

球迷必备知识手册

张培军
胡红

编著



篮球

北京体育学院出版社

球迷必备知识手册

篮 球 分 册

北京体育学院出版社

一九八七年 北京

球迷必备知识手册
篮 球 分 册
张培均 胡红 编著

北京体育学院出版社出版
(北京西郊圆明园东路)
三河振兴印刷厂印刷
新华书店北京发行所发行

开本 787×1092毫米 1/32 印张6.5
1988年6月 第1版 1988年6月 第1次印刷
字数: 14万 印数: 2万

书号: ISBN7-81003-032-9/G24

定价: 1.50元

(凡购买北京体育学院出版社出版的图书
因装订质量不合格,本社发行部负责调换)

编者的话

球不论大小，都有人迷。无论是足球、台球、乒乓球，还是篮球、排球、羽毛球，都会有人废寝忘食地迷上它，为它喜悦，为它担忧，为它欢呼，为它流泪，迷，是真诚地热爱，是由衷地奉献。

但还不仅限于此，迷，还是苦心地钻研，认真地思索。真正的球迷不是只会狂呼乱叫，而是既有丰富的知识，又有充沛的热情，还懂得什么才算是水平有教养的名符其实的球迷，

球迷必备的知识说来还真不少。为了便于读者了解，掌握这些知识，我们献上这套《球迷丛书》。根据《球迷丛书》的总体构思，骆胜成、文溪两位同志主持拟定了对各分册章节的具体内容要求，并组织了一批学有专长的同志，从各种资料中搜集、整理、汇编、改写翻译或创作了共几十万字，经过选择增删，统编为足球、台球、排

球、篮球、乒乓球和羽毛球等六个分册。参加足球分册编撰的还有杨一民、金晓平、韩凤山、肖燕立、刘卫星等同志。参加台球分册编译的还有徐爱娣、贾树仪等同志。参加排球分册编撰的还有钟秉枢、孙平等同志，参加篮球分册编撰的还有张培军，胡红等同志。每册中大致都介绍了球类小史、世界大赛、世界著名球星榜、亚洲和中国球类大事记以及比赛术语、规则等知识，其中当然还穿插了不少球迷所喜闻乐见、津津乐道的种种有关球迷和球星的趣闻轶事。我们想，如果你真是一位球迷，那一定要手执一册，因为它会成为你的密友，你的顾问、你的老师、你的资料库、你的备忘录、你的智囊团……成为你向周围人们传播球类知识的源泉！

然而，与球类知识的大海相比，《球迷丛书》还不过是一滴水。我们希望能在球迷朋友的支持和帮助下，不断地补充修订这套丛书，使它日益充实，日益完善。如果球迷朋友们不仅迷上球，而且能迷上这套书，迷上这些知识，那么，我们将为球迷的新面貌而自豪。

让我们与《球迷丛书》一同成长！

骆胜威 文溪

1987年11月2日

明星名言

去接受生活的各种挑战
吧,什么讽刺,泼冷水,我通通
把它们看作动力……,在困难
和障碍面前,只准前进,不准后
退。

埃尔文·海斯

(美职业篮球明星)

音乐使我振奋。

埃尔文·约翰逊

(美职业篮球明星)

我要向全世界表明,女篮

选手能和男子一样跳跃飞奔，
这里不存在生理禁区。

切丽尔·米勒(美女篮明星)
我不愿意看到教练把冷峻的目
光射向我，也不愿意他因为我的
过错而发愁。

谢苗诺娃(苏女篮著名中锋)
比赛哨声一响，什么紧张、
疼痛、统统烟消云散了，只有一个
信念，非拿冠军不可。

要获胜，就要拼搏。

要在拼搏中见精神。

宋晓波（中国女篮队长）

目 录

篮球小史

篮球运动的起源.....	(1)
篮球的命名.....	(1)
最早的篮筐.....	(2)
最早的篮球游戏.....	(2)
最早的正式比赛.....	(2)
最早的比赛规则.....	(3)
比赛方式的演变.....	(3)
列入奥运会比赛项目.....	(4)
最早的篮球基本技术.....	(4)
最早的篮球战术.....	(5)
篮球运动传入我国.....	(5)
新中国的篮球运动.....	(7)

世界篮球大赛纵横谈

世界篮球锦标赛.....	(11)
奥林匹克运动会篮球赛.....	(13)
亚洲男女篮球锦标赛.....	(14)
亚运会篮球比赛.....	(16)
世界青年男女篮球锦标赛.....	(16)
欧洲男女篮球锦标赛.....	(16)

非洲男女篮球锦标赛.....	(17)
大洋洲男女篮球锦标赛.....	(18)
南美洲男女篮球锦标赛.....	(18)
中美洲男女篮球锦标赛.....	(18)
世界大学生运动会男女篮球赛.....	(19)
世界男子俱乐部篮球锦标赛.....	(19)
亚洲篮联男子俱乐部冠军队锦标赛···	(19)
亚洲城市男女锦标赛.....	(19)
我国举办的国际篮球友好邀请赛····	(20)
我国全运会男女锦标赛.....	(20)

