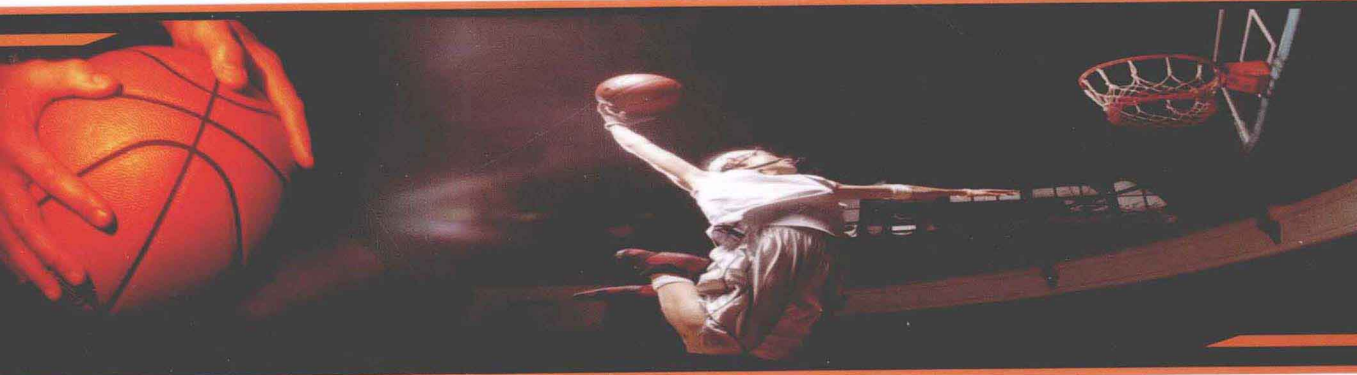


高等学校规划教材·体育科学
PROGRAMMING TEXTBOOKS FOR HIGHER EDUCATION



篮球运动教程

张超 郭雅 编

西北工业大学出版社

高等学校规划教材·体育科学

篮球运动教程

张超 郭雅 编

西北工业大学出版社

【内容简介】 本书是依据篮球运动教学规律,结合篮球运动理论、最新规则、场地规格变化,以及借鉴篮球运动相关研究成果编写而成的。全书内容包括篮球运动概述、基本技术、战术原理、进攻战术、防守战术、教学组织与练习方法等六章。

本书可作为高等学校篮球教学的教材,也可供篮球运动爱好者学习参考。

图书在版编目(CIP)数据

篮球运动教程/张超,郭雅编. —西安:西北工业大学出版社,2013.3

高等学校规划教材·体育科学

ISBN 978-7-5612-3633-8

I. ①篮… II. ①张… ②郭… III. ①篮球运动—高等学校—教材 IV. ①G841

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 050445 号

出版发行:西北工业大学出版社

通信地址:西安市友谊西路 127 号 邮编:710072

电 话:(029)88493844 88491757

网 址:www.nwpup.com

印 刷 者:陕西宝石兰印务有限责任公司

开 本:787 mm×1 092 mm 1/16

印 张:17

字 数:413 千字

版 次:2013 年 3 月第 1 版 2013 年 3 月第 1 次印刷

定 价:36.00 元

前 言

篮球运动不仅仅是一项国际性影响很大的竞技体育项目,在我国,也是一项人民群众喜闻乐见的运动项目,特别是在青少年中更为普及,因此,篮球运动在我国学校体育教育中也占有重要的地位。

本教程的编写整合了篮球运动教学、训练的最新成果,紧紧抓住篮球运动发展的最前沿,以“科学性、时代性、可操作性、严谨性”等作为本教程编写的指导思想。

科学性主要体现在,在编写过程中对教程内容的设置,教学组织方法和练习方法、手段的设计等,不仅仅是依据运动技能形成规律进行设置和设计,还结合了我国体育教学特点和现状,使教与学两个过程能够得到统一。在此基础上,为了迎合业余爱好者,依据运动技能形成规律,在不同阶段,针对不同内容选取了一定量的自我练习和提高的方法与手段,为篮球运动爱好者的“自学”提供帮助。

时代性主要体现在,由于篮球运动不断的创新和发展,竞赛规则、场地设施、运动技术、运动战术等也都得到不断的发展。尤其是场地的规格的修改和美国职业篮球联赛对联防的解禁,使联防、进攻联防战术和中锋篮下对抗、投篮技术都得到了很大的发展。为了使篮球教学紧跟时代的步伐、适应新的教学要求,为篮球专项课教师、学生和篮球业余爱好者提供最新的教学理念、练习方法,笔者大量地吸纳和借鉴了近几年国内外较为成熟的篮球教学、练习方法和科研成果。

可操作性是篮球运动技战术练习的核心要素,不仅要体现练习内容的可操作性,还要考虑练习组织的可操作性。因此,在编写过程中,尤其是在技战术和教学组织方法等章节,刻意避免了对理论知识的长篇赘述,而是通过图示等方法较为直观地描述教学组织方法和练习者的跑动路线、传球路线、运球路线等。

严谨性体现在教程的稳定性和时代性的统一。由于篮球运动是在技战术水平和理论知识两个纬度交互作用中不断发展和前进的,既要吸取先进的、前沿的理论知识 and 实践方法,同时还要考虑教材的稳定性,因此,笔者在吸纳先进理论知识的时候,不仅特别注意“前瞻性”的问题,而且尽量选择代表该内容发展方向的或一定时间内不至于发生较大变化的知识,使本教程具有相对的稳定性。

本教程共六章,第一、二、五章由郭雅编写,第三、四、六章由张超编写。

在本教程的编写过程中,参阅了大量篮球运动的科研成果和文献,在此,对各位编著者一并表示衷心的感谢!

