

1987年全国篮球讲习班

讲稿汇编



北京体育师范学院

1987、8

23077



目 录

- 一、中国篮协主席牟作云同志在讲习班开学典礼时的讲话
.....(2)
- 二、关于国际篮联、第十届世界锦标赛的情况介绍
.....张长禄(7)
- 三、当前世界男子篮球运动发展动态.....钱澄海(12)
- 四、介绍第十四届世界大学生运动会女篮比赛情况
.....吕长新(18)
- 五、快攻技、战术.....唐宝堃(26)
- 六、快攻技、战术.....余邦基(30)
- 七、谈篮球教学工作中的两个问题.....孙民治(34)
- 八、提高篮球训练质量的几个问题.....于 翎(49)
- 九、关于篮球中锋问题.....李震中(63)
- 十、如何开展科学化训练.....高 翔(77)
- 十一、正确运用规则，提高训练质量.....龚培山(95)
- 十二、美国篮球专家麦克卡夫讲谈
 - 1、第一讲.....(116)
 - 2、第二讲.....(123)
 - 3、第三讲.....(129)
 - 4、第四讲.....(136)

目 录

一、中国篮协主席牟作云同志在讲习班开学典礼时的讲话	(2)
二、关于国际篮联、第十届世界锦标赛的情况介绍	张长禄(7)
三、当前世界男子篮球运动发展动态	钱澄海(12)
四、介绍第十四届世界大学生运动会女篮比赛情况	吕长新(18)
五、快攻技、战术	唐宝堃(26)
六、快攻技、战术	余邦基(30)
七、谈篮球教学工作中的两个问题	孙民治(34)
八、提高篮球训练质量的几个问题	于 翎(49)
九、关于篮球中锋问题	李震中(63)
十、如何开展科学化训练	高 翔(77)
十一、正确运用规则，提高训练质量	龚培山(95)
十二、美国篮球专家麦克卡夫讲谈	
1、第一讲	(116)
2、第二讲	(123)
3、第三讲	(129)
4、第四讲	(136)

中国篮协主席牟作云同志在讲习班开学典礼时的讲话

这次讲习班是篮球界比较大的集会。在座的有专业队的教练、业余体校的教练和体育教师。今天来首先定看看同志们，向同志们问好！这次讲习班是体师领导直接主持、直接领导的，一切准备都很好。我认为这样的学习班是很有意义的。它将对我国篮球运动的发展，对推动训练工作，提高运动技术水平都有很大意义。对教练员的学习方面、培训方面我们依靠行政部门做了一些工作。我认为我们这么大的国家单依靠行政部门组织学习和培训工作，还是远远不够的。所以这次体师领导搞这件事很有意义。这也符合当前我国所提倡的社会办体育的精神。为尽快提高我国篮球运动技术水平应该多办一些这样的学习班。教练员、教师要有更多的机会互相学习，交流经验，这一点也是很重要的。这次大家还有机会看国际篮球比赛。从邀请队的水平来讲估计不会低。这次邀请赛的队有欧洲的、美洲的、亚洲的，代表着当前篮球运动各种不同的风格。这是一个很好的参观、研讨和学习的机会。对我们的工作来讲也会起到很好的作用。因为我们经常看到一些材料，也听到一些情况，对各个国家训练的指导思想、训练风格等，耳闻不如一见。我们要有目的地看，要有比较地看。这几年，我们的业务部门也采取了一些措施。如教练队伍的培养，裁判队伍的培养，竞赛制度的改革等，使我国篮球运动技、战术水平有了提高。但是与国际强队比较还不能说达到我们预期的设想。这几年我国篮球运动有进步，但速度还是

比较缓慢的。当然，从训练工作的角度来讲，从开展群众性活动方面来讲还是不够的。所以同志们这次来，一方面要在一起研究讨论、交流经验；另一方面要参观这次比赛；再一方面，请我国的专家和国外的教练给我们作报告。这次机会难得，希望大家有目的地学习，有目的地看比赛，要联系我国篮球运动发展的实际，联系每位同志自己的工作，这个问题如果能解决好，我们这次学习一定会收获大。

