

看球手册 ● ● 看球手册



KAN QIU
SHOU CE

郑 斌 谢凯南

篮球趣史





篮球趣史

郑斌 谢凯南

天津教育出版社

责任编辑：勾 真

篮球趣史

郑 斌 谢凯南

天津教育出版社出版

(天津市湖北路27号)

新华书店天津发行所发行

天津新华印刷四厂印刷

787×1092毫米 32开 8.125印张 3插页 175千字

1990年6月第1版

1990年6月第1次印刷

印数：1—10200

ISBN 7-5309-0913-4

C·717 定价：4.00 元

60k 90/100

序

中国篮球协会主席

华作增

篮球起源于美国，在1891年12月25日由美国麻省春田学院教授詹姆士·奈史密斯博士发明的。

篮球从产生到现在已有99年的历史。由于它的比赛规则不断的修改，因而促使技术、战术不断创新，深受世界各国人民的喜爱。国际篮球联合会现在已有178个国家或地区参加这个组织，会员国数目之多，仅次于世界占第一位的国际田径联合会。篮球现已遍布世界五大洲，据不完全统计，世界上已有数亿运动员参加篮球运动。由此可见，它是具有广泛的群众性和生命力的。

篮球于1894年传入我国，首先开始在沿海城市天津、上海、广州的青年会出现。该会为会员增设篮球班，引起了体育界人士的兴趣，随后逐渐推广到学校，受到学生们的喜爱，每当举行比赛时，也是群众最爱看的项目。

新中国成立后，由于党和政府对体育的重视，篮球也得到了较大的发展。在工厂、机关、部队、学校以及广大农村都有篮球场，各省、市、自治区都有体育馆，为发展篮球运动创造了优良条件。因此，参加篮球运动的人越来越多，在有广泛群众参加的基础上，涌现出一大批男女优秀

运动员。经过40年的努力，中国女篮已达到世界先进水平，男篮已接近世界先进水平。这个优异成绩的取得，是与广大运动员、教练员艰苦奋斗、努力拼搏、勤学苦练、努力工作分不开的。但是，我们也应看到，篮球在世界各大洲发展很快，各国运动员无论在身体素质、技术、战术水平都有较大的提高，我国要想与世界强队抗衡，争取进入世界前列，还需不断努力。我们有许多工作要做，当务之急是要不断深化改革，努力创新。

篮球是我国比较普及的项目，在宣传上要使群众了解更多的篮球运动的基础知识，这对发展我国篮球运动是有现实意义的。天津教育出版社出版的这本《篮球趣史》，是一本有关篮球科普知识的好书，它具有知识性、资料性和理论性，文章短小，内容丰富有趣，简而易懂。通过作者和新闻出版界朋友们的辛勤劳动，此书得以问世，这是篮球界和广大篮球爱好者最欢迎的事情，对此表示感谢！并希望多出有关篮球的好读物，为我国篮球走向世界作出更大的贡献。

1990年2月

目 录

初期篮球史话

篮球——快满百岁了·····	1
从蜜桃筐里诞生的篮球运动·····	2
使球从篮筐中落下来花了22个春秋·····	3
由铁丝网到透明的玻璃篮板·····	4
球的变革·····	5
篮球之父不是美国人·····	6
女子篮球的起源·····	8
五花八门的比赛·····	9

解放前篮坛一瞥

旧中国的篮球运动·····	10
历届全运会篮球比赛概况·····	12
第一次派队参加奥运会篮球比赛·····	14
参加奥运会篮球赛的辛酸史·····	16
夺得第一个国际比赛冠军追记·····	18
上海滩的回力篮球队·····	19
天津的“南开五虎”·····	20
有“东北虎”美称的东北大学队·····	21
北京的“师大五虎”·····	22
良华篮球队·····	22

“国体”篮球队·····	23
华联篮球队·····	23
“中企”篮球队·····	24
“木乃伊”篮球队·····	25
群声篮球队·····	25
“大公”篮球队·····	26
“征轮”篮球队·····	27
两江女子篮球队·····	28
女篮中的“绿队”·····	28
“战斗篮球队”的由来·····	29
“东干”篮球队·····	30
朱总司令是个“篮球迷”·····	31
蔡畅当过篮球教练员·····	34