由于受水平、经验所限,不足之处在所难免,书中不妥或疏漏之处,敬请读者批评指正。

编 者

2012年12月

目 录

| | |
|-------------------------|-----|
| 第一章 篮球运动概述 | 1 |
| 第一节 篮球运动的起源与发展 | 1 |
| 第二节 篮球运动赛事介绍 | 3 |
| 第二章 篮球技术 | 21 |
| 第一节 篮球技术概述 | 21 |
| 第二节 移动技术 | 23 |
| 第三节 接球技术 | 30 |
| 第四节 传球技术 | 33 |
| 第五节 运球技术 | 37 |
| 第六节 投篮技术 | 42 |
| 第七节 持球突破技术 | 51 |
| 第八节 防守技术 | 58 |
| 第九节 个人防守移动技术 | 66 |
| 第十节 篮板球技术 | 69 |
| 第十一节 进攻技术环节 | 74 |
| 第十二节 假动作 | 78 |
| 第十三节 技术组合 | 84 |
| 第三章 战术原理 | 87 |
| 第一节 战术释义 | 87 |
| 第二节 战术结构 | 90 |
| 第三节 战术分类 | 91 |
| 第四节 战术原则 | 94 |
| 第五节 场上位置 | 96 |
| 第六节 进攻战术演进及发展趋势 | 98 |
| 第七节 节奏变化 | 101 |
| 第四章 进攻战术 | 108 |
| 第一节 进攻战术基础配合 | 108 |
| 第二节 个人进攻战术 | 116 |
| 第三节 快攻战术 | 117 |
| 第四节 阵地进攻 | 132 |

| | | |
|-------------|-----------------------|------------|
| 第五节 | 进攻人盯人防守战术····· | 134 |
| 第六节 | 进攻区域联防战术····· | 145 |
| 第七节 | 进攻区域紧逼战术····· | 148 |
| 第八节 | 固定战术····· | 151 |
| 第九节 | 进攻基础配合组合····· | 155 |
| 第十节 | 完整进攻····· | 158 |
| 第五章 | 防守战术····· | 160 |
| 第一节 | 防守战术概述····· | 160 |
| 第二节 | 攻击性防守····· | 172 |
| 第三节 | 个人防守战术····· | 177 |
| 第四节 | 基础防守战术····· | 182 |
| 第五节 | 防守快攻····· | 189 |
| 第六节 | 半场人盯人战术····· | 192 |
| 第七节 | 全场紧逼人盯人战术····· | 198 |
| 第八节 | 区域联防战术····· | 203 |
| 第九节 | 区域紧逼战术····· | 207 |
| 第十节 | 混合与综合多变防守战术····· | 213 |
| 第六章 | 教学组织与练习方法····· | 219 |
| 第一节 | 篮球教学概论····· | 219 |
| 第二节 | 常用一般教学法····· | 231 |
| 第三节 | 专项教学方法····· | 240 |
| 第四节 | 基本技术练习与组织····· | 247 |
| 第五节 | 基本配合练习与组织····· | 258 |
| 参考文献 | ····· | 263 |

第一章 篮球运动概述

第一节 篮球运动的起源与发展

一、篮球运动的起源

1891年12月,J.奈史密斯博士(美国马萨诸塞州斯普林菲尔德(旧译春田)市基督教青年会训练学校体育教师)发明了篮球,当时人们称这种游戏为“奈史密斯球”或“筐球”。后来,J.奈史密斯博士被誉为“现代篮球之父”。

J.奈史密斯博士于1939年去世,终年78岁。他未曾料到,由他创建的篮球项目竟然在200多个国家流传着,而且至今美国篮球还誉满全球。为了纪念J.奈史密斯博士发明篮球的功绩,在斯普林菲尔德学院校园内修建了美国篮球名人馆——詹姆斯·奈史密斯纪念馆。

最初,J.奈史密斯博士将两只桃篮分别钉在健身房内看台的栏杆上,桃篮上沿距离地面3.04米,把足球当作比赛工具,向桃篮投掷,每次投球进篮后,要爬梯子将球取出再重新开始比赛,这给比赛带来了极大的不便,而挡板则用铁丝网代替,投球入篮得1分,按得分多少决定胜负。最初的篮球比赛,对上场人数、场地大小、比赛时间均无严格限制,只要求双方参加比赛的人数必须相等。比赛开始,双方队员分别站在两端线外,裁判员鸣哨并将球掷向球场中间,双方跑向场内抢球,开始比赛。持球者可以抱着球跑向篮下投篮,首先达到预定分数的一方为胜。

1892年7月,J.奈史密斯博士依据足球、橄榄球、曲棍球等其他球类项目的特点,制定出最初13条篮球比赛规则,主要规定是不准持球跑,不准有粗野动作,不准用拳击球,否则即判犯规,连续3次犯规判负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。

1893年篮球运动进行了较大的变革,逐渐形成近似现代的篮板、篮圈和篮网。上场比赛人数逐步缩减为每队10人、9人、7人,直至规定为每队5人。

1904年在第3届奥林匹克运动会上第1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,并有多种文字出版,发行了全世界,这样,篮球运动逐渐传遍美洲、欧洲和亚洲,成为世界性运动项目。

1936年第11届奥运会将男子篮球列为正式比赛项目,并统一了世界篮球竞赛规则,此后,到1948年的10多年间,规则曾多次修改,与现行规则有关的重要变化是:将得分后的中圈跳球,改为失分队在后场端线外掷界外球继续比赛;进攻队必须在10秒钟内把球推进到前场;球进前场后不得再回后场;进攻队员不得在“限制区”内停留3秒钟;投篮队员被侵犯时,投中罚球1次,投不中罚球2次等。

在1952年和1956年的第15、16两届奥运会的篮球比赛中,出现了身高2米以上的多名球员,国际业余篮球联合会曾两次扩大篮球场地的“限制区”(也叫“3分区”)。还规定,一个队

控制球后,必须在 30 秒内投篮出手。

20 世纪 60 年代初,有关 10 秒和球回后场的规定,一度因 1960 年第 17 届奥运会后取消了中场线改画边线的中点而中止。1964 年第 18 届奥运会后,又恢复了中场线,这些规定又继续执行。

1977 年增加了每队满 10 次犯规后,在防守犯规时罚球两次,防投篮时犯规两罚有 1 次不中再加罚 1 次的规定(1+1 罚球)。1981 年又将 10 次犯规后罚球的规定缩减到 8 次。很明显,人员的变化和技术、战术的发展引起了规则的改变,而规则的改变又促进了人员和技术、战术的进一步发展变化。特别是 20 世纪 50 年代后期以来,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。

