

第三章 篮球运动基本理论和基础战术配合

第一节 篮球基本战术理论及分类

一、篮球战术理论基础

(一) 理论基础

篮球战术是指在比赛中为了战胜对手，队员个人技术的合理运用和队员之间相互协调的组织形式；为了有利于发挥队员技术，争取更好的时机而采用的行动方式和方法。由于篮球竞赛是在一定时间、空间内围绕着对球的拥有权并把球投进对方篮筐，而进行攻、守对抗的比赛活动，因此，同伴间的相互协作就成为获胜的必要条件。随着球权的转换，由此产生出的进攻战术和防守战术，组织形式多种多样，方式方法千变万化，并且在实践中不断发展创新。

篮球战术是由技术、方法、形式三个基本要素构成。技术是队员进行比赛的手段，是战术的基础。方法是战术的具体内容，表现在队员的个人

攻守行动、队员之间的配合行动及全队队员的整体行动配合上。方法包括人与球移动的路线，技术动作的选择与组合，动作时间与攻击区等具体内容，它是战术的核心。形式是战术的外部表现，一定的战术形式，反映一定的战术内容。篮球队整体战术的设计、训练与运用是一个将战术的理论模式转化为比赛中整体共同行动的过程，在这个过程中教练员担负着设计、训练、调控与实施的主导任务。战术的总体设计应体现为了赢得比赛的胜利而设定的基本指导思想。战术的训练是将战术的设计、谋略转化为全队的一致行动。比赛是检验战术设计与训练的效果，并提供反馈信息，以便能更好地指导战术设计和训练实践。

二、篮球战术的分类

根据不同的分类标准，篮球战术可有不同的分类。目前主要有如下三种不同的分类。

1. 按双方攻守对抗的主要矛盾划分

按双方攻守对抗主要矛盾，可将篮球战术分为进攻战术和防守战术。

进攻战术体系中包含有队员个人进攻行动、队员配合进攻行动和全队整体

进攻行动。防守战术体系中包含有队员个人防守行动、队员配合防守行动和全队整体防守行动，每一个组成部分都包含不同的内容。如图 3.1 所示。

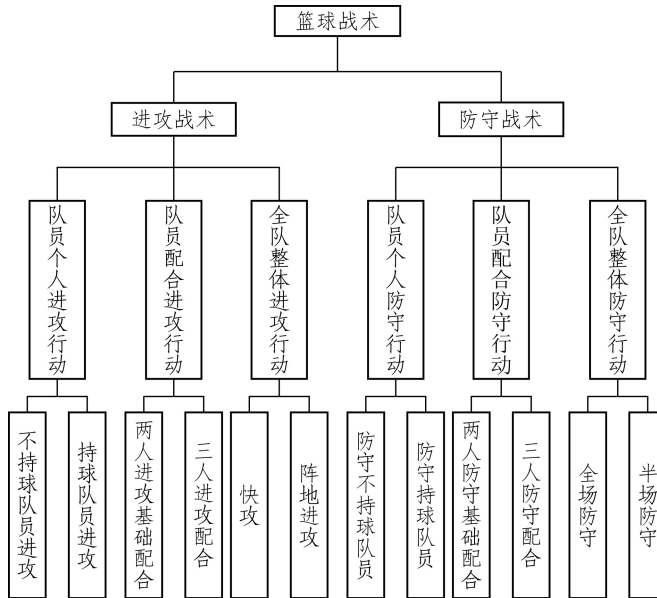


图 3.1 以战术的攻守对抗主要矛盾属性划分

2. 按比赛过程中攻、守时间顺序划分

按比赛过程中攻、守时间顺序，可将篮球战术划分为 3~4 秒、5~6 秒和 8 秒以上三类攻守战术。3~4 秒类的战术有快攻和防守快攻，5~7 秒类的战术有抢攻和防守抢攻，8 秒以上的战术包含有阵地进攻战术和防守阵地进攻战术，每一部分的战术组成中都包含有各自的内容。如图 3.2 所示。

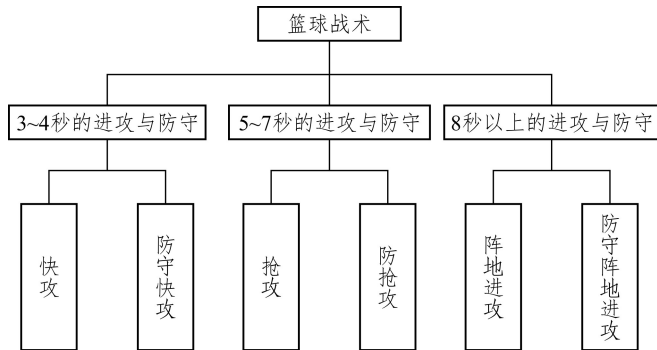


图 3.2 以比赛过程中攻守的时间顺序划分

3. 按参加战术组织的人数划分

按参加战术组织的人数，可将篮球战术划分为个人战术行动、局部战术和全队战术三个类别。个人战术行动包含有个人进攻战术行动和个人防守战术行动两个子类，局部战术行动包含有局部进攻战术和局部防守战术两子类，全队战术包含有全队防守战术和进攻战术两个子类，每个子类都包含有不同的具体战术。如图 3.3 所示。