亚洲篮球大观

亚洲篮球运动的发展.....	(22)
亚洲篮球运动的现状.....	(26)

当今国外明星录

“篮坛一代球王”

——威尔·张伯伦	(33)
----------------	--------

“篮球博士”

——朱利叶斯·欧文	(35)
-----------------	--------

世界著名中锋

——乔西奇.....	(38)
------------	--------

“女篮王后”

——谢苗诺娃.....	(40)
-------------	--------

“篮球祖父”

——卡林·贾巴尔.....	(41)
---------------	--------

著名的篮球后卫

——科兰帕尔.....	(44)
-------------	--------

微笑的刺客	
——伊塞瓦·托马斯	(46)
超级篮球名星	
——博得	(47)
闪光的“黑珍珠”	
——谢里尔·米勒	(49)
新“金刚石”	
——萨博尼斯	(51)

中国篮坛名将录

最佳前锋——杨伯镛	(55)
最佳后卫——钱澄海	(57)
著名后卫——吴忻水	(59)
神投手——郭永林	(60)
著名中锋——穆铁柱	(64)
世界最佳阵容之一——宋晓波	(67)
世界著名中锋——郑海霞	(70)
盖帽能手——王立彬	(73)
最佳前锋——邱晨	(76)
最佳后卫——丛学娣	(78)
孙凤武	(80)

篮坛轶闻	(84)
------	--------

篮坛大事记	(137)
-------	---------

世界篮坛发展趋势	(144)
----------	---------

立体如平面	(144)
-------	---------

在高速中进行全面对抗	(145)
------------	---------

在激烈对抗中合理运用技术与战术	(147)
-----------------	---------

明星的作用越来越明显	(149)
女子篮球运动	
沿着男子化的方向发展	(149)
新规则带来新变化	(150)
世界篮坛几大流派及特点	
美洲类型	(152)
欧洲类型	(153)
亚洲类型	(155)
非洲篮球运动正在崛起	(158)
篮球小常识	(159)
篮球名词术语解释	(159)
基本战术	(163)
规则问答	(180)
球迷须知	
欣赏比赛时的自我调控	(188)
打球前的注意事项	(189)
打球中的注意事项	(189)
打球后的注意事项	(190)
篮球漏气的处理方法	(190)
怎样保护篮球	(190)
篮球运动员为啥没有 1、2、3 号	(190)
打篮球有哪些好处	(190)
优秀篮球运动员应具备那些条件 ?	(190)
篮球并非巨人的运动	(190)
如何欣赏篮球比赛 :	(190)
篮足场上的风度	(192)

篮球小史

篮球运动的起源

篮球 (basketball) 是用球向悬在高处的目标进行投准比赛的球类运动。墨西哥阿兹特克人在十六世纪玩一种实心橡皮球，叫“奥拉马利兹利”，这就是篮球的前身。那时，如能把球投入挂在运动场一边高处的石圈中，球员就有权获取全场观众的衣服，据说输队的队长要被砍头。

现代篮球运动是加拿大人詹姆斯·奈史密斯 (1861—1939) 于1891年12月25日 (圣诞节前夕) 在美国马萨诸塞州斯普林菲尔德国际基督教青年会的训练学校发明的。

“篮球”的命名

1891年12月21日进行第一次篮球游戏后不久，正值圣诞节学生放假。放假返校后其中一位做过游戏的学生问奈史密斯：“老师，放假前做的游戏叫什么名称？”“啊，我还没有考虑好呢？”“这个名称该与老师有关，取名奈史密斯球，怎么样？”“那可不成，如果用我的名字命

名，那些深受人们喜爱的其他运动该怎么办？”

“那么取名‘篮球’如何？”“好！目标用的是桃篮，使用的是球……这个名字很相称。”“篮球”就这样被命名了。

最早的篮筐

最早的篮筐是采用装桃子的筐作为球篮，桃篮上沿距离地面3.05米，用足球作比赛工具，向篮投掷。投球入篮得一分，按得分多少决定胜负。由于桃枝篮筐易损坏，于1893年才被带线网的铁篮圈所取代。当时的篮筐不是漏底的，1913年才将网切开，出现了现在的空心铁筐，一直沿用至今。

最早的篮球游戏

1891年12月21日在马萨诸塞州斯普林菲尔德基督教青年会训练学校的体育馆里进行了第一次篮球游戏。场地为14×18米，游戏使用的实际场地为11×15米。游戏结果2：0，只有契艾思从场地中间投中一球，是这次游戏唯一成功的投篮。