女子篮球是在 1976 年第 21 届奥运会上才被列为正式比赛项目的。

二、中国篮球运动发展

篮球运动是 1896 年前后由天津中华基督教青年会传入中国的,随后在北京、上海基督教青年会里也有了此项活动。

在 1910 年的全运会上举行了男子篮球表演赛之后,篮球运动在全国各大城市的大、中学校逐渐开展起来,其中以天津、北京、上海开展得较好,水平也较高。当时的比赛规则很简单,在球场中间画一个约有 1 米直径的中圈,中锋队员跳球时一只手必须置于背后腰部,任何一足不得踏出圈外。技术也简单,中圈跳球后,谁接到球就自己运球,超过防守人就投篮。当时只会直线运球前进,传球方法是单、双手胸前传球,跑动投篮是用单手低手上篮,立定投篮无论远近都是用双手腹前低手投篮。

1925 年前后,进攻和防守的 5 名运动员,有了较明确的分工,中锋对中锋,后卫对前锋,防守时,各自盯住自己的对手。但前锋的职责是只管进攻投篮,不管退守;后卫的职责是只管防守拦截球,不管投篮。前锋和后卫很少全场跑动,只有中锋要攻守兼顾。以后又逐渐改为两后卫,1 人助攻(活动后卫)、1 人留守后场(固定后卫),两前锋也变为 1 人留在前场专管偷袭、快攻,1 人退守后场助防。技术动作也有所发展,跑动投篮出现了单手、高手投篮,立定投篮出现了双手胸前投篮,传球出现了单、双手击地传球,运球出现了两手交替运球躲闪防守和超越防守向前推进的技术。规则中增加了罚球区和罚球线,队员犯规 4 次即被取消比赛资格,犯规罚球可由队长指定任何 1 个队员主罚。比赛时间分为上、下半时各 20 分钟,中间休息 10 分钟。每次投中或罚中后,都在中圈跳球,重新开始比赛。

1926 年后,中国篮球开始了快速的发展。

1950 年中国学生篮球队参加了在捷克斯洛伐克举行的世界学生代表大会体育比赛。这是新中国篮球队的首次出访。

1952 年中华全国体育总会秘书长荣高棠致函国际篮联声明中华人民共和国成立后,原“中华全国体育协进会”改组为“中华全国体育总会”。国际业余篮球联合会致函中华全国体育总会,承认中华全国体育总会为代表中国篮球界的组织,并成为该会会员。

1976 年国际业余篮球联合会在加拿大举行第 10 届代表大会。会议决定:恢复中国篮球协会为会员,撤销对台湾省篮球协会的承认。同时,张长禄当选为中国业余篮球联合会中央局委员。

第二节 篮球运动赛事介绍

一、欧洲主要赛事介绍

1. 欧洲男子篮球锦标赛

欧洲男子篮球锦标赛是由欧洲篮球协会(FIBA)主办的欧洲最高水平的篮球国家级赛事,简称“欧锦赛”。

1935年第一届欧洲男子篮球锦标赛在瑞士举行,从1947年第五届比赛开始,欧洲篮球锦标赛逢奇数年举办。苏联国家男子篮球队共得到过14次男篮欧洲杯冠军,是得到冠军最多的球队(见表1.1)。从2011年立陶宛欧洲男子篮球锦标赛开始,参赛队伍由16支增加到24支。历届欧锦赛成绩统计见表1.1。

表 1.1 历届欧锦赛成绩统计表

| 年份 | 冠军 | 亚军 | 季军 | 举办地 |
|-------|------|--------|--------|--------|
| 2011年 | 西班牙 | 法国 | 俄罗斯 | 立陶宛 |
| 2009年 | 西班牙 | 塞尔维亚 | 希腊 | 波兰 |
| 2007年 | 俄罗斯 | 西班牙 | 立陶宛 | 西班牙 |
| 2005年 | 希腊 | 德国 | 法国 | 塞黑 |
| 2003年 | 立陶宛 | 西班牙 | 意大利 | 瑞典 |
| 2001年 | 南斯拉夫 | 土耳其 | 西班牙 | 土耳其 |
| 1999年 | 意大利 | 西班牙 | 南斯拉夫 | 法国 |
| 1997年 | 南斯拉夫 | 意大利 | 俄罗斯 | 西班牙 |
| 1995年 | 南斯拉夫 | 立陶宛 | 克罗地亚 | 希腊 |
| 1993年 | 德国 | 俄罗斯 | 克罗地亚 | 德国 |
| 1991年 | 南斯拉夫 | 意大利 | 西班牙 | 意大利 |
| 1989年 | 南斯拉夫 | 希腊 | 苏联 | 南斯拉夫 |
| 1987年 | 希腊 | 苏联 | 南斯拉夫 | 希腊 |
| 1985年 | 苏联 | 捷克斯洛伐克 | 意大利 | 德国 |
| 1983年 | 意大利 | 西班牙 | 苏联 | 法国 |
| 1981年 | 苏联 | 南斯拉夫 | 捷克斯洛伐克 | 捷克斯洛伐克 |
| 1979年 | 苏联 | 以色列 | 南斯拉夫 | 意大利 |
| 1977年 | 南斯拉夫 | 苏联 | 捷克斯洛伐克 | 比利时 |
| 1975年 | 南斯拉夫 | 苏联 | 意大利 | 南斯拉夫 |
| 1973年 | 南斯拉夫 | 西班牙 | 苏联 | 西班牙 |
| 1971年 | 苏联 | 南斯拉夫 | 意大利 | 德国 |

续表

| 年 份 | 冠 军 | 亚 军 | 季 军 | 举办地 |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| 1969 年 | 苏联 | 南斯拉夫 | 捷克斯洛伐克 | 意大利 |
| 1967 年 | 苏联 | 捷克斯洛伐克 | 波兰 | 芬兰 |
| 1965 年 | 苏联 | 南斯拉夫 | 波兰 | 苏联 |
| 1963 年 | 苏联 | 波兰 | 南斯拉夫 | 波兰 |
| 1961 年 | 苏联 | 南斯拉夫 | 保加利亚 | 南斯拉夫 |
| 1959 年 | 苏联 | 捷克斯洛伐克 | 法国 | 土耳其 |
| 1957 年 | 苏联 | 保加利亚 | 捷克斯洛伐克 | 保加利亚 |
| 1955 年 | 匈牙利 | 捷克斯洛伐克 | 苏联 | 匈牙利 |
| 1953 年 | 苏联 | 捷克斯洛伐克 | 法国 | 苏联 |
| 1951 年 | 苏联 | 捷克斯洛伐克 | 法国 | 法国 |
| 1949 年 | 埃及 | 法国 | 希腊 | 埃及 |
| 1947 年 | 苏联 | 捷克斯洛伐克 | 埃及 | 捷克斯洛伐克 |
| 1946 年 | 捷克斯洛伐克 | 意大利 | 匈牙利 | 日内瓦 |
| 1939 年 | 立陶宛 | 拉脱维亚 | 波兰 | 立陶宛 |
| 1937 年 | 立陶宛 | 意大利 | 法国 | 拉脱维亚 |
| 1935 年 | 拉脱维亚 | 西班牙 | 捷克斯洛伐克 | 日内瓦 |