新中国的篮球运动

冲出亚洲向世界前列迈进·····	36
中国男女篮球队的实际水平·····	38
我国都有谁选入亚洲和世界篮球机构·····	39
有南北精英参加的首次篮坛盛会·····	40
历任国家男女篮球队的教练员·····	42
第一个国家队和第一批国家选手·····	43
入选国家代表队的篮球国手·····	44
为国家队立过汗马功劳的“大人物”·····	47
第一个来访的外国队·····	48
亚洲篮坛首次升起五星红旗·····	49
我国有哪些运动员在国际比赛中获奖·····	50
历届全国篮球甲级队联赛男女冠军队·····	52

中国篮球运动的开拓者之一董守义·····	53
现任中国篮协主席牟作云·····	54
“五虎上将”唐宝堃·····	55
国际篮联中央局委员张长禄·····	56
功臣教练陈文彬·····	57
世界篮球教练员协会亚洲代表钱澄海·····	58
神投手——杨伯镛·····	59
世界女篮明星宋晓波·····	60
亚洲巨人穆铁柱·····	61
最佳中锋郑海霞·····	61
四位老裁判长·····	62
中国女篮与南朝鲜的战情报告·····	64
中国男篮的一次新突破·····	65
输分倒赢球——谋略上的胜利·····	68
在世界冠军队面前独得28分的中国投手·····	69
难忘的1986年1月8日·····	70
报了“一箭仇”——中国男篮在汉城亚运会上·····	72
兵不厌诈——篮球赛中的心理战·····	73
钱澄海妙语惊人·····	76
“鸡窝里”飞出金凤凰·····	76
中锋杨洁与影星夏梦·····	77
“逼”出来的全国冠军·····	78
姐妹队携手“走向世界”·····	80
中国台湾的篮球运动·····	81
一支记者啦啦队·····	82
“战斗篮球队”在老山前线·····	83

邓小平贺龙发起义赛救灾民·····	85
我们的贺老总·····	86
贺龙论篮球·····	87
中国的篮球训练基地·····	89
我国唯一的篮球专业杂志《篮球》·····	89
国际篮联批准的中国篮球·····	90
中国篮球的“第一回”·····	91

国际篮坛面面观

“国际篮联”已有165个会员国·····	93
世界上还有哪些重要的国际篮球组织·····	94
“国际篮联”历任主席·····	97
现任“国际篮联”秘书长斯坦科维奇·····	97
世界上有哪些重要比赛·····	98
第1届世界男子篮球锦标赛·····	100
首届世界女篮锦标赛战况·····	101
第10届世界女篮锦标赛的名次、年龄和身高·····	103
金篮奖——世界优秀运动员的最高奖赏·····	104
闻名世界的篮球纪念馆·····	105
两桩难断的“公案”·····	106
载入史册的比分·····	108
有争议的一分球·····	109
世界篮坛的一桩“奇闻”·····	111
戈麦尔斯基的慧眼和“离间计”·····	112
莉达——苏联篮球艺术大师·····	114
南斯拉夫男篮的夺冠之路·····	116
欧洲篮坛又升起一颗新星·····	118

欧洲杀出个“李逵”——希腊男篮·····	119
南美的雄师——巴西男篮·····	121
能“打”大个的小个子明星·····	122
点燃奥运会火炬的篮球运动员·····	124
首创单手投篮的是谁·····	125
广泛开展的小篮球运动·····	127
进行正规训练的“娃娃队”·····	129
南朝鲜的篮球运动·····	130
日本的篮球运动·····	131
亚洲女篮的“四强”·····	133
巾幗篮坛一支花·····	134
名人雅号·····	135
篮球与邮票“联姻”·····	137
预测21世纪的篮球运动·····	139
篮球运动在美国	
美国是篮球的故乡·····	141
美国队何以长期独霸世界·····	142
职业队比赛是世界最高水平的较量·····	144
这些教练为什么敢“气壮如牛”·····	145
篮球队里黑人何其多·····	147
职业队的创立、选材和待遇·····	148
职业队中“巨人”多·····	149
第一个出现在场上的超级巨人·····	151
“短时分工”训练法·····	152
篮球健将与总统并列第三·····	153
闯荡江湖的“哈伦”队·····	154

能“空中行走”的威尔金斯·····	155
“篮球祖父”贾巴尔·····	156
身高仅1米70的全美扣篮冠军·····	157
当代五大“天王巨星”·····	158
当代篮坛的第一高度·····	159
“小松鼠”为美国夺魁立功·····	160
一颗明星幼苗——14岁身高2米03·····	161
少儿篮球——篮球王国的支柱·····	162
美国娘子军的崛起·····	164
职业队中的第一女杰·····	165
两位“女飞人”·····	166
美国的“篮球之最”·····	167
世界球王的“世界纪录”·····	168

