



实用篮球战术丛书

SHIYONG LANQIU ZHANSHU CONGSHU

进攻全场紧逼防守

张 勇 著



人民体育出版社

实用篮球战术丛书

进攻全场紧逼防守

张 勇 著

人 民 体 育 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

进攻全场紧逼防守/张勇著.

-北京:人民体育出版社,2010

(实用篮球战术丛书)

ISBN 978-7-5009-3784-5

I.①进… II.①张… III.①篮球运动-紧逼防守

IV.①G841.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 124135 号

*

人民体育出版社出版发行

三河兴达印务有限公司印刷

新华书店经销

*

880×1230 32 开本 4.75 印张 119 千字

2010 年 10 月第 1 版 2010 年 10 月第 1 次印刷

印数:1—5,000 册

*

ISBN 978-7-5009-3784-5

定价:12.00 元

社址:北京市崇文区体育馆路 8 号(天坛公园东门)

电话:67151482(发行部)

邮编:100061

传真:67151483

邮购:67118491

(购买本社图书,如遇有缺损页可与发行部联系)

出版说明

近年来，各种篮球赛事在我国蓬勃开展，CBA、CUBA 以及中国大学生超级联赛如火如荼，篮球运动日益受到广大青少年的喜爱。

我们策划了这套《实用篮球战术丛书》，共 6 册，基本上涵盖了所有篮球常用的进攻与防守战术。应广大读者的需求，即将陆续出版，以飨读者。

前 言

进攻与防守是篮球运动的一对主要矛盾，进攻全场紧逼防守是随着全场紧逼防守的出现而出现的，并伴随着全场紧逼防守的发展而不断地完善。

现代篮球比赛的竞争日趋激烈，比赛中对球的争夺从平面发展到立体，从个人防守发展到集体防守，对球进行攻击性、压迫式防守，如何在紧逼防守的情况下，全队协同配合，合理地处理球是每个队员需要面对的事情。对球的紧逼，不仅仅发生在掷后场端线球，而是随着掷界外球的地点变化而不断变化阵形和防守范围，尤其是在近几年的比赛中，随着比赛双方球队实力的接近，在重大国际赛事或者职业联赛中，很多比赛尤其是关键场次的比赛往往要到最后一刻才决出胜负，在特殊时刻面对紧逼防守的战术打法也是每个球队迫切需要解决的重大难题。

因此，本书根据现代篮球比赛中出现的紧逼防守的主要形式，对进攻区域紧逼、进攻人盯人紧逼和进攻特殊情况的紧逼进行了论述，详细阐述了进攻战术的阵形、方法和变化。并对进攻紧逼防守后，全队根据落位顺势进行的衔接阶段进攻战术进行了介绍，使进攻更有层次性，保证进攻的连续性和对防守的压力。