2. 俱乐部赛

国际篮联对欧洲篮球的失控终于在 2000 年表面化, 尽管促使欧洲篮球联赛联盟(ULEB) 闹独立的导火索是电视转播提成, 但国际篮联(FIBA) 在欧洲职业联赛管理方面的混乱才是深层原因。

在决定合并萨波达杯和科拉奇杯这两项赛事后, 国际篮联管理下的欧洲俱乐部赛事在 2003—2004 赛季减少到 FIBA 欧洲联赛和杯赛两项, 再加上欧洲篮球联赛联盟旗下的欧洲联赛和杯赛, 仅俱乐部之间的跨国顶级比赛在欧洲就有四项之多。

(1) FIBA 欧洲联赛

1) 简介。欧洲联赛是一个篮球联赛, 它已经能够像 NBA 那样为世界各国培养篮球人才。它是为世界冠军(2006 年世界锦标赛) 西班牙队提供了 6 名球员的联赛; 它是 2006 年世界锦标赛为击败美国队的希腊队提供了 9 名球员的联赛; 它是为 2006 年世锦赛提供了超过 1/5 球员的联赛。能对世锦赛做出如此贡献的篮球联盟, 除了 NBA, 就只有欧洲联赛了。

ULEB 是一个职业篮球联盟, 它正在沿着 NBA 成长的轨迹成长。它像 NBA 在建立之初吞并 ABA 一样, 吸纳、整合着欧洲的篮球资源; 它像 NBA 一样, 重视俱乐部球队的商业运作; 它像 NBA 一样, 抱有向世界扩张的雄心。

ULEB 是一个令 NBA 刮目相看的职业篮球联盟。因为它从成立到初具规模仅用了 6 年时间。有这样迅猛的发展势头, 连 NBA 主席斯特恩都不得不表示惊讶: “他们的职业化速度

之快令人感到吃惊。他们的联赛模式和经营模式非常成功。这不仅仅让球迷认同了这个联盟,更使其得到了 NBA 的尊敬,因为我们已经把他们看成是世界篮球版图上十分重要的一股力量。”

2)历史沿革。法国的队报最早提出了欧洲俱乐部联赛的概念,导致了足球 1955 年欧冠的诞生。之后在 1957 年保加利亚欧锦赛期间 FIBA 讨论了此事,并委派博里斯拉夫·斯坦科维奇为首的一个委员会来组织。委员会邀请了欧洲各国派出国内联赛冠军参赛,队报捐献了一座奖杯,于是 1958 年,欧洲男子冠军俱乐部杯赛开打了。FIBA 一直主办这一赛事(后来改称 Euroleague)到 1999—2000 赛季。

欧洲篮球联赛(Euroleague,简称 EL),原名“欧洲篮球冠军杯”(European Champions' Cup),是欧洲最大规模的跨国男子职业篮球联赛,现有来自欧洲 18 个国家的 24 支球队参加。

欧洲篮球冠军杯原由国际篮球联合会举办,但在 2000 年,一些顶级欧洲篮球俱乐部自行成立了欧洲篮球联赛联盟(ULEB),接管了欧洲篮球冠军杯,迫使国际篮联另行举办 FIBA 超级联赛,导致欧洲篮坛出现分裂,次年出现两个冠军。

2001 年,国际篮联向 ULEB 妥协,同意将超级联赛并入冠军杯,改名为欧洲篮球联赛,此后国际篮联专职组织国家队比赛,退出俱乐部际比赛组织活动。

欧洲篮球联赛历史上,获得冠军次数最多的是西班牙的皇家马德里队,曾 8 次夺冠,不过最近一次已经是 1995 年,之后便再未晋身决赛;其次是俄罗斯的莫斯科中央陆军队,曾经 6 次称王,包括在近 4 年内 2 次夺得冠军。历届 FIBA 欧洲联赛成绩统计见表 1.2。

欧洲篮球联赛是欧洲最高水平的篮球比赛阵营。它在 2000 年根据私营机构的模式成立,突破了当时欧洲所有体育联盟的经营模式。联赛每季包括 24 个来自至少 12 个国家的球会,并在每年的春季于四强赛后加冕冠军队伍。

表 1.2 历届 FIBA 欧洲联赛成绩统计表

| 年份 | 举办地 | 举办国 | 冠军 | 国家 | 亚军 | 国家 |
|--------|---------|------------|----------|-----|----------|--------|
| 1958 年 | 里加和索菲亚 | 苏联和保加利亚 | 里加 ASK | 苏联 | 索菲亚学院 | 保加利亚 |
| 1959 年 | 里加和索菲亚 | 苏联和保加利亚 | 里加 ASK | 苏联 | 索菲亚学院 | 保加利亚 |
| 1960 年 | 第比利斯和里加 | 苏联 | 里加 ASK | 苏联 | 第比利斯迪纳摩 | 苏联 |
| 1961 年 | 里加和莫斯科 | 苏联 | 莫斯科 CSKA | 苏联 | 里加 ASK | 苏联 |
| 1962 年 | 日内瓦 | 瑞士 | 第比利斯迪纳摩 | 苏联 | 皇家马德里 | 西班牙 |
| 1963 年 | 马德里和莫斯科 | 西班牙和苏联 | 莫斯科 CSKA | 苏联 | 皇家马德里 | 西班牙 |
| 1964 年 | 布尔诺和马德里 | 捷克斯洛伐克和西班牙 | 皇家马德里 | 西班牙 | 布尔诺斯巴达 | 捷克斯洛伐克 |
| 1965 年 | 莫斯科和马德里 | 苏联和西班牙 | 皇家马德里 | 西班牙 | 莫斯科 CSKA | 苏联 |
| 1966 年 | 博洛尼亚 | 意大利 | 米兰 | 意大利 | 布拉格斯拉维娅 | 捷克斯洛伐克 |
| 1967 年 | 马德里 | 西班牙 | 皇家马德里 | 西班牙 | 米兰 | 意大利 |
| 1968 年 | 里昂 | 法国 | 皇家马德里 | 西班牙 | 布尔诺斯巴达 | 捷克斯洛伐克 |
| 1969 年 | 巴塞罗那 | 西班牙 | 莫斯科 CSKA | 苏联 | 皇家马德里 | 西班牙 |
| 1970 年 | 萨拉热窝 | 南斯拉夫 | 瓦雷泽 | 意大利 | 莫斯科 CSKA | 苏联 |

