

三人制篮球世界杯男篮攻防技战术特点分析

Research on Characteristics of Offensive and Defensive Tactics of Men's Basketball in the Three – player World Cup

张国林

ZHANG Guo – lin

摘 要:为了提升我国男子三人制篮球竞技水平,运用文献资料、录像观察和数理统计等方法,对2017、2018和2019年三届三人制篮球世界杯半决赛和决赛共9场比赛进行研究。研究表明:在进攻技战术方面:球员较多采用交叉步突破,运球投篮是运用次数最多的投篮方式,双手头上传球具有稳定性好和失误少的特点,球员利用身高优势更容易获得进攻篮板球,进攻队伍经常运用掩护配合战术;在防守技战术方面:球员补防更容易产生封盖,对传球路线进行抢断成功率最高,运用抢位技术更易获得防守篮板球,换防是防守队伍运用次数最多的配合战术。建议:(1)加强体能科学化训练,提升突破技术能力,熟练掌握各种投篮技巧,减少传球失误,增强争抢进攻篮板意识,熟练运用多种进攻基础配合;(2)提升防守移动脚步速度,加强团队之间防守配合,及时做到换防、补防和协防,提高自身封盖和抢断能力,增强保护防守篮板意识。

关键词:三人制篮球;世界杯;男篮;攻防战术

中图分类号:G808 **文献标识码:**A

文章编号:1008 – 2808(2020)05 – 0086 – 06

Abstract:In order to improve the competitive level of my country's men's three – player basketball, a total of 9 games in the 2017, 2018 and 2019 three – player basketball World Cup semi – finals and finals were studied using literature, video observation and mathematical statistics. The research results show that: in terms of offensive skills and tactics: more players use cross – step breakthroughs, dribbling shots are the most frequently used shooting method, and two – handed heading has the characteristics of good stability and fewer turnovers. Players use their height advantage to obtain more easily Offensive rebounds, offensive teams often use screens and tactics; in terms of defensive skills and tactics: players are more likely to block off defenses, and have the highest success rate of steals on passing routes. Using grab technology is easier to get defensive rebounds. Changing defense is defensive. The team's most frequently used coordination tactics. Suggestions: (1) Strengthen scientific physical training, improve breakthrough technical ability, master various shooting skills, reduce passing errors, enhance the awareness of fighting for offensive rebounds, and skillfully use multiple offensive basic coordination; (2) improve defensive movement Speed, strengthen defensive cooperation between teams, change defenses, supplement defenses and assist defenses in a timely manner, improve their own blocking and stealing capabilities, and enhance the awareness of protecting defensive rebounds.

Key words:Three – player basketball; World Cup; men's basketball; Offensive and defensive tactics

收稿日期:2020 – 04 – 15;修回日期:2020 – 08 – 17

作者简介:张国林(1962 –),男,教授,学士,研究方向为体育教学与训练。

作者单位:武夷学院 公共体育教学部,福建 武夷山 354300

2019 年,在荷兰阿姆斯特丹举行的三人制篮球世界杯,中国男队四战全败,在 20 支参赛队中排名第 19 位,创下参与该赛事的最差纪录。国际篮联举办的三人制篮球世界杯是三人制篮球运动最高水平赛事,该项赛事于 2012 年开始举办,自 2016 年之后,每年举办一届。2017 年 6 月 10 日,国际奥委会宣布从东京奥运会开始,三人制篮球成为奥运会正式比赛项目。三人制篮球是根据篮球中街球运动形式,从五人制篮球运动衍生出的一种新颖的篮球运动形式^[1]。经过多年的发展,拥有深厚的群众基础,在国际篮联主导下及参考五人制篮球规则,三人制篮球在赛事场地、规则和体制方面都形成了完整的体系。与五人制篮球运动相比,三人制篮球进攻时间更短,场地更小,攻防转换节奏更快,这就为球队攻防两端提出了更高的要求,球队的进攻和防守战术显得格外重要^[2]。随着世界篮球运动的快速发展,呈现出了速度篮球、强度篮球、团队篮球和模糊篮球,这意味着篮球运动员技术水平更加全面,这样才能更有机会获得比赛胜利^[3]。本文以近三届三人制篮球世界杯男子组半决赛和决赛为研究对象,反复比赛录像,统计各支球队及球员在进攻端和防守端的各项技术数据指标,试图找出世界强队在比赛中运用的进攻和防守技战术特点及规律,从而根据中国三人制男篮实际情况,加强攻防技战术训练,提升运动员竞技水平,为我国三人制男子篮球科学训练提出参考和借鉴,争取在 2021 年东京奥运会取得好成绩。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

