

# “位置平衡”是中国男篮发展中亟待解决的问题

郑尚武

(肇庆学院 体育与健康学院, 广东 肇庆 526061)

**摘 要:** 对2009年亚锦赛和东亚运动会中国男篮在关键比赛场次的核心技术指标进行比较分析, 揭示占有身高优势和内线实力的中国男子篮球队在这些年的国际大赛中总是不能取得令人满意的竞赛成绩的深层原因; 提出在篮球运动赛场上, 追求各个“位置”技、战术能力的平衡发展, 形成内外结合的团队优势, 是中国男篮发展过程中应该着重解决的根本问题。

**关键词:** 运动竞赛; 位置平衡; 中国男篮; 2009年亚洲男子篮球赛事

**中图分类号:** G841 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2010)10-0091-04

## A“Position balance” is a problem to be solved in the development of the men’s basketball team of China

ZHENG Shang-wu

(Department of Physical and Health, Zhaoqing University, Zhaoqing 526061, China)

**Abstract:** The author compared and analyzed core technical indexes of the men’s basketball team of China in critical games in the Asian Championships 2009 and the East Asian Games, probed into the deep reasons for why the men’s basketball team of China with body height advantage and inner ring strengths always failed to achieve satisfying competition results in major international games in these years, and put forward that pursuing the balanced development of technical and tactical capacities at various “positions” on the basketball court to form an inner and outer ring strengths combined team advantage is a fundamental problem that should be solved primarily in the development of the men’s basketball team of China.

**Key words:** sports competition; position balance; men’s basketball team of China; Asian Men’s Basketball Games 2009

2009年的亚洲男子篮球锦标赛,中国男篮没经得起西亚球风彪悍的伊朗男篮的冲击而最终失利;东亚运动会上,中国男篮又没顶住来自东亚的韩国男篮“快、灵、准”的战术而中途败北。中国男篮究竟出现什么问题?为了迎接即将到来的亚运会,有必要进行深入分析,并提出解决的办法。从技战术层面上,本文提出“位置平衡”是中国男篮亟待解决的问题。

### 1 男篮的赛事能力和失利原因

究竟中国男篮遇到什么麻烦?参加此届锦标赛的中国男篮,都是国内CBA赛场上的顶尖球员,他们平均身高(200.9 cm)和体重(97.78 kg)堪称亚洲第一,确实具备有效控制内线攻防和抢获篮板球的基本身体条件。队中不乏曾效力于NBA的顶级国手(王至郅、孙

悦和仍在留NBA打球的易建联等),多数球员已经过多年磨合,且有(北京)奥运会等大赛的经验。从他们与伊朗、约旦、黎巴嫩3支球队的比赛可见,我国球员在比赛中表现平平。这支缺少姚明的球队,在亚锦赛上的比赛结果非常不尽人意,决赛中仍以较大分差(负18分)败给伊朗位居亚军。这样的结果实在是令人费解!

在亚锦赛上,中国男篮虽然获亚军,但从中国男篮与西亚的约旦(89:83)和黎巴嫩的比赛得分(72:68)可见,我们获胜场次赢取的分值少,双方的分差小;而我们输给伊朗队却有较少的分值和较大的分差(57:70)。这表明我们和伊朗队之间的技战术实力相差较大,与约旦和黎巴嫩队的技战术实力却相差很小。所以笔者认为西亚3支球队,将是今后若干年内亚洲

对中国男篮构成主要威胁的对手。

本届亚洲男子篮球锦标赛,中国男篮这支有着身高和体重优势的队伍,在与进入前4强的西亚球队比赛中,却输掉了篮板球和内线的攻防能力。中国男篮在篮板球的总数上与西亚球队的比值为91:103,中国队虽然在身体条件上占有明显优势,但这3场球的对决,我们的篮板球总量却比西亚3支队的总量差了12个,可见中国男篮在前场篮板球上的劣势。

任何一支球队在比赛中前场篮板球的意义,就在于该队多获一次进攻机会并且可能直接得分。所以,比赛中球队若有前场篮板球的优势,外围射手的投篮信心定会增强,投篮命中率就会有所提高。而有着身高、体重优势的中国男篮在与伊朗队争夺冠军的比赛中,前场篮板球之比则为5:19,可见,中国男子篮球队在与强手的对抗过程中,不仅外线没有表现出优势,内线同样也没展示出与我们的身高、体重的优势。

在后场篮板球方面,中国男篮仅比身高处于绝对劣势的黎巴嫩队强,和身高较差的约旦队持平,但却比伊朗队差了许多。一般认为,造成这种情况的根本原因是中国球员缺乏勇猛顽强的作风,拼抢不积极,对抗能力差等。实际上,这些通常的评价仅仅只是点到其皮毛,还未深入到该问题的核心内容和关键环节去探究。