篮球运动教程

续表

| 年 份 | 举办地 | 举办国 | 冠 军 | 国 家 | 亚 军 | 国 家 |
|--------|-------|------|----------|------|----------|------|
| 1971 年 | 安特卫普 | 比利时 | 莫斯科 CSKA | 苏联 | 瓦雷泽 | 意大利 |
| 1972 年 | 特拉维夫 | 以色列 | 瓦雷泽 | 意大利 | 斯普利特 | 南斯拉夫 |
| 1973 年 | 列日 | 比利时 | 瓦雷兹 | 意大利 | 莫斯科 CSKA | 苏联 |
| 1974 年 | 南特 | 法国 | 皇家马德里 | 西班牙 | 瓦雷泽 | 意大利 |
| 1975 年 | 安特卫普 | 比利时 | 瓦雷泽 | 意大利 | 皇家马德里 | 西班牙 |
| 1976 年 | 日内瓦 | 瑞士 | 瓦雷泽 | 意大利 | 皇家马德里 | 西班牙 |
| 1977 年 | 贝尔格莱德 | 南斯拉夫 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 | 瓦雷泽 | 意大利 |
| 1978 年 | 慕尼黑 | 联邦德国 | 皇家马德里 | 西班牙 | 瓦雷泽 | 意大利 |
| 1979 年 | 格勒诺布尔 | 法国 | 萨拉热窝波斯纳 | 南斯拉夫 | 瓦雷泽 | 意大利 |
| 1980 年 | 西柏林 | 联邦德国 | 皇家马德里 | 西班牙 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 |
| 1981 年 | 斯特拉斯堡 | 法国 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 | 博洛尼亚维尔图斯 | 意大利 |
| 1982 年 | 科隆 | 联邦德国 | 坎图 | 意大利 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 |
| 1983 年 | 格勒诺布尔 | 法国 | 坎图 | 意大利 | 米兰 | 意大利 |
| 1984 年 | 日内瓦 | 瑞士 | 罗马 | 意大利 | 巴塞罗那 | 西班牙 |
| 1985 年 | 雅典 | 希腊 | 萨格勒布希伯纳 | 南斯拉夫 | 皇家马德里 | 西班牙 |
| 1986 年 | 布达佩斯 | 匈牙利 | 萨格勒布希伯纳 | 南斯拉夫 | 扎尔基里斯 | 苏联 |
| 1987 年 | 洛桑 | 瑞士 | 米兰 | 意大利 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 |
| 1988 年 | 根特 | 比利时 | 米兰 | 意大利 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 |
| 1989 年 | 慕尼黑 | 联邦德国 | 斯普利特 | 南斯拉夫 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 |
| 1990 年 | 萨拉戈萨 | 西班牙 | 斯普利特 | 南斯拉夫 | 巴塞罗那 | 西班牙 |
| 1991 年 | 巴黎 | 法国 | 斯普利特 | 南斯拉夫 | 巴塞罗那 | 西班牙 |
| 1992 年 | 伊斯坦布尔 | 土耳其 | 游击队 | 南斯拉夫 | 巴塞罗那尤文图特 | 西班牙 |
| 1993 年 | 雅典 | 希腊 | 利摩日 | 法国 | 特雷维索贝纳通 | 意大利 |
| 1994 年 | 特拉维夫 | 以色列 | 尤文图特 | 西班牙 | 奥林匹亚科斯 | 希腊 |
| 1995 年 | 萨拉戈萨 | 西班牙 | 皇家马德里 | 西班牙 | 奥林匹亚科斯 | 希腊 |
| 1996 年 | 巴黎 | 法国 | 帕纳辛奈科斯 | 希腊 | 巴塞罗那 | 西班牙 |
| 1997 年 | 罗马 | 意大利 | 奥林匹亚科斯 | 希腊 | 巴塞罗那 | 西班牙 |
| 1998 年 | 巴塞罗那 | 西班牙 | 博洛尼亚维尔图斯 | 意大利 | 雅典 AEK | 希腊 |
| 1999 年 | 慕尼黑 | 德国 | 扎尔基里斯 | 立陶宛 | 博洛尼亚维尔图斯 | 意大利 |
| 2000 年 | 塞萨洛尼基 | 希腊 | 帕纳辛奈科斯 | 希腊 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 |

续表

| 年份 | 举办地 | 举办国 | 冠军 | 国家 | 亚军 | 国家 |
|-------|-----------|---------|----------|-----|----------|-----|
| 2001年 | 巴黎 | 法国 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 | 帕纳辛奈科斯 | 希腊 |
| 2001年 | 博洛尼亚和维多利亚 | 意大利和西班牙 | 博洛尼亚维尔图斯 | 意大利 | 巴斯克尼亚 | 西班牙 |
| 2002年 | 博洛尼亚 | 意大利 | 帕纳辛奈科斯 | 希腊 | 博洛尼亚维尔图斯 | 意大利 |
| 2003年 | 巴塞罗那 | 西班牙 | 巴塞罗那 | 西班牙 | 特雷维索贝纳通 | 意大利 |
| 2004年 | 特拉维夫 | 以色列 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 | 博洛尼亚福蒂图多 | 意大利 |
| 2005年 | 莫斯科 | 俄罗斯 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 | 巴斯克尼亚 | 西班牙 |
| 2006年 | 布拉格 | 捷克 | 莫斯科 CSKA | 俄罗斯 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 |
| 2007年 | 雅典 | 希腊 | 帕纳辛奈科斯 | 希腊 | 莫斯科 CSKA | 俄罗斯 |
| 2008年 | 马德里 | 西班牙 | 莫斯科 CSKA | 俄罗斯 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 |
| 2009年 | 柏林 | 德国 | 帕纳辛奈科斯 | 希腊 | 莫斯科 CSKA | 俄罗斯 |
| 2010年 | 巴黎 | 法国 | 巴塞罗那 | 西班牙 | 奥林匹亚科斯 | 希腊 |
| 2011年 | 巴塞罗那 | 西班牙 | 帕纳辛奈科斯 | 希腊 | 特拉维夫马卡比 | 以色列 |
| 2012年 | 伊斯坦布尔 | 土耳其 | 奥林匹亚科斯 | 希腊 | 莫斯科 CSKA | 俄罗斯 |