以 2017、2018 和 2019 年三届三人制篮球世界杯半决赛和决赛,共 9 场比赛为研究对象(见表 1)。

表 1 2017、2018 和 2019 年三人制篮球世界杯 半决赛和决赛一览表			
时间	比赛名称	半决赛	决赛
2017 年 6 月	第三届三人 篮球世界杯	塞尔维亚 VS 法国 斯洛文尼亚 VS 荷兰	塞尔维亚 VS 荷兰
2018 年 6 月	第四届三人 篮球世界杯	塞尔维亚 VS 波兰 斯洛文尼亚 VS 荷兰	塞尔维亚 VS 荷兰
2019 年 6 月	第五届三人 篮球世界杯	美国 VS 波兰 塞尔维亚 VS 拉脱维亚	美国 VS 拉脱维亚

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法 登陆中国知网,以“三人制”“篮球”“世界杯”为关键词,检索相关文献,围绕研

究内容,收集相关资料,并进行整理和分析。
1.2.2 录像观察法 观看 2017、2018 和 2019 年三届三人篮球世界杯半决赛和决赛 9 场比赛比赛录像。
1.2.3 数理统计法 将球队及球员运用技战术的数据输入 SPSS 22.0 软件,对数据进行分析、归纳和总结。

2 结果与分析

2.1 三人制篮球世界杯男篮进攻技战术特点

2.1.1 突破 由于三人制篮球比赛在半场进行,其规则规定每个进攻回合开始都是从递交球开始,进攻方可以采取传球、投篮和突破等进攻方式直接发起进攻。有效地突破不仅可以摆脱防守队员获得接近篮筐的机会,而且吸引更多的防守队员进行协防或补防,这样持球人能为自己的队友创造更多的空间,从而完成投篮或上篮^[4]。从表 2 中可以看出,三人制篮球世界杯男篮突破技术交叉步 16 次,占比 50.00%;顺步 10 次,占比 31.25%;变向 5 次,占比 15.60%;转身 1 次,占比 3.12%。通过反复观看比赛录像可以发现,球员运用交叉步突破方式次数最多,持球人结合虚晃和假动作更容易使防守者失去防守重心,利用速度快速摆脱防守队员,抢占进攻先机;顺步突破是球员较为常用的突破方式,其特点速度快,持球人运用脚步可以更好地摆脱防守队员。变向突破是球员较少运用的突破方式,这需要进攻者拥有较大的空间,利用身体的摆动,通过加速度摆脱对手。转身是球员运用最少的突破方式,这种突破方式常用于内线低位背筐单打,但由于三人制篮球比赛中这种低位单打较少,因此,这种突破方式也非常少见。

表 2 三人制篮球世界杯男篮突破战术统计		
突破方式	次数	占比(%)
交叉步	16	50.00
顺步	10	31.25
变向	5	15.60
转身	1	3.12
总计	32	100

2.1.2 投篮 篮球比赛结果是由分数决定,而获得分数的唯一方式便是投篮,在比赛中,投篮技术运用是否恰当,对比赛结果产生重要影响。从表 3 中可以看出,三人制篮球世界杯投篮方式运球投篮 60 次,占比 33.9%;接球投篮 54 次,占比 30.5%;

突破上篮 50 次,占比 28.2%;勾手投篮 8 次,占比 4.5%;补篮 4 次,占比 2.26%;扣篮 1 次,占比 0.56%。通过反复观看比赛录像发现,运球投篮是球员在三人制篮球比赛中较为常见的投篮方式。由于三人制篮球得分特殊规则,在快速攻防转换过程中,面对防守者的严守死守和进攻时间的限制,进攻方会进行基础配合,大多时候,持球人在行进间运球,创造空间,完成投篮。其次是接球投篮,三人制篮球在半场发动进攻,空间较大,进攻方会利用场地的宽度,进行突破传球,摧毁防守方防守体系,经过不断的转移球,创造出空位机会,进攻队员完成接球投篮。突破上篮是不太常用的投篮方式,这是因为内线防守队员较多,进攻方进行突破上篮时,会有其他的防守队员进行协防,干扰进攻队员,从而使进攻队员很少有上篮的好机会^[5]。勾手投篮、补篮和扣篮是最不常见的投篮方式,勾手投篮经常用于低位单打,补篮是抓住防守的漏洞,扣篮需要更好的空间和时机,阻碍上述三种投篮方式的因素是油漆区内人数较多,空间较小,不利于做出这些投篮动作。