由于作者知识和能力所限，书中会存在一些不足之处，恳请广大读者批评指正。

图 例

④ 进攻队员，4号进攻队员

④[●] 4号持球进攻队员

△₄ 防守队员，4号防守队员

————→ 队员移动路线

-----→ 传球路线

~~~~~→ 运球路线

——| 掩护

——||→ 投篮

# 目 录

## 第一部分：进攻全场紧逼防守的基础理论

|                             |      |
|-----------------------------|------|
| 一、进攻全场紧逼防守概论和分类 .....       | (3)  |
| (一) 进攻全场紧逼防守的概论 .....       | (3)  |
| (二) 进攻全场紧逼防守的定义与分类 .....    | (4)  |
| (三) 进攻全场紧逼防守的原则 .....       | (5)  |
| (四) 进攻全场紧逼防守的要求 .....       | (8)  |
| (五) 进攻紧逼防守战术运动员应具备的素质 ..... | (10) |

## 第二部分：进攻全场紧逼防守的战术配合

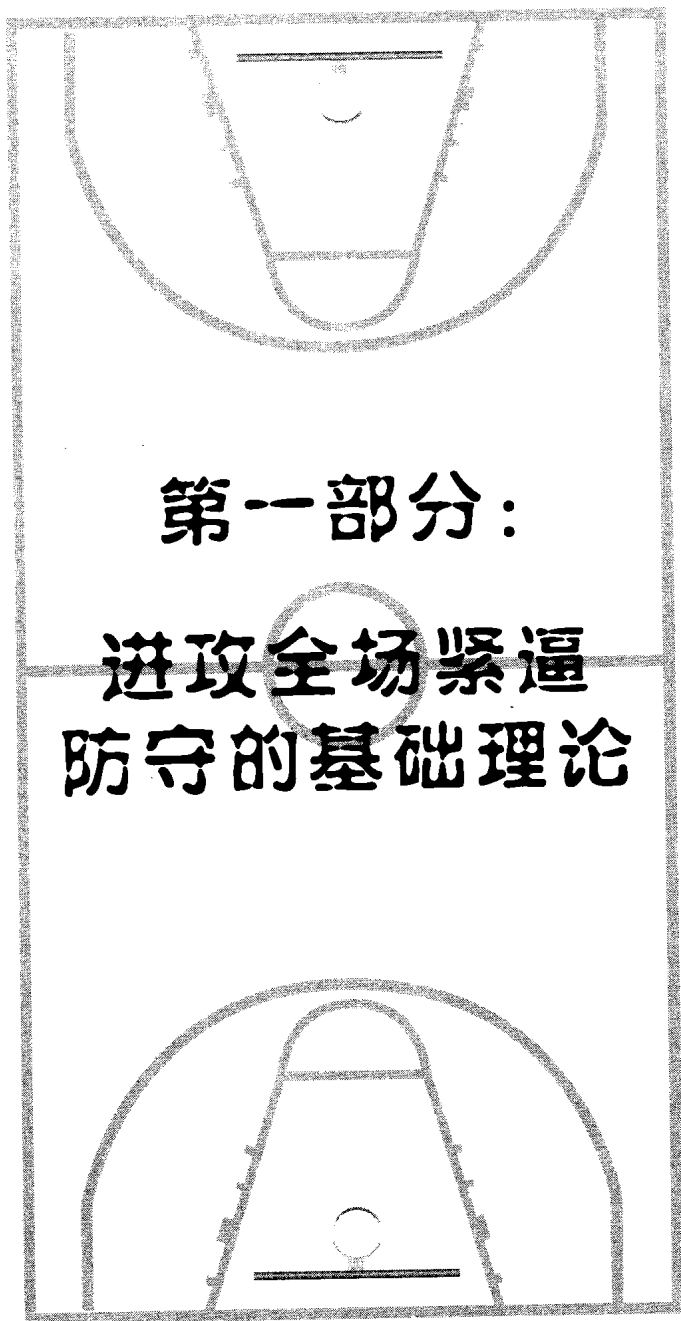
|                             |      |
|-----------------------------|------|
| 第一章 进攻区域紧逼防守的战术配合 .....     | (15) |
| 第一节 进攻全场区域紧逼防守的战术配合 .....   | (15) |
| 一、进攻全场区域紧逼防守的目的 .....       | (15) |
| 二、进攻全场区域紧逼的要求 .....         | (15) |
| 三、进攻全场区域紧逼防守的配合方法 .....     | (17) |
| 第二节 进攻 3/4 场区域紧逼防守 .....    | (44) |
| 一、进攻 3/4 场区域紧逼防守的目的 .....   | (44) |
| 二、进攻 3/4 场区域紧逼的要求 .....     | (45) |
| 三、进攻 3/4 场区域紧逼防守的配合方法 ..... | (46) |



|                                             |       |
|---------------------------------------------|-------|
| 第三节 进攻半场区域紧逼防守 .....                        | (71)  |
| 一、进攻半场区域紧逼防守的目的 .....                       | (71)  |
| 二、进攻半场区域紧逼防守的要求 .....                       | (71)  |
| 三、进攻半场区域紧逼防守的配合方法 .....                     | (72)  |
| 第二章 进攻人盯人紧逼防守的阵形与方法 .....                   | (84)  |
| 第一节 进攻半场人盯人紧逼防守 .....                       | (84)  |
| 战术方法 1: 1-2-2 落位的战术方法 .....                 | (84)  |
| 战术方法 2: 中锋的高位掩护和挡拆配合 .....                  | (87)  |
| 战术方法 3: 双中锋配合 .....                         | (89)  |
| 战术方法 4: 利用双掩护进攻半场人盯人的<br>战术配合方法 .....       | (91)  |
| 战术方法 5: 利用交叉掩护创造机会进攻人盯人防守 ...               | (93)  |
| 战术方法 6: 利用策应和移动掩护进攻<br>人盯人紧逼防守 .....        | (96)  |
| 第二节 进攻 3/4 场人盯人紧逼防守 .....                   | (99)  |
| 战术方法 1: 居中接应的战术配合 .....                     | (99)  |