3)赛制。欧洲篮球联赛(Euroleague)包括4个阶段,其中首阶段(常规赛)赛事24支队伍经抽签分配于3个小组(A、B、C)赛事角逐,相同国家尽量不会编排在同组比赛,除了一个国家有多达4支球队参与赛事外。各组8支队伍进行主客双循环赛事,各队经过14场赛事后,各组成绩最佳的5支队伍及三组中成绩最佳的1支第六名队伍晋级次圈赛事。分组名次依胜负场数、对赛成绩及分差计算。

晋级十六强赛事队伍,按常规赛的成绩(A、B、C组)的首三名及三组中成绩最佳的第二名抽签后分配于4个(D、E、F、G)不同小组成为该4个小组的种子球队,余下4组的3支球队亦会按常规赛成绩抽签分配,同一国家球队尽量不会编排在同组比赛。十六强赛事进行主客双循环对赛,各队经过6场赛事后,各组成绩最佳之首两名队伍晋身八强(季后赛)。分组名次依胜负场数、对赛成绩及分差计算。

八强(季后赛)的对赛根据十六强分组赛的成绩,首名对次名(D组首名对E组次名,如此类推)。季后赛以三局二胜淘汰制(1主—1客—1主)进行,首名球队获两场主场优势。胜出者直接晋身四强。

四强赛事将会在指定地点比赛并且采取单场淘汰制形式,若同一国家超过一支球队晋级四强,则两支来自同一国家之球队必须于四强赛事对阵。胜方争夺欧冠联冠军,负方则争夺赛事的第三名。

4)资格。ULEB用ULEB联赛排名(ULEB League Ranking)来确定欧冠联赛和欧洲杯的参赛俱乐部。ULEB联赛排名根据过去五年的联赛俱乐部表现,数据每三年更新一次。从2007—2008赛季起,电视直播、上座人数、场地容量也纳入考量。具体是成绩占70%,其他因

素占 30%。从 2012—2013 赛季开始,球场容量将成为各级俱乐部联赛准入的硬性标准,欧冠联赛球馆至少要能容纳 10 000 人,欧洲杯赛球馆至少要能容纳 5 000 人,欧洲挑战杯赛球馆至少要能容纳 3 500 人,不符合容量要求和违反 FIBA 规则的俱乐部将被禁止参加俱乐部联赛。

纳入考量范围的共有欧洲 25 个国家的俱乐部联赛,以及 4 个区域性联赛——独联体联赛、亚得里亚海联赛、波罗的海联赛和巴尔干联赛。根据目前的排名,18 个国家级联赛和 3 个区域性联赛有资格参与欧冠联赛。这些联赛中,西甲、意甲、希甲联赛,独联体联赛和亚得里亚海联赛是 A 级联赛,其他是 B 级联赛。

每年,ULEB 会根据 ULEB 联赛排名和当年俱乐部联赛成绩来分配参赛名额。A 级联赛可以有 3 个名额,B 级联赛通常有 1 个名额。不过 ULEB 用的是颁发参赛许可证的方法。许可证有 A 级、B 级和 C 级。A 级许可证就是“长期饭票”,可以一直参赛到 2012 年,不管国内成绩怎么样。B 级许可证是根据 A 级联赛 3 个名额,B 级联赛 1 个名额的规则来颁发的,不过会有许多特例。C 级许可证就是给欧洲杯冠军颁发的,为期一年。此外还有外卡。

(2) FIBA 欧洲杯赛

欧洲杯赛是国际篮联在 2002 年想出的新点子,该项赛事赛制繁杂,基本框架是采用 NBA 的“分区常规赛加季后赛”模式。欧洲杯赛刚开始只有南、北、西三个赛区,后来又增加了中央赛区。这四大赛区各有 1~4 个小组,最后产生 8 支球队进入“泛欧赛”阶段,通过淘汰赛决出冠军。

(3) ULEB 欧洲联赛

2000 年以前,欧洲联赛电视转播合约全由 FIBA 操控,许多俱乐部认为自己分到的钱太少,开始酝酿出走。2000 年夏天,来自欧洲 13 个国家的 24 支顶级篮球俱乐部加入 ULEB,并且组建了自己的联赛。在 FIBA 发现这个情况后,与 ULEB 的代表进行了几次磋商,但由于双方理念不同,最终正式宣告分裂。

令人吃惊的是,由于欧洲篮联此前没有对他们的欧洲联赛(Euroleague)的名称进行官方注册,刚刚成立的欧洲篮球协会立即抢先注册了欧洲联赛(Euroleague)这个名称。欧洲篮联也不得不为他们的联赛找到一个新的名称——国际篮联超级联赛(Suproleague)。这样,从 2000—2001 赛季开始,欧洲也就拥有了两个不同的顶级篮球联赛,一个是由欧洲篮球协会主办的欧洲联赛(Euroleague),另一个是由欧洲篮联主办的国际篮联超级联赛(Suproleague)。

这种欧洲两个顶级联赛对峙的局面,造成了一些顶级俱乐部也都分别支持不同的联赛。例如希腊的帕纳辛纳科斯和以色列的马卡比等超级强队留在了 FIBA 主办的超级联赛,而巴塞罗那和雅典 AEK 等超级强队则加入了新成立的欧洲篮球协会主办的欧洲联赛。这种局面也造成了在 2001 年 5 月产生了两个欧洲顶级联赛的冠军球队。而动荡并未结束,在马卡比夺得 FIBA 旗下的欧洲超级联赛冠军后,随即和亚军希腊的帕纳辛纳科斯一同转投 ULEB 的欧洲联赛,这给了 FIBA 的超级联赛再一次沉重的打击。

一块大陆上有两个冠军产生,让 ULEB 和欧洲篮联的人都认识到了双方合作的重要性。于是,经过协商,欧洲篮联同意把他们的联赛跟 ULEB 组织的欧洲联赛合并,统一使用欧洲联赛(Euroleague)的名称。此前参加超级联赛的球队,也都转而参加欧洲联赛的比赛。

