

第六届全运会
技术调研汇编资料

307878

国家体委科教司

第六届全运会

技术调研資料汇编

国家体委科教司

前 言

第六届全运会于一九八七年十一月在广东省举行。为系统地掌握第五届全运会以来我国各竞技运动项目发展的现状及其趋势，以利于提高运动技术水平和促进体育科研工作的发展，本届全运会科研工作除开展大规模的生物力学测试和运动心理咨询外，还组织了一百多名科研人员对重点项目进行调查访问、现场的测试和技术统计，分析研究各运动项目的技术和比赛情况；并在选材和后备力量的培养、教学训练、组织管理、发展布局等方面提出了积极性的建议；这些资料将为奥运会战略提供科学依据。

为便于交流信息和向有关方面提供本届全运会的资料，我们将其中十八个项目的技术调研报告汇编成册，供大家参考，不妥之处，望批评指正。

一九八八年六月

目 录

(一) 篮球.....	(1)
(二) 足球.....	()
(三) 排球.....	()
(四) 乒乓球.....	()
(五) 网球.....	()
(六) 手球.....	()
(七) 田径.....	()
(八) 体操.....	()
(九) 艺术体操.....	()
(十) 技巧.....	()
(十一) 游泳.....	()
(十二) 花样游泳.....	()
(十三) 跳水.....	()
(十四) 水球.....	()
(十五) 摔跤.....	()
(十六) 武术.....	()
(十七) 柔道.....	()
(十八) 举重.....	()

第六届全运会男篮决赛调研报告

一、概况

经过四个赛区36个省、市、大企业系统和解放军代表队的分区预赛，获决赛权的队有上海、解放军、河北、湖北、陕西、吉林、四川、辽宁、北京、江苏、山东队，加上主办本届全运会的广东省队共12队。河北、陕西是本届新晋入决赛的队，上届的决赛队黑龙江队与云南队在本届落选。

(一) 队伍的基本情况对比 (表1)

(表1) 第五、第六届全运会男篮决赛运动员年龄身高对比表

队 别	届 别	年 龄 (岁)					身 高				
		平 均	最小队	最大队	20岁 以下	25岁 以上	平均	最高队	2.10米 以上	2-2.09米	1.80米 以下
男 队	第五届	24岁	21.9岁	27岁	23人	33人	1.91米	1.96米	2人	15人	5人
	第六届	24.5岁	23岁	27.2岁	25人	64人	1.93米	1.966米	8人	21人	3人

参加决赛的各队，是我国篮球运动水平最高的队。四年一届的全运会决赛，是对我国篮球运动的组织水平（年龄的衔接、选材成材情况等）和训练水平的最重要环节。从表1对比看，决赛各队平均年龄基本相同，但最小年龄队平均年龄比上届增大，25岁以上队员人数比上届增加较多，说明本届决赛队伍年龄增大，新手成长不太理想；从身高情况看，本届决赛队平均身高比上届提高2厘米，主要是2米以上队员比上届增加12人，1.89米以下队员减少8人。令人高兴的是涌现了一批2米左右，身体、技术、速度、反应均较好，有希望成长为优秀锋线选手的年轻队员，如：解放军队的18号宋力刚、辽宁队的5号王力、广东队5号欧阳桂景、河北队9号马健、上海队7号高正才、山东队7号巩晓彬等。2.05米以上突出高度的中锋，虽出现了几名年轻选手，但短期内有希望成为优秀中锋者，还鲜有人选。看来突出高度的中锋队员的培养和选材尚须做更大努力。