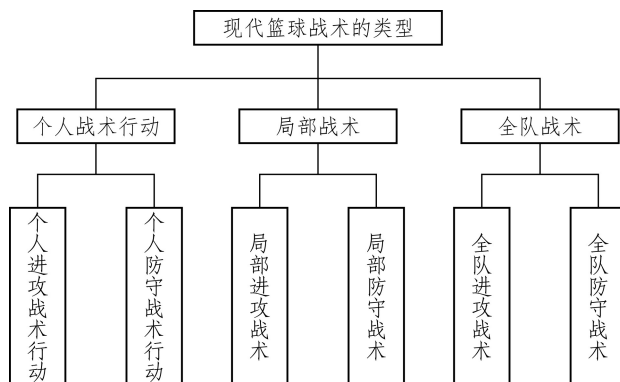


图 3.3 以比赛过程中攻守的时间顺序划分

第二节 进攻战术基础配合

一、基础配合

在篮球竞赛中，队员两三人之间所组成的简单配合方法有传切、突分、掩护、策应和快攻等。

(一) 传切配合

队员之间利用传球和切入技术所组成的简单配合叫传切配合，传切配合包括一传一切配合和空切配合两种。

1. 一传一切配合

一传一切配合是指持球队员传球给相应队友后摆脱防守，向篮筐方向切入接回传球投篮的配合。

2. 空切配合

空切配合是指无球队员掌握时机，摆脱防守切入篮下接球投篮或做其他进攻配合（横切、纵切等）。

3. 传切配合基本要求

(1) 队员配合的距离要拉开，切入路线要合理。

(2) 切入队员要利用假动作迷惑对手，掌握好摆脱时机，切入要紧贴对手，动作要快速突然。

(3) 传球队员动作要隐蔽，传球及时准确。

4. 部分传切练习图（见图 3.4~ 3.7）

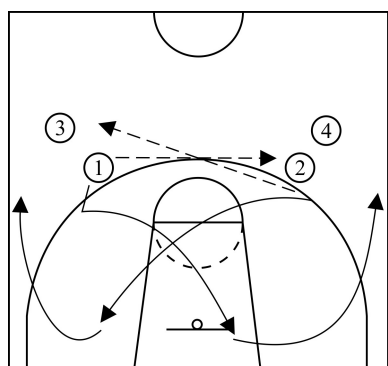


图 3.4 无防守的连续传切配合

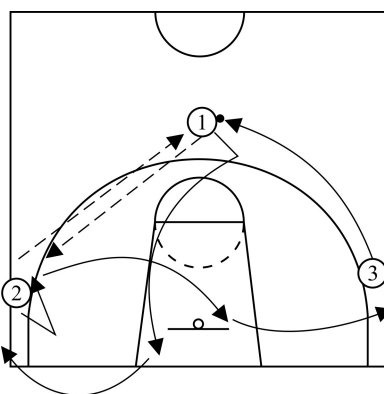


图 3.5 3人连续传切配合

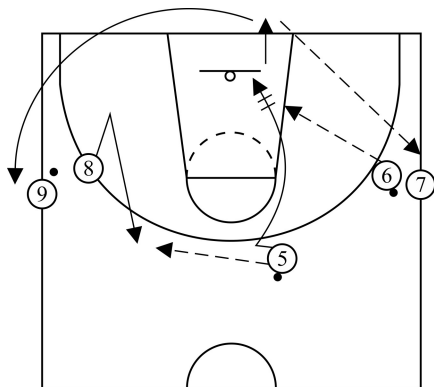


图 3.6 3人连续传切上篮练习

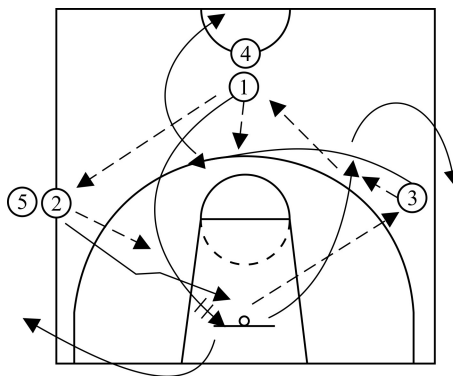


图 3.7 全队连续三角传切上篮练习

(二) 突分配合

突分配合是持球队员突破对手之后，遇到对方补防时，及时将球传给进攻时机最好的同伴进行进攻的一种配合方法。

1. 突分配合基本要求

(1) 突破队员突破时要突然、快速，在突破过程中，在准备投篮的同时要观察攻防队员位置变化，及时准确传球。

(2) 接球队员把握时机及时摆脱防守，迅速抢占有利位置接球投篮。

2. 三角连续突分练习图（见图 3.8）

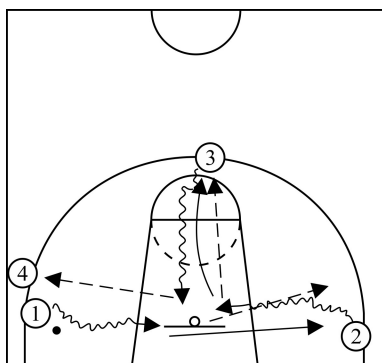


图 3.8 三角连续突分传球练习

(三) 掩护配合