从此以后,ULEB 和欧洲篮联之间的权力划分也更加清楚了。所有关于欧洲俱乐部的篮球赛事都由 ULEB 负责,而欧洲篮联只负责欧洲跟国家队有关的篮球赛事。

(4)ULEB 杯赛

即使是在紧张对抗中,国际篮联与欧洲篮球联赛联盟仍不可避免地要接受一些让步和妥协,ULEB 杯赛就充当了缓和欧洲篮球两大阵营矛盾的角色。2002 年 ULEB 杯赛初创时,只是 ULEB 欧洲联赛的附庸杯赛,其目的是为了吸引更多球队加入 ULEB 阵营。但是到了 2003 年,国际篮联决定舍弃萨波达杯和科拉奇杯这两大鸡肋杯赛,在与欧洲篮球联赛联盟谈判后,这两项杯赛就并入了 ULEB 杯。

ULEB 杯的现行赛制是“小组双循环加淘汰赛”,七个小组中的前两名外加成绩最好的两个第三名进入主客场淘汰赛,直至决出冠军。

首届 ULEB 杯冠军是西班牙强队瓦伦西亚,该队拥有蒙特齐亚和奥伯托等阿根廷国手,并借此杀入本赛季 ULEB 欧洲联赛第二轮。本赛季,另一支西班牙豪门皇家马德里一路过关斩将杀进决赛,却遭受以色列耶路撒冷哈波尔队迎头痛击,后者也成为继特拉维夫马卡比之后,第二支在欧洲顶级赛事中夺冠的以色列球队。

二、中国篮球赛事介绍

1. CBA

(1)CBA 含义

中国篮球协会成立于 1956 年 6 月,简称“中国篮协”;英文名称为“Chinese Basketball Association”,缩写为“CBA”。中国篮球协会是具有独立法人资格的全国性群众体育组织,是由各省、自治区、直辖市篮球协会,各行业篮球协会及解放军相应的运动组织为团体会员组成的、全国性、非营利性的联合组织,是中华全国体育总会的团体会员,是中国奥林匹克委员会承认的奥运项目组织,是代表中国参加国际篮球联合会和亚洲篮球联合会的唯一合法组织。

(2)CBA 的历程

1995 年 10 月中国篮协推出了《中国篮球协会运动员转会暂行条例》和《俱乐部暂行管理条例》,拉开了中国篮球职业化改革的序幕,并正式推出了与国际接轨的赛季甲级联赛。同年 12 月正式推出跨年度的全国男篮 12 支甲级队主客场联赛,分预赛和决赛两个阶段(从 1995 年 12 月至 1996 年 4 月)。决赛阶段按预赛名次分为上区决 1~4 名,中区决 5~8 名,下区决 9~12 名(又称保级圈),列第 11、12 名的队降至乙级队。1996—1997 赛季的 CBA 联赛,中国篮协将联赛分为 3 个等级:甲 A 12 支队,甲 B 10 支队,乙级联赛 6~8 支队。甲 A 和甲 B 联赛后两名降级,甲 B 和乙级联赛的前两名升级。在 1998—1999 赛季中国篮协再次对甲 A 联赛进行赛制改革,将每场比赛由原来的 2×20 分钟改为 4×12 分钟,进攻时间由 30 秒缩短到 25 秒,推进入场时间由 10 秒缩短到 7 秒,同时允许两名外援在一场比赛中总共可上场 4 人次。1999—2000 赛季,半决赛改为 3 战 2 胜制,两名外援在一场比赛中总共可上场 5 人次。

1997 年 11 月 24 日,国家体育总局实行体育管理体制改革和运行机制转变,成立了国家体育总局篮球运动管理中心。国家体育总局篮球运动管理中心是具有篮球项目行政管理职能的事业单位,又是中国篮球协会的办事机构。篮球运动管理中心下设综合部、竞赛部、国家队管理部、训练科研部、开发部、社会发展部,对全国篮球的协会建设、外事、财务、各级竞赛、各俱乐部、运动员、教练员、裁判员注册、培训、产业开发、青少年后备人才培养和群众性篮球运动的开展实行全面的管理。

(3) 中国篮球联赛的发展历程

1995—1996 赛季:世界著名的体育赛事推广公司——国际管理集团——成了 CBA 甲 A 联赛第一个最亲密的合作伙伴和财神,使 1995—1996 赛季成为第一次被商业冠名的甲 A 联赛——555 篮球联赛。本届联赛还第一次推出七支参赛队队标——八一“火箭”、前卫“猎豹”、北京“鸭”、南京军区“麒麟”、济南军区“天马”、浙江中欣“松鼠”、广东宏远“华南虎”等。该赛季,浙江中欣队聘请了 CBA 甲 A 历史上的第一个外籍球员——乌兹别克斯坦运动员米哈依尔·萨芬科夫。

1996—1997 赛季:该赛季参赛的 12 支甲级队全部成立了俱乐部。虽然各俱乐部的性质和形式不同(有投资赞助型、部分经营型或是“翻牌”型),但这标志着我国篮球运动从计划经济向市场经济转化的开始。

1996—1997 赛季:和 CBA 分庭抗争的一个篮球联赛叫 CNBA(又称精英联赛),CNBA 精英职业联赛球队有吉林虎队、前卫寰岛队、北京京狮队、上海交大南洋队、湖北黄鹤队、福建飓风队、天津海湾开拓者队、河南雄狮队等。河南队第二年改名为河南金象队,但那年 CNBA 刚刚更名为 CMBA 后就夭折了,这个寿命仅为一年的联赛,当时被称为“精英闹剧”。

1997—1998 赛季:1997 年 4 月 5 日,首次将全明星赛扩充为“全明星周末”的活动在上海举行。球迷与优秀教练员、全明星球员近距离接触,还首次举办了远投和扣篮大赛。这是中国篮球的最高管理机构——国家体育总局篮球运动管理中心——在 1997 年 11 月 24 日正式挂牌成立后直接组织的第一个赛季。篮管中心的成立,是中国篮球管理体制的一项重大改革,改变了以前多头管理、力量分散、关系不顺的情况,形成了在原国家体委宏观指导下,以篮管中心为核心,以篮球协会为组织网络的新的管理体制,实现了篮球项目管理的集约化、系统化。本赛季,四川熊猫队引进了 CBA 甲 A 联赛的第一位外籍主教练,第一次将全明星赛变成中外明星对抗赛。