表 3 三人制篮球世界杯男篮投篮统计		
投篮方式	次数	占比(%)
接球投篮	54	30.5
运球投篮	60	33.9
突破上篮	50	28.2
勾手投篮	8	4.5
扣篮	1	0.56
补篮	4	2.26
总计	177	100

2.1.3 传球 在三人制篮球比赛中,传球主要是以转移球和助攻为目的,通过不断的传导球,创造投篮机会。从表 4 中可以看出,三人制篮球世界杯男篮传球技术方式双手头上传球 68 次,占比 32.4%;双手胸前传球 50 次,占比 23.8%;双手击地传球 44 次,占比 21.0%;双手低手传球 20 次,占比 9.5%;单手运球传球 15 次,占比 7.1%;单手击球传球 10 次,占比 4.8%;单手背后传球 3 次,占比 1.4%。通过反复观看比赛录像发现,双手头上传球、双手击地传球和双手胸前传球速度快,稳定性好,失误较少,因此,进攻方运用这些传球技术最多。但双手击地传球和双手胸前传球大多数始于比赛的首回合,防守方给予的防守压力不足,因

此这种传球多具有过渡性战术意义,在激烈的比赛对抗中运用较少。双手低手传球多发生于死球或防守方给予较大的防守压力时,为了提高传球质量,球员保护球顺利传递给队友,常常采用这种传球方式。单手运球传球难度较大,但面对防守方压力时,持球人能够迅速出球,破坏防守者的防守意图。单手击地传球和单手背后传球运用较少,这种传球方式动作难度较大,技术要求比较高,一些进攻队员常常因为技术水平和传球意识不足,容易发生失误,失去进攻的机会。但这种传球方式出球快,如果持球人运用得当,往往会收到意想不到的效果。

表 4 三人制篮球世界杯男篮传球统计		
传球技术	次数	占比(%)
双手击地传球	44	21.0
双手胸前传球	50	23.8
双手低手传球	20	9.5
双手头上传球	68	32.4
单手击地传球	10	4.8
单手运球传球	15	7.1
单手背后传球	3	1.4
总计	210	100

2.1.4 进攻篮板 获得进攻篮板意味着拥有二次进攻机会,增加得分机率,提升队伍士气,对防守方制造更多防守压力。从表 5 中可以看出,三人制篮球世界杯男篮进攻篮板技术方式运用高度优势 32 次,占比 32.7%;自由落点 26 次,占比 26.5%;冲抢 24 次,占比 24.5%;点拨 10 次,占比 10.2%;抢位 6 次,占比 6.1%。通过反复观看比赛录像发现,由于三人制篮球特殊规则,进攻方投篮之后,双方球员就会积极涌入篮下。若投篮不中,拼抢进攻篮板,获得二次进攻机会;或投篮命中,则会干扰防守方迅速发动进攻的机会。球员利用高度优势获得进攻篮板是次数较多的方式,在拥有绝对身高优势时,争抢篮板球变得更加容易。其次是自由落点和冲抢方式,由于在比赛中中远投次数较多,当投篮不中时,球的反弹次数多,球的自由落点往往是不规则的,往往会弹出篮下禁区之外的地方,使进攻队员可以轻易地获得进攻篮板。点拨获得进攻篮板球是基于篮下球员较多,虽然进攻队员获得较好的抢篮板位置,但不能完全控制篮板球时,会采取这种方式将球打出,使同伴队员在外围进行接

应。抢位是获得进攻篮板球机率较少的方式,这是由于防守队员会提前站好位置,进攻队员无法争取到有利的争抢篮板球的位置,因此,往往不能获得进攻篮板球。

表 5 三人制篮球世界杯男篮进攻篮板统计		
进攻篮板技术	次数	占比(%)
冲抢	24	24.5
抢位	6	6.1
高度优势	32	32.7
自由落点	26	26.5
点拨	10	10.2
总计	98	100