(二) 竞赛规则变化与比赛成绩

1. 竞赛规则变化：

第一，为促进我国篮球技术、战术和比赛速度、强度更快提高，国内比赛施行4分球规则。

表3

第六届全运会篮球决

队 名			解放军	辽 宁	吉 林	江 苏	广 东	北 京
上 场 人 数			11	10.6	10.7	9.7	16.6	9.3
进 攻 次 数			95.9	94.7	88.4	87.7	91.1	88.9
比 分	得 失	分 分	105.7	93	82.7	80.8	86.6	92.6
			85	72.4	87.7	82.1	83.7	79.6
投 篮	近 投	投 中 %	44.4 28.1 63.4%	36.4 23.4 64.3%	28.1 17 60.4%	32.7 19.9 60.7%	39.1 26.6 68 %	27.6 19.4 70.3%
	中 投	投 中 %	11.4 5 43.9%	19 7.6 39.8%	13.4 5.1 38.4%	14 6.1 43.9%	11 4.3 39 %	12.3 5.1 41.8%
	远 投	投 中 %	29.1 7.3 34.5%	19.7 6.1 31.2%	21.1 8.1 38.6%	15.4 6.9 44.5%	22 5.6 25.3%	29.3 9.3 31.7%
	总 计	投 中 %	76.9 40.4 52.5%	75.1 37.1 49.4%	62.6 30.2 48.2%	63.7 32.9 51.6%	72.1 36.5 50.6%	69.1 33.3 48.9%
罚 球		投 中 %	18.7 14.3 76.5%	13.7 10.6 77.2%	13.4 9.9 73.6%	7.7 4.9 63 %	11.1 6.3 56.6%	15.1 10.9 71.9%
篮板球	前后共	场场计	13.1 28 41.1	16.9 23.6 40.5	11.6 17.1 28.7	10.9 15.6 26.4	13.7 21.7 45.4	14.9 19.3 34.2
	成失共	功败计	8 14	7.6 13	3 7.1	5.7 15	11 20.7	7.1 14.3
抢 断 球			8.1	9.1	8	8.3	10.7	11
失 误 违 例			12.7	12.7	14.7	15.9	12.9	12
助 攻			7.7	5.3	3.6	5.6	7	4.7
犯 规	进 防	攻 守	1.3 14.4	1.4 18.3	0.4 11.6	1.6 17.4	1 18	1.7 18
	半场紧逼 全场紧逼 混合防	盯人区域紧逼 联防	30.6' 3.4' 6.7' 3.1	21.7' 18.3' 3	37.7' 0.6' 1.7' 3.3	35.4' 0.7' 3.9' 1.6	19.9' 21.1' 2.7	37.7' 0.4' 1.9' 3

秦男队技术统计总表

1987. 9. 广州

陕 西	湖 北	河 北	上 海	四 川	山 东	12 队	平 均
8.7	9.4	10	7.9	8.9	9	上 场 人 数	9.7
87.6	9.5	94.9	87.9	86.6	84.6	进 攻 次 数	90.3
83.7 89.3	84.1 98.4	82.4 79.3	73.6 80.6	79.7 89.4	72.7 89.4	得 失 分 分	84.8 84.8
31 19.6 63.1%	33.7 18.6 55.2%	37.1 27 56.6%	31.4 18.3 58.3%	28.6 16.7 58.4%	30.7 18.6 60.5%	近 投 中 %	33.4 21.1 63.2%
10.6 3.9 36.4%	14.4 6.7 46.6%	14.6 5.4 37.2%	16 6.9 42.8%	9.4 3 32 %	10.4 3.1 30.2%	中 投 中 %	13 5.2 39.9%
18.6 7.1 38.4%	23.6 6.9 29 %	21.1 6.4 30.5%	20 5.3 26.5%	24.4 8.3 34 %	20.3 6.4 31.7%	3 分 球 中 %	21.4 7 32.5%
60.2 30.6 50.8%	71.7 32.2 44.9%	72.9 32.9 45 %	67.6 30.4 45 %	63.3 28.1 44.4%	61.4 28.1 45.8%	总 投 投 次 中 %	67.8 33.3 49.1%
17.4 11.7 67.3%	12.3 6.6 53.4%	13.4 7.9 58.6%	10.6 6.3 59.4%	15.7 9.9 62.8%	12.4 6.7 54.1%	罚 球 中 %	13.5 8.8 65.4%
9 18.9 27.9	12 19.7 31.7	15.3 20.3 35.6	15 22.4 37.4	11.3 20.7 32	11.3 17.7 29	前 后 板 球 球 共	12.9 20.4 33.3
6.1 14.1	7.7 77.7	8 17.3	5.9 12.3	5 11	4.6 13.1	快 攻 成 攻 快 攻 次 数	6.6 14.1
9.1 16	8.4 15.7	12.1 15.4	7.3 14.9	7 17.6	7 17.4	抢 断 失 误	8.8 14.8
3.3	4.3	5.9	3	6	5.3	助 攻	5.1
1.1 16.7	0.4 18.6	1.4 21.1	2.6 12.3	1 12	1.7 14	进 攻 犯 规 防 守 犯 规	1.3 16
36.3' 3.7' 2.6	35' 5' 2.1	28.4' 0.7' 10.9' 3.9	31.7 4' 4.3' 1.9	34' 4.6' 1.3' 0.9	38.7' 1.3' 3.9	半 场 盯 人 防 逼 紧 盖 场 紧 盖	32.3' 1.2' 6.7' 2.7