今天，我提出几个问题，希望同志们在这次研讨中，在这次参观比赛中，有目的地进行研究。我归纳了如下几个问题。

1、基本功问题。

这是我们教学工作和训练工作中多年存在的问题。我们不是没有基本功，不管是国家队也好，省市队也好，成人队或是青年队也好，当然程度不一样，但在基本功训练上是普遍存在问题的。广大群众在这方面有反映。由于基本功不扎实，不单单影响运动技术，也影响战术。目前，我国的篮球运动已经达到世界水平，严格讲已经进入了世界先进行列，再往上攀登，就要花很大力气，主要要在基本功上下功夫。在一场比赛中，由于基本功不稳定，或者是不熟练，失误次数多，攻防技术，以及投篮命中率等方面就要出现问题。所谓不稳定，不单单涉及技术问题，还涉及到身体素质问题、心理问题等。我们看了很多次比赛，特别是和强队比赛时，你的水平马上就降低了，这是我们经常见到的问题。针对这种情况，我们在工作实践中应该怎么办？同志们这次看比赛，要仔细观察一下这个问题，比较研究一下这个问题。我们中国运动员不是不会，平时也很熟练，但一遇到关键的时候在技术运用上马上水平就降低了。这是一个什么问题？群众对这个问题反映比较大。同志们都在基层搞教学或搞训练，要想提高我国的篮球技术水平，关键是靠在座的

同志们。如果我们基层工作做不好，训练工作跟不上去，我们的一线队伍就会既费时间，又白费力气。特别是高大队员的问题，这一点很值得我们深入研究讨论。经常有一些篮球界老同志议论这些问题，发表文章谈的也比较多。但是这个问题怎么解决？希望同志们在这一次学习当中、研讨当中，对这个问题很好地研究讨论一下。

2、中国篮球应该树立什么样的风格。

长期以来，中国篮球风格就是快速、灵活、准确，这是必要的。因为现在的比赛对抗性越来越强，速度越来越快。大家经常议论篮球运动就是比高度、比速度、比技术。中国运动员所谓的风格问题，就是指拼搏精神。在对抗性强的情况下，这种拼搏有没有？特别是在关键时刻，两个队比分不相上下、咬得比较紧的时候，我们这种劲头有没有？我总感觉，从国内比赛来讲，我们这种劲头不够。这种劲头是当前篮球比赛所需要的，必须要有的。你没有这种劲头，有很多问题就解决不了。大家议论最多的，也就是说我们中国球队在国际比赛中，特别拼搏的力量表现在篮板球上，我们女队有郑海霞，篮板球还多抢几个，其他的队每场篮板球都输对方。我们在篮板球上表现好的时候，就打得好一点，甚至能赢。比如在上届世界篮球锦标赛上，我们打的好一点，取得了第九名。抢篮板球是关键，它关系到前场二次进攻和后场发动快攻。这是篮球运动的一个关键环节。亚洲队个子小象泰国、马来西亚每场篮板球都要输，这一输影响了什么？这次来的美国队、苏联队、捷克队和波兰队的身材比较高。而中国队的身高也不比外国队低多少，主要是在争抢、拼搏能力上我们和外国队有差距。在教学训练工作中应注意这个问题。现在争夺篮板球不是一、两个人的问题，篮下一跳就是六个人，一边三人同时起来。首先要解决一个拼字；二是解决身体素质；三是

解决技术问题。这个问题不单纯是篮板球问题，主要是在训练中培养什么作风的问题。作风问题我们已经提了多年，每一次训练工作会议都提，但在训练中，我们怎么解决？同时，我们要加强运动员的思想工作。思想工作必须要讲。但是教练在训练中，要采取训练手段培养这种作风。过去我们在训练中，对于作风培养还是不够的。国家体委在每次训练工作会议上都要讲“从难从严”。可是怎么“从难从严”？“从难从严”培养什么？关键问题还是作风问题。这个问题不单单在国内有反映，国际上对我们在这个问题上反映也比较大。中国运动员在场上的拚劲不够。例如女排就树立了一个榜样，她们能在关键的时候手不软，这点对于我们篮球界来讲是关键问题。