2.1.5 进攻 进攻队伍运用合理的进攻战术能够冲破防守队伍的防守体系,从而达到夺取比赛胜利的目的^[6]。从表 6 中可以看出,三人制篮球世界杯男篮进攻战术方式掩护配合 34 次,占比 27.9%;突发配合 32 次,占比 26.2%;传切配合 28 次,占比 23.0%;策应配合 16 次,占比 13.1%;个人单打 12 次,占比 9.8%。通过反复观看比赛录像可以发现,由于三人制篮球参与人数少,场地空间面积较大,进攻队伍通常会采取小范围的掩护配合,这样能够在一定的空间内创造出投篮或空位的机会,其是一种简单有效的进攻战术配合,进攻队伍常常运用这种进攻战术配合。通常进攻队伍在进行掩护配合后,没有找到合适的机会,持球人便会运用自身的突破技术寻求摆脱防守人,完成突分配合,再找到弱侧或空位的队友,完成进攻。传切配合是较为基础的进攻配合,但在三人制篮球比赛中,运用较多,进攻队伍持球人找到无球队友的空位,然后完成直接上篮或投篮,这种配合需要无球队友的跑动位置精确,有时候需要同伴队友的无球掩护,持球人也需要找准时机,快速出球,完成传切配合^[7]。有时候防守人盯紧,这样的配合即使能完成,但没有获得有效的上篮或投篮的机会。策应配合往往是由内线中锋球员发起,且队友需要无球移动、掩护、反跑或空切,这对队友的跑动位置和中锋传球时机要求较高,因此,策应配合战术运用较少。个人单打是最少运用的进攻战术,这往往发生于经过多种基础配合后,仍然找不到合适的投篮机会,由于时间的限制,持球人发动最后一攻,但这种进攻战术成功率较低,因此并不常用。

表 6 三人制篮球世界杯男篮进攻统计		
进攻战术配合	次数	占比(%)
突分配合	32	26.2
传切配合	28	23.0
掩护配合	34	27.9
策应配合	16	13.1
个人单打	12	9.8
总计	122	100

2.2 三人制篮球世界杯男子防守技战术特点

2.2.1 封盖 球员盖帽能力能够提高球队的防守强度,提升球队士气,给进攻球员带来压力,是衡量球队防守能力的一个重要指标^[8]。表 7 可以看出,三人制篮球世界杯男篮封盖方式补防 6 次,占比 60.0%;换防 10 次,占比 30.0%;个人 1 次,占比 10.0%。通过反复观看比赛录像可以发现,在三人制篮球比赛中,由于场地和人数的限制,球员很难获得一对一的单防机会,且在突破或投篮的过程中,多数人都挤在油漆区内,协防和补防速度较快,这也造成了一对一个人封盖次数较少。另外,三人制篮球运动员的日常训练多集中于半场,在防守端更强调于身体对抗,干扰对手传球路线,重视移动脚步速度,加强补防、协防和换防能力,对封盖系统训练较少。

表 7 三人制篮球世界杯男篮封盖统计		
封盖方式	次数	占比(%)
个人	1	10.0
补防	6	60.0
换防	3	30.0
总计	10	100

2.2.2 抢断 抢断是篮球比赛中衡量一支球队防守强弱的重要指标,成功的抢断不仅能提升队员的士气,破坏对手的进攻,且能够为自己增加进攻的机会^[9]。从表 8 中可以看出,三人制篮球世界杯男篮抢断方式传球路线抢断 8 次,占比 57.1%;直接抢断 4 次,占比 28.6%;对手失误 2 次,占比 14.3%。通过反复观看比赛录像可以发现,鉴于三人制篮球场和时间规则的限制,给予了进攻方必须在规定的时间内发起进攻完成投篮。在进攻方发起攻击时,双方球员不断地移动,参与进攻和防守的人数不断增多,这就使进攻方的传球空间中越来越狭小,稍加不注意,防守方就很容易地判断出

进攻方传球的意图,形成抢断,这也是为什么传球路线抢断排在第一位。同时,三人制篮球有两名裁判,在快速的攻防转换中,裁判会有自己的执裁盲区,并且为了不打断整个比赛的节奏,在对各种抢断的吹罚方面较为宽松,所以,在三人制篮球比赛中抢断的次数较多。

表 8 三人制篮球世界杯男篮抢断技术统计		
抢断方式	次数	占比(%)
直接抢断	4	28.6
传球路线抢断	8	57.1
对手失误	2	14.3
总计	14	100

2.2.3 防守篮板 由于三人制篮球特殊的规则,球队在获得防守篮板后,须将球运到三分线外,直接从防守方转变为进攻方,因此,保护好防守篮板不仅能够阻止对手二次进攻机会,避免失分,而且在获得防守篮板后,快速地将球传出三分线之外,直接发动进攻,增加得分机会。表 9 可以看出,三人制篮球世界杯男篮防守篮板获得方式抢位 17 次,占比 53.1%;高度优势 8 次,占比 25.0%;点拨 5 次,占比 15.6%;自由落点 2 次,占比 6.3%。通过反复观看比赛录像发现,在三人制篮球比赛中,球员拼抢防守篮板欲望较强,这是因为防守方获得篮板球,可以避免失分,拥有进攻的机会;倘若进攻方获得篮板球,则可以获得二次进攻的机会,增加得分机率。所以,为了更大机率地获得防守篮板球,球员之间相互配合,通过抢占好位置及卡位方式获得防守篮板球。其次,防守球员身体高大,有利于获得防守篮板球。有时,争抢防守篮球板的人数较多,为了将球远离篮筐,防守队员有时也采取点拨的方式争抢防守篮板球。最后,当进攻队员投篮时,球的落点不受控制,有时凭借运气,找到自由落点,也能获得防守篮板球,但这样的机会较少。