最早的正式比赛

1891年3月11日，训练学校举行校间对抗

赛，这场比赛在教师队（奈史密斯和缪里克等7人）和学生队（培训班7名学生）之间进行，可以说是篮球史上最早的正式公开比赛。

最早的篮球比赛规则

自篮球活动问世以来，由于比较有趣，并且有较好的锻炼价值，迅速得到推广。1892年，奈史密斯制定了十三条比赛规则，主要规定不准持球跑，不准有粗野动作，不准用拳击球，否则即判犯规；连续三次犯规负1分；比赛时间规定为上、下半时，各15分钟；对场地大小也作了规定。上场比赛人数逐步减为每队10人、9人、7人，1893年定为每队上场5人。在1904年第三届奥林匹克运动会上第一次进行了篮球表演赛。1908年美国制定了全国统一的篮球规则，并用多种文字出版，发行全世界。这样篮球运动逐渐传遍美洲、欧洲和亚洲，深受各国人民的喜爱，也是各国人民进行交往的重要工具之一。

比赛方式的演变

最早的篮球比赛，人数多寡没有统一的规定，只要彼此人数相等，便可“开赛”。比赛时间也没有统一的规定，当比赛开始或投中篮后，两队队员都分别站在球篮端线的后面，由主持比

赛者在空地一边的边线的界线中心点，把球向空地中心区抛起后，双方队员便集体奔向球的落点争抢获球，然后队员围绕着把球投到对方的桃筐中去而展开攻守对抗、比赛。每次投球入篮后，再让这套程序重新开始。比赛结束时以进球多者为胜，如平局，通过双方队长同意，比赛可延至谁先命中一个球为止。

篮球何时列为奥运会比赛项目

男子篮球于1936年第十一届奥运会被列为正式比赛项目。女子篮球列为奥运会项目是1976年第二十一届奥运会。从1936至1948年的十多年间，规则曾多次修改，从此篮球技术大大发展。特别是50年代后期，规则的改变对篮球比赛的攻守速度，对运动员的身体、技术、战术以及意志、作风等各方面都不断提出新的更高的要求，促进了篮球技术水平的迅速提高。自从把篮球列为奥运会比赛项目以来，男子篮球共进行了11次比赛，美国队获得了9次冠军。女子篮球自1976年列为奥运会比赛项目以来，共进行了3次比赛，苏联队获2次冠军，美国队获1次。

最早的篮球基本技术

最早的篮球基本技术主要有象棒球式那样的

单手大抡臂的传球；双手低手投篮或双手胸前投篮，运球可用单手或双手向任何方向拍球，但不允许用拳头击球，否则算犯规。那时已有抢断球技术。

最早的篮球战术

最早的篮球战术主要是采用快攻，特别是跳球快攻比较突出，其次是运球快攻。快攻主要有两种：一是人在球前的进攻（相似现在的一传一切），二是固定位置的打法。防守战术是人盯人，类似“满场飞”，无论在什么情况下始终都盯住自己的对手。

篮球运动传入我国

篮球运动何时传入我国，据董尔智“对篮球运动传入我国的一点考证”一文所证实：“我国第一次正式比赛篮球是在1896年3月26日下午四时于天津青年会。将篮球运动首先介绍到中国来的是来会理博士（又译李昂）。他1895年9月到中国，在天津创办了中国第一个城市青年会并担任总干事，正象来会理在《中国青年会早期史实之回忆》一文中所说：“天津青年会之最新运动，是在每周一次的查经班，辩论会……，此外，会员对篮球亦极感兴趣……”。可见我国正

式有篮球活动是在来理会到天津后的几个月，即1896年。

自从篮球运动1896年传入我国，随后在北京、上海等基督教青年会也有了此项活动。1910年举行了全国运动会，男子篮球被列为表演项目。1913年成立华北体育联合会时才规定篮球运动为正式比赛项目。女子篮球直到1930年，在杭州举行的第四届全运会上才被列为正式竞赛项目。在旧中国（1910—1949）一共举行过七届全运会，中国男篮仅参加两次奥运会篮球赛，女子篮球从来未参加过国际性比赛。

1927年以后，在中国共产党领导的革命根据地，也开展了篮球运动。在江西中央苏区经常组织篮球比赛。当时实力较强的篮球队是少共中央篮球队。抗日战争时期，在延安等地的篮球运动也较为活跃，以贺龙为师长的八路军一二〇师的“战斗篮球队”和陕甘宁边区的“东干篮球队”最负盛名。篮球队的活动不仅鼓舞了广大军民的战斗情绪，丰富了文化生活，增强了体质的锻炼，而且为新中国篮球运动的开展奠定了坚实的基础。

旧中国的篮球运动渡过了漫长的50年极不光彩的历史，全国性体育组织没有经费，全国性运动会没有良好的场地条件，甚至代表国家出去比赛，因为没有得到反动政府的一文钱，路费也只好依靠国外侨胞的捐助和球赛的门票收入来解决。因此旧中国的篮球水平十分落后，但毕竟