3、防守问题。

这是反映最多的，也是长期以来存在的问题。国内每一个级别的队伍，如国家队也好，省市队也好，青年队和少年队也好，普遍在这个问题上重视不够。很简单，表现就是防不住（看不住人）。实际上防守就等于进攻。我们就在防守上漏人或者犯规，主要问题是手和脚解决不好，控制不住对方，封锁对方技术不好，所以很容易坏事。我们青年队输给台北，主要原因是防守不好。自己不能解决防守技术问题，自己不能控制自己，整场就陷于被动。一个是技术问题，技术跟不上。另外，当前根据规则的改变扩大场地的范围，又强加了3分球，这种情况下我们应该采用什么样的防守呢？从防守技术、战术的关系角度讲，必须发挥防守技术，因为比赛中有攻有防，大家可以探讨这个问题。但是，有很多客观因素解决不了。一个是高中锋的脚步动作不灵活，很难打紧逼防守战术。同志们在这一次观摩国际比赛时要注意这些问题。要注意他们防守技术的运用。欧洲、美洲就不一样，一般说，美国队在这方面是比较强

的。正是因为强，所以解决了很多进攻的问题。美国队有一个1·60米的后卫，为什么用他呢？主要是想利用他抢断球，然后快速反击。用他插入篮下攻击苏联队大个队员。苏联高个防不住他，美国最大的特点是能抢断球，这是防守技术问题。

4、全队的合作与核心队员问题。

从规则改变以后，我们抓了3分球，也采取了4分球的措施，这是很有成效的。但光抓这个还不够，还必须通过3分球进一步探讨研究攻守战术。在辽宁工作的美国教练提出，中国队后卫为什么不投篮？后卫进攻到前场找时机，同时别忘了自己进攻。后卫攻击能力强的话，篮下也就活了。你只在罚球一站，就不起什么作用了。

关于全队打球和培养核心队员的问题，从这层情况讲，要很好地注意解决这个问题。现在我国参加篮球运动的人很多，但有特殊技术的运动员不多，这点和其他水平高的国家来比差得多。他们水平高的人多，因此教练选队员都是根据队里的需要。教练觉得这个人适合他的指导思想就选用。所以我们的教练培养人，需要达到自己的看法，这个问题很重要。过去我们吃亏往往就在这个地方，过去很多的比赛我们可以胜，但是就因为只有六个人打球才输了。在组队问题上，国家队有这个问题，基层队也有这个问题。做为基层队的工作来讲，你们应当树立一个为国家输送优秀运动员的设想，你们在基层要放眼国家，再大放眼到世界，要为国家多培养出优秀运动员来，为发展我国篮球运动多做贡献。现在国家队工作有成绩，但很多工作还是陷于被动，关键问题是选不出人来。于是就采取今天看上这个，明天又看上那个，长期这样不是一个治本的办法。

我希望同志们联系我国整个篮球运动发展情况，联系我们自身的工作，很好地探讨研究一下。如果这些问题确实是一个实际问题，

大家还要进一步探讨一下，对我们今后的工作出谋献计。你们可以写文章，各抒己见，提出自己的看法。总之，希望我们目标一致，全力把我国篮球运动技术水平提高得更快。

关于国际篮联、第十届世界锦标赛的情况介绍

张 长 禄

1987年北京体师全国篮球讲习班邀请了不少专家、教授讲课，我想借此机会给大家介绍一些情况，传递一些信息。希望通过这次学习以及观看国际男篮邀请赛，同志们能够认真讨论一下，为今后篮球训练工作提出一些有份量的建议。下面我先介绍一下国际篮联和亚洲篮联的活动情况，然后再谈一谈第十届世界男篮锦标赛的情况。

一、国际篮联和亚洲篮联的活动情况

1、1987年7月1日~30日召开了国际篮联代表大会。会上对组织机构进行了调整，改选了新的中央局、主席和秘书长。五大洲的篮协主席也是国际篮联的副主席。中央局有35名委员。有

一个由9人组成的执行委员会，我是执行委员。我国在国际篮联有五个席位，分别在中央局、执委会，技术委员会和女子委员会。中央局亚洲共有四人，我是其中一个，其余是各大洲的。说明我们国家在国际篮联的重要地位和影响。9个执委包括主席一人，秘书长一人，技术委员会主席一人，国际体育组织委员会主席一人，仲裁委员会主席一人，美国一人，巴西一人，塞内加尔一人，中国一人。亚洲篮联牟作云同志是第一副主席。