第二、为促使各队在决赛中必须认真打好每一场比赛，确定决赛第一阶段分组比赛得分带入第二阶段即两组交叉争名次赛之中。

2. 比赛成绩:

(1) 分组比赛名次 (表2):

(2) 交叉 (决) 赛名次:

第1—4名为解放军、辽宁、吉林、江苏

第5—8名为: 广东、北京、陕西、湖北

第9—12名为: 河北、上海、四川、山东

表2 分组比赛成绩 (名次) 表

组别	名次	1	2	3	4	5	6
A 组		解放军	吉 林	陕 西	湖 北	河 北	上 海
B 组		辽 宁	江 苏	北 京	广 东	四 川	山 东

3. 最佳运动员:

(1) 大会评选:

最佳中锋 解放军队17号黄云龙 (27岁2.00米)

最佳前锋辽宁队10号李戈 (27岁1.94米)

最佳后卫 江苏队14号龚鲁鸣 (30岁1.74米)

(2) 根据比赛成绩 (个人) 评选:

最佳三分球投手:

第一名江苏队龚鲁鸣

第二名北京队魏伟

第三名四川队李亚光

最佳抢篮板球手: 上海队7号高正才。

最佳抢断球手: 北京队6号闵鹿雷。

4. 第六届全运会篮球决赛男队技术统计总表 (表3, 2页)。

二、基本分析对比

本届决赛由于实行4分球规则, 促使比赛出现了一系列重大变化

其一, 外线攻击次数 (投次), 得分大大增加 (表4)。

从表4看命中率还低于第五届, 但从现场比赛实际观察, 现在的远投出手, 大多数是在对手积极防守干扰下进行的。而且每个队都不是限于个别队员远投, 一般都有两人以上具备相当高命中率的3分远投手。例如: 在本届42场比赛中有37场88%远投的分超过本队得分的1/3。最高一场比赛, 北京队对四川队, 北京远投40次, 中16次, 得60分,

表4

第五、第六届全运会男篮决赛远投得分对比表

届别	分类	投 次	投 中	%	得 分	占总得分 (%)	投次/ 中最高队
第 五 届		7.9	3.3	41.9%	6.2	7.7	
第 六 届		21.4	7	32.5%	$\begin{pmatrix} 4 \times 3 = 12 \\ 3 \times 4 = 12 \\ 24 \end{pmatrix}$	28.3	北京 29.3/9.3

占北京队该场得分105分的57.1%。这一场比赛北京队有五名队员频频远投得分。

以上情况说明：3—4分球规则的实行，引起了重视。

其二，推动了训练，提高了技术，扩大了攻击区。

其三，扩大了防区，对防守提出了更高要求。本届决赛一改过去防区小(6—7米)，防持球人消极，运用半场联防消极防篮下的情况，大多数采用半场扩大盯人或半场紧逼盯人防守；防区一般均扩至8米以外范围；对持球人，特别是对较难的3分球投手，大多采用了紧逼盯人防守。由于防区的扩大，对个人防守技术和集体协作防守配合技术的要求大大提高了，从实践中观察，尚有较大差距(具体分析，见专题调研所述)。防守战术变化见表5对比情况。