技艺之窗

千姿百态的投篮技术·····	170
揭开“神投手”之谜·····	171
投篮为什么要使球旋转·····	173
单手跳投，球是跳至最高点才出手吗·····	174
球上有“眼睛”与手上长“脑子”·····	175
运球的诀窍·····	176
运动员的周围视觉·····	177
“新式武器”——高空技术·····	179
运动员的“脚下功夫”·····	180
脚步动作学问多·····	181
“尖刀杨”的绝招——持球突破·····	182
他们的弹跳力是怎样练出来的·····	183

篮板球为什么那么有诱惑力·····	185
中锋——球队的中坚·····	186
你知道这些新技术和新术语吗·····	188
“快攻”——兵贵神速之道·····	190
进攻战术是怎样发展来的·····	191
“抢攻”与“快攻”有区别吗·····	193
什么叫“综合多变防守”·····	194
防守战术的基础——“半场人盯人”·····	195
什么是“区域联防”·····	197
变化防守战术的十大“暗语”·····	199
“掩护”——最有效的进攻武器·····	201
怎样判断“高潮”与“低潮”·····	202
“回合”是怎么回事·····	203
罚球不中多是心理作用·····	204
被教练遗忘的“角落”·····	206
一场比赛每个球员要跑10公里·····	208
篮球“苗子”是怎样挑选的·····	209
篮球运动员为啥不穿1~3号球衣·····	211
篮球运动员为什么都穿长筒袜·····	211
篮球“宪章”与“执法官”	
最早的篮球竞赛规则·····	212
篮球规则的新规定·····	213
规则外的“特殊规定”·····	216
3秒、5秒、10秒、30秒违例是怎么回事·····	218
两种“交叉法”的区别·····	220
篮球场上的“执法官”·····	221

我国的裁判员队伍	222
裁判员的手势	223
裁判员为啥要摸球	226
两个裁判员的分工	227
“球出界”和“球回后场”	229
“巨人”伸手把篮筐封盖住行吗	230

趣闻荟萃

为看球赛休战96小时	232
国王的“球瘾”	232
我国篮球首次步入影视圈	233
2分=一辆小轿车	234
胜利来自投中对方篮筐	235
教练员的“义务诊所”	236
一场球打出三个“世界纪录”	237
世界大赛首发“精神文明奖”	237
特殊的纪念品	238
谁也离不开谁	239
临场的习惯	239
新中国首场国际赛的现场解说员	240

重大赛事成绩表

历届全运会男子篮球决赛名次	241
历届全运会女子篮球决赛名次	242
历届奥运会男子篮球比赛前六名名次	243
历届奥运会女子篮球比赛前六名名次	244
历届世界男子篮球锦标赛前六名名次	245
历届世界女子篮球锦标赛前六名名次	246
历届亚洲男子篮球锦标赛前六名名次	247
历届亚洲女子篮球锦标赛前六名名次	248

初期篮球史话

篮球——快满百岁了

篮球，作为一项室内体育游戏，是1891年12月21日，由美国马萨诸塞州斯普林菲尔德国际基督教青年会训练学校的体育教师詹姆斯·奈史密斯发明的。到1991年12月21日，将是奈史密斯发明篮球运动一百周年。

在近一百年的时间内，篮球运动已成为世界上发展最广泛、拥有球迷最多的运动项目之一。据1989年最新统计，国际篮联迄今已拥有178个会员国。这一数字就足以说明篮球运动在全世界开展的广泛性和群众性。

篮球运动快满一百周岁了，这是全世界篮球工作者、篮球运动员和篮球爱好者的盛大节日。为庆祝这一盛大节日，国际篮联中央局决定呼吁新有会员协会在本国举行各种形式的庆祝活动。庆祝活动自俱乐部一级开始，直至全国和各大洲。世界性的庆祝活动高峰将于1991年12月21日在美国斯普林菲尔德举行。