2、关于职业运动员参加比赛问题。国际奥委会要求各单项委员会拿出职业运动员参加奥运会的意见。篮联有两种意见：美苏坚决反对；西欧（包括东欧的南斯拉夫）支持；我国持反对意见。美国认为如果允许职业运动员参加，美国业余篮球联合会就会解体，而且美国球员会在各个国家打球。苏联认为苏国家队可与美大学队争雄，但无法与职业队抗衡，因此持反对意见。西欧一些国家认为平时本国运动员可以到美国打球，比赛时回国参赛，因此持支持意见。中国的意见是如果允许，国际篮联将改姓啦，业余两字怎么解释？亚洲会出现外国球员，产生强队（如菲律宾），因此持反对意见。最后以三票赞成讨论、其余均反对，最后决定九〇年后再次讨论这个问题。

3、关于在我国举行世界篮球锦标赛问题。目前在我国不可能举行。因为篮联规定参赛队的一切开支由主办国负担（包括提供全部国际机票）。经费的15%归国际篮联，25%归大会组委会，60%归各国篮协。如阿根廷，为举办九〇年的世界篮球锦标赛共筹集了330万美元。马来西亚为举办九〇年亚洲女篮锦标赛，筹集了90万美元。因此由于经费问题，在相当长时间内，我国（包括第三世界国家）不可能举办世界锦标赛。

技术委员会主席讲：目前某些教练在赛场上又吼又叫，不尊重裁判

已成为世界性问题。主要是因为教练员（包括一些著名的教练员）不懂规则，这个问题应引起注意。国际篮联准备采取措施，例如将在教练席划区域进行限制等。

4、关于奥运会女篮预选赛问题。

参加决赛的共八个队。已定的两个队（去年世界锦标赛冠军美国队和东道主南朝鲜队），其余六个队要通过预选赛产生。大约有11个队势力相当，她们是苏联、南斯拉夫、捷克、匈牙利、保加利亚、波兰、巴西、加拿大、澳大利亚、古巴和中国队。分四个组取前两名，因此争夺会非常激烈。估计中国队小组出线问题不大。

5、国际篮联规定参加预选赛的队必须是准备参加决赛的。

6、规则改变问题。对故意犯规加重处罚，另外是对5秒的处罚，主张防守出界，目的想提高比赛的激烈程度。

7、关于运动员吸毒问题。美国提出有相当一部分运动员吸毒，一旦抓住就开除出队。还提到有的队员开始吸毒，后来不吸了，能否参赛的问题，大多数国家不同意。国际篮联对吸毒是严格的，但没有明确的规定。

8、1991年12月21日是篮球运动诞生100周年。国际篮联决定搞庆祝活动。(1)要搞一次各国的篮球邮票展览；(2)出一个纪念册 要求各国提供材料；(3)1991年12月21日集中在美国春田大学搞一次庆祝活动。我国也决定搞活动，出邮票，搞庆祝，出纪念册。由于台湾问题，我们应该搞的更好一些。

9、台湾问题。大陆和台湾运动员接触较多，交流是友好的。血比水浓，都是炎黄子孙，因此很亲切。但是有些个别人钻空子，在台湾问题上作文章。关于四改规定，我们是坚持原则寸土不让的。

10、我国在国际篮联的席位问题。原来准备把我国在国际篮

联合国体育组织的席位去掉，进而让台湾代表进来，由于我国力争，友好人士的帮助，终于没有搞成。今年亚洲篮联将要进行改组，可能还有一番斗争。

二、关于第十届世界男篮锦标赛的一些情况。

中国队在第十届世锦赛中进入十二强，获第九名。从名次看没有什么，但是要看到中国篮球的突破。一个是思想突破；一个是技术突破。从去年美国队、加拿大队来访中也可以看到这一点。这个名次也是亚洲队的最好名次，影响很大。这次世锦赛有以下几个特点：

1、真正反映了世界篮球运动的水平。参赛队共24个，有8个美洲队，9个欧洲队，非洲2个队，亚洲3个队。第八届世界锦标赛我国获第十一名（共十四个队）；第九届获第十二名（共十三个队）；这次获第九名，与以前相比有很大进步，但水平不稳定，应有自知之明，篮球界应该共同出主意，想办法，提建议，把篮球搞上去。2、没有全胜队。如美国队输给本届比赛的第十二名阿根廷队，半决赛输给波多黎各队。