表5

第五、第六届全运会防守战术运用对比表

届别	分类	半场联防	半场盯人	全场紧逼 区域盯人
五 届		23.2'	12.5'	4.3'
六 届		1.2'	32.3'	6.7'

其四，由于攻击范围和防守区域的扩大，比赛强度、攻守对抗的激烈程度均大大提高了，因而对运动员的身体素质，特别是对速度和力量的耐力要求更提高了，本届决赛中充分证明了这一点：一个队的实力大小，绝对不仅表现在5—6名“主力队员”身上；为保证比赛的速度和强度不衰，教练员必须频频换人，5—6人打一整场比赛的情况很少看到了，而且现在比赛中换人绝大多数是教练员为保证队员体力充沛主动换人。五、六届决赛上场人数统计对比，也充分证明了这一点。

五届全运会篮球决赛每队平均上场人数8.6人。

六届全运会篮球决赛每队平均上场人数9.7人。

另外，在决赛第一阶段分组比赛有关名次升降的几场关键比赛中，如北京对江苏72:71，江苏对广东69:55，辽宁对北京73:62，三场比分都很低，但比赛打得非常激烈，双方都是全力以赴，拼命防守，所以进攻对内外线投篮出手机会，要经过很大努力和协同配合方能出现；争抢篮板球一般都是5—7人，争抢失控的地板球也是3—4人同时倒地争夺。看过这几场比赛后，很多观众、甚至行家都说：“多年没看到如

此激烈的篮球比赛了”，“如果国内篮球比赛都是这样激烈，对抗这样强，我国篮球提高就更快了！”有不少行家还说：“从这几场比赛的低比分说明强调抓防守的重要性！防守一认真，即充分暴露出我国球队进攻能力并不好，所以一定历史时期提倡训练中以防守为主是必要的！防守上去了，打破原有平衡，必然促使攻守共同提高。”

最后，在五、六届决赛技术统计全面分析对比中（表6）除前述上场人数增加，远投次数与得分大大增加、防守积极性提高等外，还有一项令人高兴的进步，即失误违例减少，从17.4减少到14.8次，减少3.4次。各对在防守积极性提高、防区扩大情况下，反而减少了失误说明各队控制、支配球能力有了明显进步。

表6 第五第六届全运会男篮决赛技术统计对比表

内 容			五 届	六 届	内 容		五 届	六 届
上场人数			8.6	9.7	罚 球	罚	13.4	13.5
进攻次数			93	90.3		中	10.5	8.8
比 分			得分	80.4		%	78.4	65.4
投	近 投	失分		84.8	篮 板 球	前场	11.3	12.9
		投次	37.5	33.4		后场	19.6	20.4
		中次	22.4	21.1		共计	30.9	33.3
		%	59.8	63.2	快 攻	发动	14.3	14.1
	中 投	投次	22.5	13		成功	8.6	6.6
		中次	9.2	5.2	助 攻		14	5.1
		%	40.9	39.9	抢 断 球		10	8.8
	远 投	投次	7.9	21.4	失误违例		17.4	14.8
		中次	3.3	7	盖 帽			2.7
		%	42	32.5	犯 规	进攻	1.6	1.3
总 投	投次	68	67.8	防守		17.8	16	
	中次	34.9	33.3	防守战术	半场盯人	12.1'	32.3'	
	%	51.5	49.1		半场联防	22.4'	1.2'	
						全场防守	5.5'	6.7'

三、专题调查研究

(一) 关于防守

1. 问题的提出

长期以来, 在我国的篮球训练和比赛中, 在许多领导和教练中, “以攻为主”的观点影响极大。因此, “重攻轻守”的训练思想长期不能克服, 从而导致篮球防守理论研究不能深化, 篮球的训练中防守训练的比重和时间很少; 国内比赛中由于防守差, 对抗强度上不去, 得分和投篮命中率较高。例如五届全运会决赛平均得分80.4分, 命中率51.5%, 六届全运会决赛平均得分94.8分, 命中率为49.1%。但一打国际比赛与稍强的外国队交锋, 我国队的得分和命中率即下降很多。例如, 1987年刚刚结束的北京国际男篮邀请赛, 我国队对苏、美、奥4场比赛(对手不是世界一流强队)平均得分74分, 命中率为45%。