从中国男篮与伊朗男篮在亚锦赛的冠亚军争夺战中,内线队员与外线队员篮板球的统计中发现,我国青少年的篮球启蒙训练过早和过分细化的分工与专门的位置技术训练,造成内线运动员在成长过程中,因长期得不到全面的基础技术训练而动作发力普遍有些迟缓,完成技术动作的速度慢;外线队员则因长期受以内线中锋为主的战术打法约束而无意突入内线去锤炼自己的对抗能力,形成身体对抗能力较差而技术应用必然显得单调乏力的状态。所以,这样的内外结合必然使全队的技战术合力没因各位置的叠加而增大、增强,反而因其单一的位置技术在强对抗中受制、变形而使全队配合不协调、不流畅,从而削弱了团队的集体力量。所以人们在观看中国男篮(包括有姚明的中国男篮)比赛时,总觉得中国男篮打得累,比赛中既无或很少有快攻,也没有或者很少有前锋的突破,在许多重大国际赛事中似乎总是在依靠一个位(中锋位)或一个人(姚明)打球。

在中国与伊朗队的比赛中,中国男篮仅在篮板球这一环节上,就非常明显地依赖内线队员。研究显示,中国男篮内线球员和外线球员分别抢了19个和9个篮板球;而伊朗男篮的内线队员和外线队员分别抢到21个和23个篮板球;显然,中国队的内、外线篮板球差

距较大,这不仅符合中国男篮长期都是由内线包办的战术打法;同时也表明中国男篮过分依赖内线队员的技战术和为达此战术目的所采用的训练模式,但不适应现代篮球运动的发展。所以,我国这种较为落后的训练模式培养出来的球队,必然导致在高强度的国际大赛中,出现内外配合和呼应不好的局面,从而使全队无力形成点、线、面相结合的整体进攻。因此我们见到的中国男篮,在国际赛场上的比赛过程中总是(也只能是)出现单一的进攻点(也就是一人进攻,其他人看热闹的局面),这或许也是中国男篮在这次亚锦赛乃至过去的许多重大国际赛事中输球的主要原因。

## 2 从部分核心技术指标看中国男篮的不足

参加东亚运动会篮球赛事的中国男篮二队,是由我国CBA赛场上各路优秀选手,经国家体育总局篮管中心专家严格筛选,择优组建而成的另一支国字号队伍。同样,这次赴赛东亚运动会的韩国男篮,也是一支由该国军人和大学生临时拼凑起来的二线队伍。

统计可知,韩国运动员在比赛中运用技战术的效果非常好,全场抢断高达11次、助攻高达16次;然而与中国队相比,这支身高较差的韩国男篮,抢获篮板球的数量仅比中国队少了4次;他们积极主动的攻击性防守,仅给他们带来比中国队多1次犯规的记录<sup>[2]</sup>。这些数据反映出韩国男篮这支二线队伍不仅打出了一线队伍的气势,而且还让中国男篮出现大比分输球的结果!相比之下中国球员在比赛中运用技战术的效果却非常的差,全场仅有1次抢断、5次助攻,高达24次的失误比韩国多13次。

稍有篮球运动知识的人都知道:“抢断”反映出球队积极防守的质量,“助攻”表现了各位置间相互配合的流畅程度,“失误”显现出球队进攻效能的低下。业界已有这样的共识,造成篮球比赛过程中,球队进攻失误指标居高不下的原因:一是对手防守技战术高你一筹;二是本队进攻技战术质量低劣。如果我们要说中国球员在比赛场上的单个技术不如人,恐怕业界很多人(包括笔者)都不会完全同意。但中国男篮的位置技术发展极不平衡,却是一个不争的事实。其中不仅包含了内外配合的不平衡、前后配合的不平衡、左右配合的不平衡,就是相邻位置之间的技术衔接和战术配合也不平衡、不流畅,这样必然致使球队的整体技战术执行力锐减。

## 3 “团队”和“集体”是现代“竞技”篮球的科学注脚

从我国男篮参与世界大赛的一些赛事记录和技术

指标统计来看,我国男篮的得分确实过分依赖内线,而且特别偏重于通过中锋在内线站位后接外线来球死扛硬打,很少有外线队员通过突破、穿插、遛底、切入攻进内线得分的情况。

篮球战术的基本理论认为:一次进攻过程中,进攻人离篮筐越近,投篮中的可能性越大。20世纪50年代,我国就曾进行过篮球运动发展模式的讨论,最终认为培养具有高空威慑力的高大中锋是我国篮球运动发展的出路。随着篮球技战术理论与实践的发展,高大、灵活的中锋在一次攻防过程中的作用越来越显示出其非凡的意义<sup>[1]</sup>。