3、差距缩小。例如南朝鲜队，前半时与任何队都打的难解难分，到后半时体力就不行啦。他们有两个致命弱点：一是内线不行；二是体力不行。

4、这届比赛中出现了1.60米的小个子队员，这是历届比赛中第一次，而且还是出在篮球王国美国。他有特定的条件，就是集体力量强，内线队员可以帮其攻，助其守。南斯拉夫4号队员平均每场得26分以上，但在他的防守面前毫无办法，全场仅得12分。这应该对我们有所启发，寸有所长，尺有所短，问题是要看到他的长处，发挥他的长处。

5、决赛12个队，美洲队占5席、欧洲队6席、亚、非、大占5席。原来排在前十二名的种子队，如巴拿马、乌拉圭，被挤出了前十二名。

6、这次参赛的中国队平均高度是历次参赛中最低的，仅1.93米，上场队员是三小二大，目的是想发挥中国队快、灵、准、变的特点，迫使对手改变阵容，争取主动。

7、明星队员增员。每队都有一、二名明星队员。他们气质好，作风好，很有修养，水平发挥比较稳定、信心足。大家相信他，往往在关键场次、关键时刻起作用，解决问题。明星队员的出现，往往能带动全队提高技术水平。

为什么中国队能取得第九名的成绩，主要有两个原因：

(1)思想上有了突破。位置摆正，放下包袱，树立信心，策略对头，加强心理训练，尽自己最大的努力去拚、去争。

(2)有自己的特点。快、准、灵的特点发挥出来了，防守也不错。快攻每场得20多分，再就是内、外线结合也比较好，例如对古巴队共投中7个三分球，占全队得分的22.5%，内线得40分；对希腊投中11个三分球，内线得37分。总之，进攻配合组织的也比较好，得分能力有很大提高。

外国行家认为：中国的特点还没有充分发挥出来。例如三分球还可以多投，还可以创造更多的投篮机会。但是，传球失误太多，另外应加强攻击性防守。

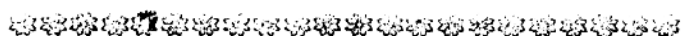
三、对今后工作的建议：

1、一定要培养运动员的气质，加强作风训练。运动员气质是很重要的。女排就具有良好的气质、过硬的作风，因此能打硬仗。技术到了一定水平，就要解决气质问题。要培养运动员既能打顺风

球，又能打逆风球。因此，气质、作风、技术是一个优秀运动员的标志。

2、要讲科学化训练。一是运动量问题，一是技术规范问题。技术规范不是凭空提出来的，而是从实践中提炼出来的，只有教学、训练不脱节，才能解决这个问题。从实践中提炼出来的技术才能符合实战的要求。因此，教学中解决掌握技术规范问题，训练中解决技术提高问题，同时解决技术运用问题。

希望通过观摩这次男篮邀请赛，对大家能有所启发，要研究些问题，为我国篮球运动的发展提出建设性意见。



当前世界男子篮球运动发展动态



钱 澄 海

根据中国男子篮球队参加1984年奥运会、1986年世界锦标赛以及重大国际邀请赛的情况。今天所谈只是我个人的意见，仅供参考。

一、当前世界男篮名次排列状况

1984年洛杉矶奥运会前12名的队是美国、西班牙、南斯拉夫、加拿大、意大利、马拉圭、澳大利亚、西德、巴西、中国、

法国、埃及。

1986年世界锦标赛名列前12名的队是美国、苏联、南斯拉夫、巴西、西班牙、以色列、中国、希腊、古巴、阿根廷。可以看出奥运会前12名中的5个队在世锦赛上被替换了。尽管1984年东欧等国抵制奥运会，仅苏联队受到影响，其它东欧队实力相当。

以下按各洲排列名次：

1、(1)北美：美国、加拿大

(2)南美：巴西、阿根廷、马拉圭

(3)中美：古巴、波多黎哥

2、欧洲：苏联、南斯拉夫、希腊、德国、以色列

3、大洋洲：澳大利亚

4、非洲：象牙海岸、埃及、安哥拉

5、亚洲：中国、南朝鲜、菲律宾、日本

总之，根据各大洲名次的分布，世界强队还是那么几个队。

二、在当前世界篮球运动发展中，对各强队的优点及它们的主要风格的看法：

1、美国队仍然是世界篮球运动的中心。

我去过美国多次，我认为美国拥有大量的天才运动员。从小学、中学、大学一直到职业队均有一整套完整的训练、比赛、科学研究、医务监督、场地设备等体系。运动员的篮球意识强，对篮球运动有客观正确的认识。身体素质极好，并且大部分是黑人，较好的职业队有70%是黑人，白人仅占有一席之地，必须要块大，并且投篮准的。1978年去旧金山访问，我问对方教练如何训练弹跳力。对方笑笑说不会跳就不要。可见在美国尤其黑人的素质是非常好的。美国运动员从小基本技术训练就规范化，在战术上强调动起来打，