| 战术方法 2: 两侧接应的战术配合 .....                     | (101) |
| 战术方法 3: 中锋接应与前锋纵切结合的战术配合 .....              | (103) |
| 战术方法 4: 利用掩护配合摆脱防守的战术配合 .....               | (105) |
| 战术方法 5: 利用外线的突破分球和内线的策应、<br>掩护配合的进攻方法 ..... | (107) |
| 第三节 进攻全场人盯人紧逼防守 .....                       | (111) |
| 战术方法 1: 利用掩护和传球配合进攻全场人盯人<br>紧逼防守的战术配合 ..... | (111) |
| 战术方法 2: 交叉掩护和运球推进进攻全场人盯人<br>紧逼防守的战术配合 ..... | (113) |



|                                                  |              |
|--------------------------------------------------|--------------|
| 战术方法 3: 两侧掩护配合中路进攻全场人盯人<br>紧逼防守的战术配合 .....       | (116)        |
| 战术方法 4: 2-1-2 进攻落位, 结合突分和快攻<br>获得进攻机会的战术配合 ..... | (117)        |
| 战术方法 5: 利用传切配合进攻全场人盯人<br>紧逼防守的战术配合 .....         | (120)        |
| <b>第三章 特殊情况的进攻紧逼防守战术 .....</b>                   | <b>(122)</b> |
| 实战案例 1 .....                                     | (123)        |
| 实战案例 2 .....                                     | (125)        |
| 实战案例 3 .....                                     | (126)        |
| 实战案例 4 .....                                     | (128)        |
| 实战案例 5 .....                                     | (130)        |
| 实战案例 6 .....                                     | (131)        |
| 实战案例 7 .....                                     | (132)        |
| 实战案例 8 .....                                     | (133)        |
| 实战案例 9 .....                                     | (134)        |
| 实战案例 10 .....                                    | (136)        |
| 实战案例 11 .....                                    | (137)        |
| 实战案例 12 .....                                    | (139)        |



## 第一部分：

# 进攻全场紧逼 防守的基础理论



## 一、进攻全场紧逼防守概论和分类

### （一）进攻全场紧逼防守的概论

进攻和防守是篮球比赛的一对主要矛盾，不能离开防守去谈进攻，也不能离开进攻去谈防守，进攻战术的选择要根据防守的情况作出合理的判断后才能进行。进攻全场紧逼防守战术就是当防守队在全场范围内运用紧逼防守时，进攻队采用的进攻战术。

在篮球运动发展的早期，防守形式以半场人盯人防守和区域联防为主，进攻战术以进攻半场人盯人战术和进攻区域联防战术为主。

到 20 世纪 50 年代，首先在美国的篮球界出现了“紧逼”的防守新概念，在半场人盯人防守战术的基础上扩大了防守控制的范围，由此而产生了全场人盯人紧逼防守战术。进攻全场紧逼人盯人防守战术是随着全场紧逼防守战术的产生而产生，并随之发展的。