所以, 为了从根本上扭转“以攻为主”观念, 彻底克服“重攻轻守”思想, 必须下大力量研究和改进我国篮球防守训练! 为此, 我们把防守问题列为六届全运会男篮决赛的重点题目。

2. 男篮当前防守基本情况分析与对比

大规模调查研究我国篮球防守问题, 这是初次。由于防守中有防持球人, 防无球人, 又有近球防守与远球防守, 其技术运用、配合要求, 又不相同, 再因人力所限, 所以本届决赛中我们着重统计与观察了对持球人和对近球无球人的防守现状。

由于国家体委、全国篮协反复强调与倡导, 特别是实行3—4分球规则的促进, 纵观本届决赛, 各队防守的积极性与重视程度, 普遍有了显著提高, 表现在防守区域扩大了。全场和半场扩大盯人防守战术运用增加, 控制区小比较消极的联防用得很少了(对比情况见前表5); 对抗激烈程度也大大提高了。因此, 相应地要求个人防守技术、配合能力, 意识反应和身体训练水平也都要迅速提高才能适应。

(1) 关于对持球人防守的距离情况和对比:

表7

对持球人防守距离统计表

队 名	号 码	与赛队	防 守 距 离					总%
			一 臂	一臂半	二 臂	%		
解放军	4号(卫)	吉 林	15	9	10	44%		
解放军	7号(锋)	河 北	6	9	1	37%		
辽 宁	5号(锋)	北 京	16	4	2	72%		
北 京	6号(卫)	江 苏	12	11	11	33%	47.7%	
湖 北	10号(锋)	河 北	7	8	2	41%		
河 北	4号(卫)	解放军	8	7	2	47%		
北 京	15号(锋)	辽 宁	9	5	1	60%		

现代篮球比赛攻守强烈对抗的要求，特别是3分球规则出现后，首先必须解决的是对持球人的严密防守与控制（通常是指半场8米左右防持球人）。现在对持球人的防守要求，是保持一臂距离，对持球人要构成威胁与压力、影响，阻截和干扰其投、传、运（突）等技术动作的正常进行。对此，六届全运会决赛中进行了部分队员的抽样调查（表7）。

前不久我们对1987年北京国际男篮邀请赛中四个队的后卫防持球人距离也进行了专门性统计（表8）。

表8 1987年北京男篮邀请赛四外国队后卫防持球人距离统计表

队 名	号 码	与赛队	防 守 距 离				
			一 臂	一臂半	二 臂	%	总%
美 国	12号	辽 宁	35	3	5	81%	64.5%
苏 联	5号	北 京	24	17	5	52%	
波 兰	4号	辽 宁	31	9	10	62%	
奥地利	8号	中 国	24	11	3	63%	

这次邀请赛虽是世界中等水平的比赛，统计数据也是采取部分场次和队员抽样调查，但还是有可比性。从以上两个统计数据对比分析，以美国12号为例（美国篮球训练是举世公认注重防守的队），他防持球人保持一臂距离占81%；若从四个外国队后卫防持球人次数的对比，总平均一臂距离占64.5%，我国七个队平均是47.7%。所以，明显表明我国队员对持球人的防守距离较远，是普遍现象。因此，对持球人的防守、威胁施加压力就差多了。由于给对方持球队员施加压力不够，进而给本队防无球的同伴增加了困难和顾虑，而不敢大胆错位、收缩和协防，影响了全队的纵深，集体防守能力，这也是我国篮球比赛中防守攻击性不强的关键原因。

