

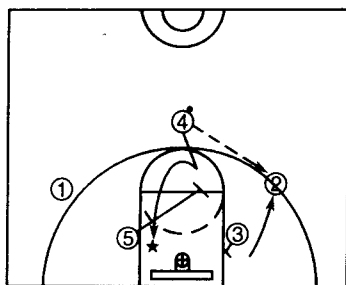


图 1-20

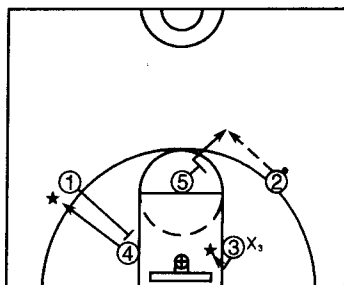


图 1-21

双后卫前场战术（Two-Player Front Option）

如果你的球队缺乏一名可以将球安全地推进到前场、并把球控制到能够发动预定的基本战术配合的优秀组织后卫时，那么下列方法可供选择。

后卫队员①与②共同负责将球推进到前场，如图 1-22 所示，他们可以先相互传球，当①将球传给②时，他可以选择从内侧绕过④空切到右侧的侧翼外围区域，或从⑤与③的内侧切向球场左侧的侧翼外围。

向策应队员④绕切的战术配合

①传球给②后，可以选择从内侧绕过④移向弱侧的外围，同时也暗示③应及时利用⑤的重叠落位掩护向同侧外围摆脱移动（图 1-22）。接下来全队按照基本进攻战术原则行动，②担任组织后卫，①与③为侧翼队员，④与⑤为内线队员。

向重叠落位队员绕切的战术配合

这次是①将球传给②后向重叠站位一侧绕切，①的行动暗示了③先后利用⑤与④的两次掩护移动到弱侧侧翼位置。接下来全队再一次进入“1-2-2”阵型（一名后卫、两名前锋和两名中锋）的战术配