全场紧逼人盯人防守战术与进攻全场紧逼防守战术的出现和在比赛中的广泛运用，扩大了防守控制的区域，大大地改变了缓慢、沉闷的比赛节奏，使攻防的节奏明显加快。打破了防守战术纯粹消极防御、被动跟随进攻的行动而做出反应的传统战术思想，这种防守战术体现出的积极主动、富于攻击性和对进攻强有力的制约性，将防守战术的发展带入了一个全新的时代，也改变了篮球运动只重视高度而忽视速度、篮球运动员越来越高大笨重的现象，使运动员的技术越来越全面，比赛也更有欣赏性。

20 世纪 60 年代后期，以迪恩·史密斯为代表的防守派教练和专家们，提出了攻守平衡的比赛理论，认为在篮球比赛中，防守和进攻有着同等重要的地位，忽视防守的地位是违背篮球运动比赛规

律的,这种观点很快就被美国篮球界所接受。美国篮球先进的防守思想对世界各篮球强国对篮球运动原有的认识形成了冲击,大家都开始重新认识防守,重攻轻守的传统观念得到了改变。观念的转变同时也带来了防守战术的变革和发展,使全场紧逼人盯人防守战术有了全面的提高,同时,进攻全场紧逼人盯人防守战术也有了新的发展。

20世纪70年代中期,美国首先在比赛中采用了全场区域紧逼防守战术,这种将联防和紧逼盯人两种防守战术的特点融于一体的新的防守战术很快就风靡全国,在美国的职业队和大学队中普遍地采用。最早的区域紧逼防守战术主要是以全场运用为主,有1—2—1—1、2—2—1、1—2—2等形式。核心的战术思想就是将人、球、区三者的防守与控制更加协调地联系在一起,以特定的战术形式和战术结构、积极主动的防守行动增加防守的破坏性和攻击性,改变防守的消极被动地位,破坏进攻方正常的进攻节奏和固定的战术配合,通过追防、夹击、轮转换位等防守配合,有力地制约和控制进攻方的各种进攻行动,从而提高防守的战术效果。区域紧逼防守战术在后来的发展中又从全场演变出了一些新的战术形式,如3/4场和半场的区域紧逼等形式。区域紧逼战术的出现,开创了篮球运动防守发展的新阶段。为了应对全场区域紧逼防守战术,进攻战术有了新的发展,进攻全场区域紧逼防守战术应运而生,并随着全场区域紧逼防守战术的发展而不断发展。

## (二) 进攻全场紧逼防守的定义与分类

### 1. 进攻全场紧逼防守的定义

进攻全场紧逼防守是篮球进攻战术的重要组成部分,是指针对全场紧逼防守所采用的一种进攻战术,是队员根据一定的战术指导思想,以篮球技术为基础,在战术意识的支配下,在全场范围内按

照一定的阵势，全队有组织、有策略地进行协同配合的战术形式。

运用进攻全场紧逼人盯人防守战术必须考虑本队队员的身体和技术条件，以及对手的实际情况，组织有针对性的进攻配合，争取主动，破坏对方的防守。进攻全场紧逼可分为后场和前场进攻两个阶段：后场进攻的关键是接应发球和推进，前场进攻方法与进攻半场人盯人和进攻区域联防基本相同。

### 2. 进攻全场紧逼防守的分类

进攻全场紧逼防守战术根据防守方法的不同可分为进攻全场人盯人紧逼防守和进攻全场区域紧逼防守两种。

进攻全场区域紧逼是根据区域紧逼的特点，抓住防守的薄弱环节，有针对性地进行进攻的方法。随着区域紧逼防守战术经过 20 多年的改进与发展，已由最初主要依靠个人运球突破推进的方法，逐步形成了快速三角形推进、回传跟进、弱侧反跑、中区策应、突分接应和横切纵插等完整有效的进攻方法，从而结束了区域紧逼使进攻队进攻方法不系统、针对性不强的被动局面。

进攻全场区域紧逼防守根据全场区域紧逼防守的阵势又分为进攻 1-2-1-1 全场区域紧逼防守、进攻 2-2-1 全场区域紧逼防守、进攻 3-1-1 全场区域紧逼防守、进攻 2-1-2 全场区域紧逼防守等。

进攻全场人盯人紧逼防守指针对全场人盯人紧逼防守所采用的一种进攻战术。进攻全场人盯人紧逼防守战术的配合方法与变化很多，全队队员必须重点解决：掌握进攻全场紧逼的基本方法与要求，形成一个完整的概念；强化一攻一和一攻二的训练，提高运用快速进攻技术的能力；增强快速反击的意识与应变能力。

### （三）进攻全场紧逼防守的原则

运用进攻全场紧逼战术的一般原则是：在认识全场紧逼防守规律和掌握进攻全场紧逼战术基本方法和特点的基础上，全队要充满