（2）关于对无球人防守争夺的起始点问题：

现代篮球比赛，世界强队对无球人防守同样重视，并有明确要求，即精神高度集中，球、人（自己所防对手）、区（近球区或远球区）兼顾，随时移动、占位、卡堵对手活动路线，抢、打、断来球，并要求随时协防持球人，包括关门、夹击、补防和抢夺篮板球及落地球等等。也就是说防守争夺的起始点，必须是全队失去控球权后，自己所防对手接到球之前，但从本届决赛中看到，对无球队员的防守，在对手接球之前即展开激烈争夺很不够，有半数以上的防守不是在接球前。这样，必然形成对手易于在有利地点接到球，从防无球到防有球的送位、占位也必然迟缓而陷于被动。

世界强队著名教练普遍认为“在篮球比赛中某种意义讲，无球队员的进攻威胁最大。”但我国许多教练对此问题重视不够，导致训练不严，比赛中经常出现被动挨打的局面。这是我国球队未能形成强防守的关键问题之二。

（3）关于防守中的手脚动作问题：

通过观察,我国优秀运动员防守中的手、脚动作较差,表现在以下几方面。

甲、手部动作

①手的挥摆动不够积极,缺乏伸缩弹性。

②目的性不强,纵有挥摆,未能摆到要害处。对方传球时,也往往不能运用挥臂进行拦截传球,故对进攻队员威胁干扰不大。

③盲目动作较多,如推、压、拉的盲目动作,经常出现无谓犯规。

乙、脚步动作

①由于普遍重心较高,动作规范较差,故移动速度不快。

②脚步动作运用,步法较乱。如对持球人防守,已发展为平步防守,但在不同位置应用里脚稍前防守还是外脚稍前防守,概念不清,运用不当,对衔接下步动作分析不够。

(4) 关于防守技术运用和简单配合的问题:

目前防守必须扩大限制面,因此,对个人防守技术和配合能力应迅速提高。据观察,我国优秀运动员在防守技术运用合理性上较差,配合职责不清,表现在以下几个方面:

甲、防守大中锋,很少运用绕前防守,也很少进行“抢”防(即对方掩护,本方换防后,防护者象抢住对手贴紧他,以破坏其接球),多落后在掩护者后面,往往形成挨打的被动局面。

乙、防空切、防纵切漏洞较多,不提前卡堵接球路线,仅是跟随移动,往往使对方轻易接球。

丙、防掩护,经常出现一不抢过,二不交换防守,配合不清;交换防守时,未能做到防去掩护的人抢前换防。堵与利用掩护的进攻者空切路线;防被掩护不积极“抢”防,处于被动局面。

丁、补防、夹击意识较差。

“矫枉必须过正”,应该大声疾呼:今后一定时期内的篮球训练,必须突出防守!要以防为主,防守提高后,才能真正做到强对抗,从而促进进攻技战术的进一步发展,才能使我国篮球运动水平更上一层楼。

(二)关于3分球技战术运用

1. 男篮决赛中形成3分球投篮时机的战术运用情况

据统计,全部8分投篮时机中,个人利用变速度向寻找机会摆脱防守(属于无战术配合)的投篮,命中率为28.4%;而利用掩护、突分、策应等战术配合投篮,命中率为42%。二者相比,运用配合投3分,命中率高一大截。比赛实践中,不少典型例子再三证明了配合投3分的效果好。

从这次比赛的实际情况看,许多队还未真正把3分投篮纳入到技战术配合中去。这是训练和比赛的一个薄弱环节。有待进一步加强。

2. 从比赛实践中,认识到3分球的重要性,有效地加以运用

比赛中各队都想充分利用3分球取胜。以各队完成4个3分球的时间上看,前几轮比赛,一般都是在下半时7'—8'左右投完4个3分球,而后几轮比赛中,大部分队都是在上半时15'—17'左右投完4个3分球,使投4分球的时间大大提前。大家认识到,谁先投中4个3分球,谁就掌握了比赛的主动权。