1999—2000 赛季:这一赛季成立了三个新的委员会,即联赛管理委员会、联赛纪律委员会和联赛仲裁委员会,以此加大对联赛的管理力度。本赛季,上海东方队引进了中国台北选手郑志龙,开创了两岸队员转会交流的先河。

2001—2002 赛季:在国际管理集团退出甲 A 联赛的合作后,中国篮协勇敢接受挑战,成功地组织了一个由自己招商,自己包装、推广的赛季,迈出了依靠自己的力量办联赛的第一步。该赛季,迎来了我国台湾的第一支球队——新浪狮队,这在我国体育史上有着突破性的意义。

2002—2003 赛季:首次实行国内球员倒摘牌;香港飞龙正式亮相 CBA 甲 A 联赛;参赛队从原来的 12 支第一次扩至 14 支。

2004—2005 赛季:这是甲 A 联赛改革力度最大的一个赛季,是一个过渡性的、承前启后的赛季,它的使命就是为 2006 年推出崭新的职业联赛探路和奠基。为了让“10 岁”的 CBA 甲 A 联赛能够完成它的历史使命,中国篮协对联赛的结构、赛制及推广进行了一系列的调整和改革,首次取消升降级,首次把参赛队分成南、北两大区,并决出南、北两大赛区冠军;本赛季提出了新的口号:“我的球队,我的比赛,我的 CBA,打造至尊辉煌,镶嵌冠军梦想”。

近几年,中国篮协对中国篮球运动的竞赛体制进行了一系列改革,试图尽快建立公平竞争机制,完善职业篮球俱乐部管理制度,提高运动员和运动队的竞技水平。

2000—2001 赛季由八一俱乐部培养的著名中锋玉邹治作为亚洲第一人首次加入 NBA 达拉斯小牛队,这标志着中国篮球运动员开始走向世界最高水平的联赛。

2001—2002 赛季北京首钢俱乐部中锋巴特尔又加入了 NBA 丹佛掘金队。

2002—2003 年上海俱乐部的著名中锋姚明参加 NBA 选秀,被休斯顿火箭队作为状元秀选中,成为自 NBA 有史以来第一位成为状元秀的外国选手。这标志着中国职业篮球进入了一个新的阶段。

(4) 历届 CBA 联赛球队排名

1995—1996 赛季:1. 八一队 2. 广东宏远队 3. 北京队 4. 辽宁队 5. 山东队 6. 浙江中欣队 7. 济南军区队 8. 沈阳军区队 9. 空军队 10. 江苏诚宜队 11. 南京军区队 12. 前卫队。

1996—1997 赛季:1. 八一队 2. 辽宁队 3. 广东宏远队 4. 山东宝元队 5. 江苏南钢队 6. 上海东方队 7. 空军雄鹰队 8. 沈阳军区队 9. 北京首钢队 10. 四川队 11. 浙江中欣队 12. 济南军区队。

1997—1998 赛季:1. 八一队 2. 辽宁队 3. 山东队 4. 北京队 5. 上海队 6. 广东宏远队 7. 江苏队 8. 济南军区队 9. 浙江中欣队 10. 空军联航队 11. 沈阳军区队 12. 四川蓝剑队。

1998—1999 赛季:1. 八一队 2. 辽宁沈飞队 3. 广东宏远队 4. 北京首钢京师队 5. 山东永安队 6. 上海东方队 7. 北京奥神队 8. 浙江万马队 9. 吉林队 10. 江苏南钢队 11. 双星济军队 12. 四川蓝剑队。

注:由于四川蓝剑篮球俱乐部在成都赛区主场对山东队的比赛中,发生了记录台计时错误的严重事件,使整场比赛少打了三分钟;四川队主场迎战吉林队时,比赛中发生了记录台记录员的严重失误,吉林队第三节比赛中投中的一个三分球被“误记”到两分格内,致使吉林队一分惜败。中国篮协针对上述事件以及四川蓝剑俱乐部在球员转会中出现的违规舞弊行为,做出处罚决定:取消四川队 1998—1999 赛季全国男篮甲 A 联赛第十名的成绩,球队直接降至 B 组。

1999—2000 赛季:1. 八一队 2. 上海东方队 3. 广东宏远队 4. 山东永安队 5. 北京首钢队 6. 前卫万燕奥神队 7. 辽宁盼盼队 8. 江苏南钢队 9. 浙江万马队 10. 吉林东北虎队 11. 湖北美尔雅队 12. 南京军区队。

注:本赛季由于发生了所谓的“合并”风波,使得湖北队“意外”地加盟了 CBA;北京奥神和前卫万燕合并成一家俱乐部后,仍旧要以两队分别参加 CBA 联赛。北京奥神本赛季更名为前卫万燕奥神队,而原前卫万燕以“卫士亿安”的名义征战 CBA,结果此举遭到 CBA 其余 10 家俱乐部的联合反对,后来篮协不得不取消了“卫士亿安队”的参赛资格,由当时的甲 B 第三名湖北队填上这一空缺。

2000—2001 赛季:1. 八一队 2. 上海东方队 3. 北京首钢队 4. 吉林恒和队 5. 辽宁盼盼队 6. 广东宏远队 7. 北京奥神队 8. 江苏南钢队 9. 山东永安队 10. 浙江万马队 11. 双星济军队 12. 沈部鞍山队。

2001—2002 赛季:1. 上海东方队 2. 八一队 3. 吉林吉粮队 4. 山东金斯顿队 5. 北京首钢队 6. 浙江万马队 7. 广东宏远队 8. 新浪狮队 9. 江苏南钢队 10. 陕西东盛队 11. 辽宁盼盼队 12. 北京奥神队 13. 深圳润迅易康队。

2002—2003 赛季:1. 八一双鹿队 2. 广东宏远队 3. 吉林一汽队 4. 北京首钢队 5. 新疆广汇队 6. 山东金斯顿队 7. 浙江万马队 8. 北京奥神队 9. 江苏南钢队 10. 上海东方队 11. 辽宁盼盼队 12. 陕西东盛队 13. 明基新浪狮队 14. 香港飞龙队。

2003—2004 赛季:1. 广东宏远队 2. 八一双鹿队 3. 江苏南钢队 4. 吉林通钢队 5. 新疆广汇