届时，国际篮联将为此出版一本世界篮球史，一本篮球规则演变史和一本世界篮球邮票特集。还计划发行一部有关世界篮球运动的影片。另外，还要设制一枚纪念篮球运动

诞生一百周年的标志，并要求各成员国所有俱乐部和国家男女篮球运动员，在1991年参加的各级庆祝比赛活动时戴在运动衣上，以示纪念。

国际篮联还要求，各会员协会应向其所在国有关当局申请出版发行一张“篮球运动一百周年”纪念邮票。

以上这一切，将使篮球运动诞生一百周年的庆祝大典，盛况空前。中国篮球协会也正在为此积极进行各项筹备工作。中国的广大篮球工作者、篮球爱好者以及篮球教练员和运动员们，满怀激情地期待着这一天的到来。

从蜜桃筐里诞生的篮球运动

据现有文字记载，篮球运动的发祥地在美国。它是1891年由侨居美国的加拿大詹姆斯·奈史密斯发明的。

奈史密斯当时是美国马萨诸塞州斯普林菲尔德基督教青年会国际训练学校的一名体育教师。该校体育系主任卢瑟·古利克教授为制订冬季体育课教学大纲，当时便把如何设计出一套适合于在室内进行体育游戏的任务交给了奈史密斯。该校所在地是个盛产蜜桃的地方，各家各户都备有装蜜桃的桃筐，一些调皮的儿童常用桃投向桃筐，作为嬉戏，比赛看谁投得准，奈史密斯即从儿童以桃投筐的游戏中受到启发，于是创编了室内这一游戏。

最初，篮球游戏比较简单，只是把两个盛蜜桃用的筐篮分别挂在运动房两端离地面3米多高的地方，当成球篮。筐篮后面也没有档板，以后才在球篮后面加上铁丝网。场地

第

可大可小，没有明确界线。游戏用球是用足球代替的。在奈史密斯发明这种游戏还没有来得及给它正式取名的时候，他自己称它为“筐球”。而别人，则爱称它为“奈史密斯球”。后来统一命名为篮球，那是经过一段时间以后，由奈史密斯同他的同事们商定的。

当时进行这种游戏，没有人数限制，只是把上课的学生平均分成两队，开球前让他们分别站在球场的两端，当教师向球场中央抛球后，双方队员才冲进场内抢球，并力争把球投进对方的球篮。最后，以投进对方篮筐多的为胜方。

开创初期进行这种游戏，碰上最大的一件麻烦事，就是篮筐有底，每投中一次，球便留在筐子里，次次都要有人搬梯子爬上去把球拿出来，才能重新开始比赛。据传说，后来取消筐底的建议，还是由一名慌慌张张取球从梯子上摔下来的学生提出来的。如果此事当真，摔这一“跤”，在篮球发展上不能不说是一次“突破性贡献”。可惜的是，现在对此已无法考证了。

使球从篮筐中落下来花了22个春秋

前面已经说过，初创时期的篮筐，并不是现在这个样子。

最早的球篮，因为用的是装桃子的竹制篮筐，篮筐下部有底，每次投进球后都需要搬梯子爬上去把球取下来才能继续比赛。

反反复复搬梯子取球，成了当时进行篮球比赛的一大累

费，于是有人就想改进篮筐。不久以后，奈史密斯在同事们的合议下，经过多次改进，创制了世界上第一副以金属材料做成的底部没有封闭但其口径比球小的球篮。使用这种球篮比赛，每投中一球，比搬梯子取球方便多了，因为它只需用竹竿将球抛进篮筐。但是，即便如此，此时还没有人想到要使球自动从筐里落下来。

1893年，开始出现在篮圈下面用网袋代替筐身和筐底的球篮，但进球后仍要用专门拴在网上的绳子将球抖下来。这比用竹竿抛球似乎又进了一大步。

用竹竿抛球和用绳子抖落球的篮筐，同时并存了较长一段时间。其间，运动员们还试想过别的一些改进办法，无底篮筐也开始在这段时期中出现。直至1913年，金属篮圈下面挂无底线网的篮筐才开始普遍采用。

谁会想到，从最初的搬梯子取球，到去掉网底使投中的球自动落下来，就这么个今天看来很不起眼的创举，我们的先辈竟花费了22个春秋的心力。

由铁丝网到透明的玻璃篮板

篮板原来的名字叫遮板。篮板差不多也经历了近半个世纪的演进，才变成今天这个样子。

起初，篮筐后边没有篮板。后来因为投不进的球常常“飞”到围观的观众里边“闹事”，于是有人就用铁丝网遮在篮筐后面。这便是最早时期出现的篮球遮板。

1894年以后，球场上开始出现把篮筐固定在木板上的木