3. 3 分球规则不仅促进了进攻技术的发展,也带动了防守技战术的提高

①采用联防的队几乎没有了。

②防区普遍扩大。

③各队都加强了对投篮手重点防守。

④防守的积极性大有提高。

4、3 分球使比赛胜负的变化在一瞬间

5、良好的身体素质是 3 分球的保证

6、三点建议

(1) 加强训练,切实将 3 分球纳入全队战术组织之中,包括两点:第一,通过配合形成出手时机;第二,解决好 3 分投篮时的进攻篮板球的拼抢。

(2) 提高和发展外线攻击优势的同时,绝不可偏废与忽视内线(中锋)攻击的关键性作用。本届比赛中,吉林队之所以取得了较好的名次,并在比赛中比较顺利而未发生大起大落的波动,就是他们在关键场次比赛中,3 分外线攻击与内线攻击配合结合得好,是内外攻击并重的典型。但在决赛过程中,有的队过于偏重投 3 分而忽视了内线攻击和“杀伤”力,导致比赛失利。必须全面理解 3 分球的作用,内外线结合进攻不可偏废!

(3) 增加投手,提高命中率。经过实践检验,人们看到,一个队只有一名 3 分投手,很难发挥优势;一个队如能在场上有两名以上的 3 分投手,则可完全占据主动,即能“左右开花”,还会带来“内外开花”。本届决赛 3 分球只有 32% 的命中率,尚须更快提高。

(三) 关于中锋近篮进攻技术

中锋的强弱是一个篮球队实力强弱的重要标志之一;培养不出高水平中锋的篮球队,是很难跻身于篮球强队之林的!中锋近篮进攻技术是反映中锋技术水平的关键性技术之一。为进一步深入调查研究我国中锋技术训练情况,在本届男篮决赛中我们对中锋近篮进攻技术运用进行了专门统计(数据表略)。

中锋近篮进攻技术,指中锋在距离球篮 3 米以内(即通常所说的篮下强攻)接球投篮技术运用情况。我们抽样统计 20 场比赛,35 人次,他们平均上场 26 分钟,接球 16.5 次,投篮 12.8 次,投中 5.7 次。投篮方式主要是运球挤投,接球挤投和转身跳投。

从人员分析,我国男篮队伍中锋队员的佼佼者基本上在其中了。但近篮进攻技术能够称之绝招者,即内线一打一有把握得分者,只有王立彬、黄云龙的强攻技术较有把握,攻击时能够变换动作;另一攻击成功较有把握者是关德友的转身跳投。

总起来看,我国中锋近篮进攻技术是比较单调的。中锋近篮进攻应该经常运用的定位勾手或移动中接球勾手投篮基本上没人运用,统计中 4 次勾手投篮,北京队的薛正武就占了两次;做为较高水平中锋应该具备、经常运用的扣篮和补篮也少得可怜!而且我们看到多数中锋只会固定地点做动作,如只能左侧挤投,到右侧接球就不会转身攻击;会拉出跳投,就不会插步挤投。说明我们许多中锋近篮进攻技术缺乏系统训练。很多人不是“练”出来的,而是“打”(比赛)出来的。

通过专门统计和观察,我们感到我国中锋训练太差,看来还是老问题:“找一个大大个子教一招就用”,并不注重科学系统的训练

建议

①青少年队或一线队集训时，专门组织中锋进行系统训练和经验交流。

②组织专人研究和编辑中锋的系统训练教材。

③青少年集训比赛时应定出中锋训练考核内容、标准及评分办法。

④研究并制定培训中锋人材奖励办法。

(四) 关于核心队员作用的调查

六运会男篮决赛核心队员与国际邀请赛核心队员情况对比如下(表9)。

表9 核心队员技术运用对比表

类别	项目 数据	妙传	得分	抢断	篮板
国际邀请赛		2—7 (次)	6—18	1—7	1—4
六运会		1—5 (次)	2—10	1—5	1—2

以上数据表明，我们核心队员也有向全面型发展的苗头，但不论妙传、得分、抢断、抢篮板球等，均比国际中流水平队员差，结合我国运动员的民族特点，核心队员作用很不明显突出。对全面型组织后卫的培养，还是薄弱环节。必须进行重点培养，突出特长，以此来弥补个别方面的不足。