进攻队员频繁地移动掩护空切换位创造机会,这样就会出现4米左右的投篮机会。美国队布阵的基本结构是2—3名高大队员都有抢篮板球能力,也有得分能力。一人重点攻篮下,一人能封盖。两个后卫,一个是控制球手(核心队员),传球、突破、助攻主要是他。另一个是主要攻击手,篮板反击意识很强。在防守上主要是采用盯人扩大,习惯于区域紧逼。高大队员灵活、爆发力好、速度快、在篮下还能妙传。在训练上他们强度大,每天只训练3小时,并且内容没有什么变化。如准备活动就是做做操,接着三人围绕上篮、三打三、四打四、投篮、五打五、罚篮。对抗性强、犯规要求不严。可是教练对队员要求很严,往往是从头骂到尾。尽管美国是篮球王国,每年有许多篮球先进的国家必须要访问美国。美国也有它的难处,如组织能代表国家水平的队是不容易的。

2、欧洲强队面面观。

南斯拉夫全国人民热爱篮球有着光荣的历史,把篮球视为国球,并且受到政府的重视。十几年来在欧洲锦标赛、世界锦标赛、奥运会大赛上都有过光辉的战绩,涌现出许多世界级的球星。有着广泛的群众基础,人才济济。身材高大者到处可见。2米以上的人有擦皮鞋、卖瓜子、看门打杂的等等。南斯拉夫队平均身高 2.07 米,上场高度是 2.09 米,形成了他们自己独特的风格。首先是高大队员都有篮,攻击意识强,阵容基本结构是内线一般有 2.20 大个能封盖、控制篮板及篮下进攻的人物。二个前锋为2米以上都能得分很准,并且是快速反击能力和篮下攻击能力强。一名核心队员控制球。队员都有突分能力。主要得分是4号,世界头号明星彼得诺维奇(1.96 米),个人攻击得分能力为世界第一。他们主要是利用个人突破、急停跳投、或一中锋提上侧后掩护、打挡拆。

或强行跳投变传篮下助攻或个人变速突向篮下、罚球得分等等。但防守不如进攻好。

与苏联队多年未交往，只是近几年来如1984年在法国邀请赛上打过，1982年在哥伦比亚世界锦标赛见过，1986年世界锦标赛、1987年5月在维尔纽斯打过。苏联队从1952年以来一直是美国队的劲敌，是欧洲及世界大赛的有力争夺者。过去总认为苏联人技术粗，身体好，但从现在起应改变这种看法了。苏联队人才辈出，基础雄厚，高大、灵活的队员呈现不少。现在平均身高2.02米。其中中锋2.20米，前锋2.08米、2.06米，后卫1.94米、1.90米（有时更高），这些队员大都具有得分能力。篮板球控制的好，还能突破。篮下又有封盖能力。在防守技术上多采用区域盯人形式。尤其反击快攻意识很强。不过与南斯拉夫相比，队员的灵活性与全面身体素质还有一点差距。

意大利队是最凶的队，队员身高马大，多年来一直在欧洲、世界锦标赛上名列前茅，是典型欧洲队代表打法。

西班牙的地位与意大利差不多，但更讲究自己独特的技术风格，在快、巧上下了更多的功夫。内线能在欧洲抗衡。外圈多起用快、灵、准的队员担任组织指挥，前锋线上有把握的投篮队员。攻防战术多变，强调意识，打合理球。

希腊队在欧洲本来就有一席之地，参加世界锦标赛提高了信心（与西班牙仅一分之差）。他们拥有世界第一号得分明星、世界第二号三分投手、加上内线三位2米以上的高大中锋。有对抗，又有篮板，篮下攻击能力也强。最近又加强了防守，他们在东道主的有利条件下第一次获得了欧洲冠军的称号。

3、美洲队伍的崛起。

~15~