掩护配合是指进攻队员采用合理的身体动作，用自己的身体挡住同伴防守者的移动路线，使同伴得以摆脱防守，创造接球投篮或进攻机会的一种配合方法。

1. 掩护配合的身体位置、移动路线及方法、配合方法

(1) 身体位置：前掩护、侧掩护、后掩护。

(2) 移动路线和方法：反掩护、假掩护、运球掩护、定位掩护、行进间掩护、连续掩护、前掩护、侧掩护、后掩护。

(3) 掩护配合方法：侧掩护、后掩护、前掩护。

2. 掩护配合的基本要求

(1) 掩护时身体姿势正确，两脚开立，上体稍前倾，两手肘屈于体侧或胸前，距离适当，身体稳定。

(2) 被掩护同伴要用压切或瞄篮，诱使对手贴近自己，吸引其注意力。

(3) 掌握好配合时机及其变化方法。

(4) 组织掩护配合要创造中投和突破机会，应与内线进攻结合。

3. 部分掩护配合图 (见图 3.9~3.11)

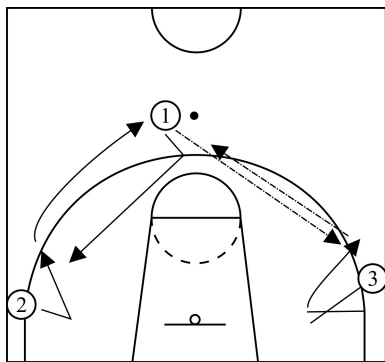


图 3.9 3人连续掩护练习

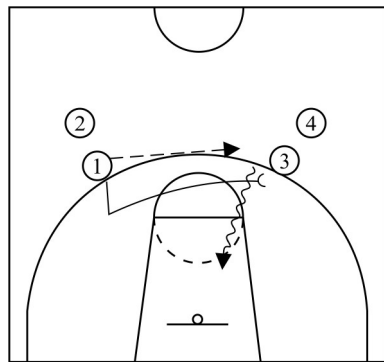


图 3.10 传球并掩护练习

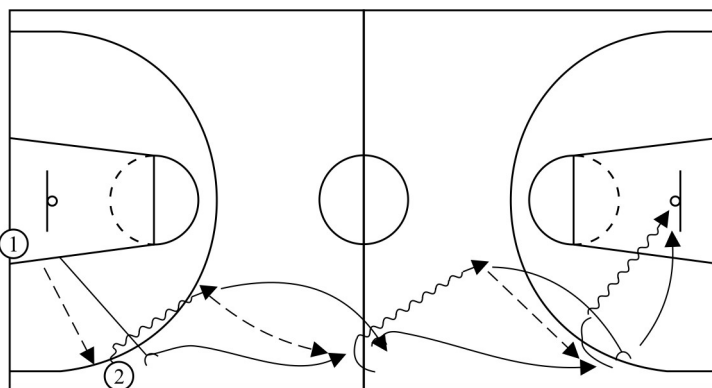


图 3.11 2人连续掩护运球推进

(四) 策应配合

策应配合是指处在内线的队员背对或侧对球篮接球，以他为枢纽通过多种传球方式与其他队员的空切（纵横）绕切相结合，借取摆脱防守，创造进攻机会的配合方法。

策应配合基本要求：

(1) 策应（中锋）突然起动摆脱防守占据有利位置，接球两脚开立，两膝弯曲，举行球肘外展护球，并注意现场上同伴，及时传或攻。

(2) 外围根据策应位置和机会，及时、准确传球，确保人到球到，也可迅速切入篮下或给同伴掩护。

（五）快攻

快攻是由防守转入进攻时，乘对方未站稳阵脚，以最快速度，最短时间，造成人数上和区域上优势，出其不意攻其不备，速战速决的一种方法。

1. 组织快攻战术的基本要求

(1) 强烈的快攻意识，全队获球后突出一个“快”字。力争起动快、分散快、传球快、跟进快。

(2) 勇猛顽强，敢打敢拼，一获球就快速准确、机动灵活地进行快速攻击。

(3) 良好的身体素质、速度和过硬的基本技术动作。

(4) “四快”：观察判断反应快，起动加速摆脱快，传球推进超越快，