我们的建议

(1) 在总结训练经验的基础上，进行系统分析，安排总体设计蓝图，提出训练程序、进度、落实可控的方案。

(2) 围绕以下重点进行培养建设：

①树立积极主动，勇猛顽强的场上作风、培养沉着、坚定、不屈不挠、使对方产生望而生畏的气魄。

②重视基础训练，在全面技术发展的基础上，要求战术蓝图往移动进攻方向发展，扩大活动范围。

③加强身体训练，提高速度、灵活、弹跳、耐力等全面素质水平，以保证适应高速度、高强度的攻守对抗。

④丰富攻击方式和手段，使个人攻击和助攻相结合。

⑤通过经常特殊打法的训练，培养和提高比赛中出现特殊情况观察、判断和应变能力。

⑥利用语言、面目表情和手势，承担场上指挥作用，利用攻击动作，传球带动变化，

⑦使之起到带作风、带速度、带防守、带应变，坚决贯彻场外教练意图场上指挥员的作用。

(李峨恒、陈树华、高鹏李立强、张锡山、胡加实、毕仲春、袁文蔚、郭永波、刘嘉敏、金令昭)

第六届全运会女篮决赛调研报告

一概况

本届全运会参加决赛的12支女队是：解放军队、辽宁队、江苏队、湖北队、广东队、北京队、上海队、安徽队、河南队、黑龙江队、河北队和江西队。与上届全运会相比，河南、河北、江西是新进入决赛的队，上届决赛落选的队有吉林、山东和广西。

(一)队伍基础情况对比

表一 五、六全运会女篮决赛运动员年龄、身高对比表

届 别	年齡、 身高	年 齡			身 高						
		平均	最大队	最小队	平均	最高队	2 米至 2.09米	1.09米 至 1.99米	1.80米 至 1.89米	1.70米 至 1.79米	1.70米 以下
五	届	22.1岁		20.4岁	1.78米	1.82米	2 人	3 人	60人	78人	12人
六	届	22.6岁	24.5岁	21.3岁	1.78米	1.82米	1 人	6 人	60人	79人	9人

从表一看出，两届全运会运动员年龄相比，六届比五届平均年龄和最最小队的年龄都略大半岁。两届全运会运动员身高相比，基本相同，说明从第五届全运会后的四年中，我国女篮最强队伍的组织水平无明显变化。

(二)竞赛规则变化与比赛成绩

1 竞赛规则变化：

①为促进我国篮球远投技术、战术水平更快提高和加快比赛速度、增加对抗强度，国内比赛施行“4分球规则”。（即累计第4个3分球后再投中3分算4分）。

②为促使各队在决赛中必须认真打好每场比赛，确定决赛第二阶段分组比赛得分带入第一阶段决赛之中。

2 比赛成绩

①分组赛成绩

表二 分组比赛成绩（名次）表

组别	名次	1	2	3	4	5	6
A 组		解放军	河 北	广 东	上 海	河 南	黑龙江
B 组		辽 宁	江 苏	北 京	安 徽	河 北	江 西

② 决赛名次

1—4名比赛成绩

1 解放军				82:73				2 辽宁							
A ₁ 解放军		90		86		B ₂ 江苏		A ₂ 湖北		62		73		B ₁ 辽宁	
江苏 3				95:92				湖北 4							

5—8名比赛成绩

5 广东				71:75				6 北京							
A ₃ 广东		74		58		B ₃ 安徽		A ₄ 上海		83		79		B ₄ 北京	
安徽 8				47:72				上海 7							

9—12名比赛成绩

9 河南		64:50		10 黑龙江			
A ₅ 河南	85	68	B ₅ 江西	A ₆ 黑龙江	98	70	B ₆ 河北
江西 12		61:76		河北 11			

3 最佳运动员

① 大会评选:

最佳中锋: 解放军队11号郑海霞

最佳前锋: 辽宁队6号 刘敏

最佳后卫: 上海队12号丛学娣

② 根据比赛成绩(个人)评选

最佳3分投手