但是,笔者认为:现代篮球的发展已经突破了一个位置或一个明星球员操纵整个赛场的局面。事实上,一个位置上的明星球员,可能在决定胜负的关键时刻或关键球上有巨大作用而成为“关键先生”;一个位置上的明星球员也可能在全队战术方案的设计与实施上成为“灵魂”人物;但他绝不可能包办一支球队在赛场上的一切,成为整场比赛的独斗英雄。

纵观 NBA 赛场的赛事发展,20世纪90年代初,当乔丹从单打独斗、追求个人得分向着攻守兼备与全面组织的方向发展后,因为乔丹的超人才能将罗德曼、皮蓬等个人能力较强的球员组合成为一支梦幻球队。乔丹的成熟不仅使“公牛队”无人能敌,也把 NBA 赛场上的“摔跤似篮球”变成了依靠内外结合、多人配合的智慧篮球,同时他也因此名扬天下。“公牛队”就是因为乔丹和他的同伴们内外结合,平衡、协调、自然发展成为 NBA 在 90 年代的领头羊。

2003 年“活塞”王朝的成功,完美展示了篮球的团队魅力与集体力量。他们平衡、匹配的各个位置聚合成为全队的力量,使这支没有一个球星的队伍突然变成了明星球队,他们全攻全守的技战术打法不仅使他们夺得 NBA 的年度总冠军,更使其主力阵容荣升为被世人称道的球星。

这些年在国际赛场上出尽风头的西班牙、阿根廷、希腊等国家男篮,无一不是注重内外结合、注重各个位置平衡发展、以多点进攻得分和整体防守的集体力量来称雄世界男子篮球赛场的。

2009~2010 年 NBA 联赛中凯尔特人队就是典型的具有各个位置平衡发展、内外线结合良好、善于发挥团队力量的球队。他们能在东部决赛中打败夺冠呼声极高,由“小皇帝”领衔的骑士队进入 NBA 联盟年度总决赛,就是他们重视位置匹配、平衡发展团队的完美证明。虽然他们最后在总决赛第 7 场以微弱分差输给湖人队,但对手主将科比赛后答记者问时说:这是他此生获得最艰苦的总冠军。这句话含义深刻,是获

胜队核心球员科比对“绿衫军”充满敬意的评价。

#### 4 亟待解决的主要问题

中国男子篮球队在世界大赛中的得分偏重于内线,特别偏重通过中锋落位后接外线来球在内线死扛的战术打法。这种战术打法从穆铁柱时期到现在的姚明时代都没有多大的质的变化。虽然,姚明当前的个人攻防能力超过了当年的穆铁柱,但现役国家队的外线队员却缺少了当年中国人(指吴忻水、孙凤武、王非等分别领衔的时代)犀利的突破和准确中远投篮的风采与霸气。不仅如此,在目前世界各类篮球赛事活动中,我们很少能看到现役国家队的前锋或后卫球员,通过中锋获得的篮板球直接、适时、流畅发动的快攻得分;更少见在赛场上(如西班牙年轻球员——卢比奥)以个人技术能力独当一面的突破得分。

追溯 20 世纪 70~80 年代,中国男篮有了高大的中锋——穆铁柱,但围绕他的战术方法却是一招一式的进攻和缩回篮下防守的打法。其间因队伍各位置和中锋位置的发展不平衡、不匹配,不仅埋没了速度快、技术优秀的原国家队各届优秀后卫和前锋,这种情况还使中国男篮的几代人长期处于一种难言的尴尬。

同样是 20 世纪 90 年代中后期,我国男篮“三大中锋”相继出现,使我国男篮的内线实力大增,特别是三大中锋技战术风格逐渐趋于成熟与互补后,中国男篮的内线实力也从单一优势转化为组成全队整体技战术优势的基础。NBA 赛场和在(北京)奥运会,姚明的表现已经证明中国男篮在国际大赛中有了可向欧美强队“叫板”的内线攻防能力,这也足以说明我国男篮的中锋能力和内线潜力已被世界篮坛所认可。但是,我们却不得不问,中国队有可向欧美男篮强队叫板的前锋和后卫吗?正由于我们非常弱势的后卫与前锋,让已有三大中锋的中国男篮至今也没能取得长足的进步(比世界大赛前 8 名更好的比赛名次)。

早在北京奥运会前的 2006 年(日本)世界男篮锦标赛上,时任国际篮联主席程万琪先生在比赛前 4 强队伍刚浮出水面时就曾评价说:本届男篮世锦赛的 4 强队伍,美国队的个人能力最强但美国队最弱(最后仅获本届世锦赛第 3 名),原因是美国队的整体能力最糟糕<sup>[4]</sup>。