信心,冷静沉着,统一思想与行动,坚决、果断地配合进攻;战术组织力求简练、明快,进攻要快速、突然;注意掌握进攻节奏,拉开并保持队员之间的距离,在全场连续进行传切、策应、掩护配合,造成对方在补防、换防时出现漏洞,形成以多打少的优势;在正确观察判断突破方向的基础上,合理地利用运球,及时突破并打乱对方的防守部署,力争形成以多打少的局面;切记不可盲目运球,一旦开始运球,就不要轻易终止运球,尤其不能在边角停球,避免对方夹击。进攻全场紧逼人盯人战术的配合方法与变化很多,全队队员必须重点解决:掌握进攻全场紧逼的基本方法与要求,形成一个完整的概念;强化一攻一和一攻二的训练,提高运用快速进攻技术的能力;增强快速反击的意识与应变能力<sup>1</sup>。

### 1. 快速掷界外球,力争形成快攻

快攻是进攻各种类型防守战术的一个极其重要的手段,因为快攻可以在对方没有站好防守阵形或在退守中发动攻击,使防守队不能形成有效的整体防守,因此快攻也是进攻全场人盯人紧逼防守战术的有效手段。

由于全场紧逼防守大都在投中篮后进行,因此,由守转攻时,进攻队要尽快掷界外球,力争在对方尚未组织起全场紧逼防守时组织快速反击,抓住其弱点,打乱对方的防守部署。在前场形成多打少的局面,快攻得分。

### 2. 快速推进到前场,积极发动抢攻战术

进攻全场紧逼防守时,尽快将球推进到前场,将球传到前场可以:第一,压偏防守区域,缩小进攻距离;第二,减少球在后场推进的时间,为半场阵地进攻争取时间;第三,打乱防守的部署,打

1 王守恒. 篮球进攻战术概念诠释. 首都体育学院学报, 2008.20 (1): 5-9, 24.

击防守的信心和积极性；第四，趁防守没能形成整体性，积极发动抢攻战术，在快攻未果的基础上，趁势对防守的腹地发动进攻，力争在篮下得分。

### 3. 通过“拉边”“插中”，在中路形成配合

所谓“拉边”，是进攻队员的落位尽量靠近边线，而且移动后站位也要靠近边线，以便吸引防守拉开防区，给“插中”创造条件。“插中”是指拉边落位之后“人”与“球”尽可能的向中路移动，尤其是运球突破的队员，在中路形成各种形式的进攻配合。

由边线空切、插向中路或从中路运球突破等可达到：（1）扩大进攻队员的活动范围；（2）易于完成进攻战术配合；（3）易于破坏防守的夹击。因此，利用队员的“拉边”“插中”来形成进攻战术配合，是攻破区域紧逼人盯人防守战术的基本手段。

### 4. 在局部区域创造“以多打少”的优势

利用全场紧逼防守战术的分区防守和在一定区域内盯人的特点，不断地造成某一区域人数上的优势，形成“以多打少”的局面，就能有效地击破全场紧逼防守。

要造成“以多打少”必须注意以下几点：（1）占据防守之间不明确区域；（2）两个进攻队员同时移向一个防区；（3）多利用横传球与掩护配合相结合的方法形成“以多打少”，即在强侧向弱侧横传球的同时，弱侧做后掩护造成“以多打少”；（4）针对防守阵形在进攻队员落位上造成“以多打少”。如1—2—1—1战术的前排是一名防守队员，故可用两名进攻队员接发球。

### 5. 进攻时始终保持一名队员处于球的后面

保持一名队员在球的后面，其目的是：①当持球队员遇阻截





或夹击等情况，可以将球回传，以减少失误，因为在球后面的进攻队员防守一般轻松；②可以保持攻守平衡；③起到吸引防守的作用。

### 6. 保持队形，加强突破，避免在场地“边、角”停球

在向前场推进的过程中，力图保持开阔的队形和较大的攻击面，以利牵制防守和分割防守与防守队员之间的关系，避免防守之间的协同配合，形成一打一的局面，通过突破打乱对方的防守阵形，从而达到各个击破的战术目的。

合理地运用个人运球突破攻击紧逼防守，当同伴出现比自己更好的进攻机会时，要及时传球给同伴，切记不要在中线一带和边角停球以防被对手夹击，并随时保持有一名队员接应。进攻时，中场或两翼快下的队员，要随时突然摆脱或利用跑动中的突然变向，以利抢占中区策应和横向防守薄弱区域接应，衔接前后场的进攻。

### （四）进攻全场紧逼防守的要求

1. 进攻全场区域紧逼首先要保持沉着冷静的头脑，不因紧逼的声势和防守的严密而慌乱无措；掌握好进攻节奏，减少失误。

2. 进攻中要多传短快球，少传长球和高吊球，少运球，特别是向边角运球，更忌在边角停球，防止对方的堵截。传球后要迅速移动选位，以利再次接球后进行配合。

3. 为了提高进攻区域紧逼战术的质量，必须重点加强突然起动作摆脱、运球突破、传切和策应战术配合的训练，还应加强一对一和在一个区域里以多打少的配合训练。尤其要注重对队员控制球和支配球能力的训练。此外，还必须掌握完整的进攻区域紧逼的基本方法，提高队员观察判断和临场应变能力，善于抓住区域紧逼的弱点，灵活机动，有针对性地大胆地加以运用。