他还认为,在世界篮球锦标赛这些强调整体作战能力的高水平赛事中,个人的作用正在被进一步缩小,整体观念和整体能力是一支球队最重要的核心元素。目前的欧洲篮球,很好地做到了在充分认同自己传统价值(整体篮球)理念的基础上吸收现代篮球的精华,最终导致他们在世界篮球大赛上有多支队伍、多次击败狂妄的美国男子篮球队,成为世界篮球冠军<sup>[4]</sup>。

自中国男篮的三大中锋问世并相继入主 NBA 以来,中国篮球进入了一个全新的时代。但中国男篮却没有因此在世界大赛中获得比前 8 名更好的竞赛成绩,也没给中国男子篮球的整体竞技水平带来国人所希望的进步。

结合以上比较分析,笔者认为:三大中锋出现的这个时代,有 2 个非常明显的特征决定了中国男篮这些年的发展走向。

其一、当今虽然美国至今还在拖延对中国完全市场经济地位的承认,但代表美国主流文化元素的 NBA 却丝毫没有避讳他们垂青于对中国篮球市场的开发。在中国三大中锋出现的时候,他们更是加速了对中国乃至亚洲篮球产业市场的开发行动。美国人开发篮球市场的行动在给中国乃至世界篮球产业市场注入较大商业活力的同时,更给 NBA 联盟自身和善用炒作来追求收视率的现代传媒业带来了极大的经济利益。在这里,我们应该看到 NBA 在给我国的竞技性篮球训练带来许多可以借鉴的经验的同时,其个性张扬的美式篮球也让我们的后备力量(青少年)在追求篮球技战术基础能力的提高上,普遍多了一些趋于以个性发展为主的偏颇,使目前代表我国竞技篮球最高运动水平的队伍普遍缺乏整体观念和整体作战的能力。

所以像 NBA 这类典型的异国文化大量进入中国本土的时候,东西方文明和文化的冲突不可避免,反映在国内篮球运动的发展上就是我们要了市场、丢了基础(基层训练体系的崩塌),使我国的篮球基础训练越来越薄弱,但各类篮球赛事活动的商业味道却越来越浓厚。

其二、目前,我国男篮忽视了对欧洲篮球整体发展理念的借鉴,专注模仿张扬个性、培养球星的美国篮球;在追求大型化训练的同时却丢弃了“快、灵、准、变”等本应属于我们的传统打法,使得我国现有的国家男子篮球队再也没有自己的风格可言了。

所以,笔者斗胆谏言:这一时代并没让中国男子篮球的技、战术发展和竞技能力的提高,跟上世界篮

球“整体”发展的步伐,也没有让中国男子篮球的技战术能力产生变革性的升华。这或许就是目前拥有世界级中锋的中国男篮,在许多国际大赛中给欠理性的中国球迷和业界人士假“强大”的真实原因。

当今世界(包括 NBA)篮球赛场上,有这样两类球队不易获得最后胜利。一类是以 NBA 东部“骑士”为代表的球队,总是在依靠“小皇帝”詹姆斯一人打球,这类队伍虽然走得远,但这些年总是没走出东部(东部冠军);二类是拥有姚明的中国队,是最为典型的依靠一个位(中锋位)打球的队伍,这类队伍虽然在国际赛场上能走几步,但永远走不远。

由于篮球运动自身的发展规律特别讲究团队和集体的力量,因此我们在造就一支国家篮球队的时候,首先就应该考虑怎样去做好各个位置平衡发展的工作。事实上,目前的中国男篮不仅没有做好其他位置与中锋位置的同步、平衡发展,反而因其在战术打法上习惯性地依赖内线的独头作用而削弱了其他位置的能力发展,最终导致队伍的整体作战能力滑落到今天这样的窘境,所以才会接连出现中国男篮在亚锦赛与东亚运动会上的失利。

#### 参考文献:

- [1] 中国男篮与西亚三强运动员身高、体重数据一览表[DB/CD]. 2009-08-16[2010-3-28]. [http://cba.sports.sina.com.cn/look\\_scores.php?m\\_id=3472](http://cba.sports.sina.com.cn/look_scores.php?m_id=3472).
- [2] 东亚运动会中韩男篮赛事核心技术运用效果对比统计表[DB/CD]. 2009-12-10[2010-3-20]. [http://cba.sports.sina.com.cn/look\\_scores.php?m\\_id=3478](http://cba.sports.sina.com.cn/look_scores.php?m_id=3478).
- [3] 袁明莲,郑尚武. 对中国男篮近期发展和训练的理性思考[J]. 北京体育大学学报, 2002, 25(增刊): 192-195.
- [4] 王秀平. 中国篮球文化建设的哲学思考[G]//第二届中国篮球文化论坛专辑. 苏州:苏州大学体育学院, 2007: 95.