表 9 三人制篮球世界杯男篮防守篮板获得方式统计		
防守篮板获得方式	次数	占比(%)
高度优势	8	25.0
点拨	5	15.6
自由落点	2	6.3
抢位	17	53.1
总计	32	100

2.2.4 防守 防守战术基础配合是组成全队防守战术的基础,只有在熟练掌握和灵活运用各种防守基础配合的基础上,才能增强全队防守战术的质量。从表 10 中可以看出,三人制篮球世界杯防守战术配合运用换防配合 55 次,占比 35.5%;协防配合 45 次,占比 29.0%;补防配合 33 次,占比 21.3%;绕过配合 12 次,占比 7.7%;挤过配合 10 次,占比 6.5%。通过反复观看比赛录像发现,受制于三人制篮球场地限制,防守方最常用防守战术配合是换防,这是由于当进攻方发动进攻时,多数会使用掩护配合,这就会使防守方进行换防配合,在较短的时间内重新完成人盯人的防守战术。其次是协防配合,当进攻方采取突破方式上篮时,距离进攻队员较近的防守队员会即时协防,有效地对进攻队员进行上篮或传球干扰。再次是补防配合,由于三人制是采取半场阵地攻防战,空间较大,较容易发生战术配合,因此,防守方会出现漏人的情况,这时就需要附近的防守队员进行补防,以阻止进攻方出现空位的机会。最后是挤过和绕过配合,当进攻方前锋或中锋与后卫进行小范围配合时,根据防守战术需要,防守方会采取挤过或绕过配合方式,重新获得人盯人的机会,破坏进攻方的进攻意图^[10]。

表 10 三人制篮球世界杯男篮防守战术配合统计		
防守战术配合	次数	占比(%)
挤过	10	6.5
绕过	12	7.7
换防	55	35.5
协防	45	29.0
补防	33	21.3
总计	155	100

3 结论与建议

3.1 结 论

(1)在进攻技战术运用方面,队员多采取交叉步突破方式,摆脱防守队员;运球投篮是三人制篮球比赛中较为常见的投篮方式;双手头上传球次数最多,其具有速度快,稳定性好和失误少特点;球员利用自身高度优势更容易获得进攻篮板球;掩护配合是进攻队伍常用的进攻战术配合。

(2)在防守技战术运用方面,快速的补防更有利于对进攻队员进行封盖;防守方常常对传球路线

抢断成功率最高;通过抢位和合理站位能够获得更多的防守篮板球;换防是防守队伍运用次数最多的配合战术。

3.2 建议

(1)加强体能科学化训练,提升球员的爆发力,利用强壮的身体,提高突破技术能力;加强投篮训练,熟练掌握各种投篮技巧;提升传球隐藏性和准确性,减少传球失误;增强争抢进攻篮板意识,抢占位置,及时移动,提升球的落点判断能力;熟练运用多种进攻基础配合,提高掩护质量,增加无球掩护和无球移动,掌握传切配合的要领,不断变换进攻配合技术,提升进攻成功率。

(2)在防守端,提升队友之间防守配合默契度,及时做到换防、补防和协防;提高自身封盖和抢断能力,提升封锁传球路线意识,增强保护防守篮板意识。最终通过团队之间的防守配合,及时卡位,抢占有利位置,提升防守移动脚步速度,来弥补身体素质 and 防守技术面的差距。

参考文献:

[1] 周冰.世界三人制篮球赛事体系研究[J]. 体育文化导刊,2014(1):89-92.
[2] 画伟.试论三对三街头篮球比赛的特点和战术打法[J]. 哈尔滨体育学院学报,2007,25(6):115-116.

[3] 王成龙,郭洪亮.国际视野下“双国家队”男篮竞技实力提升战略研究[J]. 哈尔滨体育学院学报,2019,37(1):59-64.
[4] 赖鹏飞,马红义,何劲鹏.三人制篮球世界杯制胜因素分析[J]. 中国学校体育(高等教育),2018,5(4):70-75.
[5] 许利民.篮球比赛中无球队员的进攻移动[J]. 首都体育学院学报,2017,29(6):529-536.
[6] 黄国.2016年世界三人篮球锦标赛前四名球队进攻战术运用研究[J]. 体育成人教育学报,2019,35(4):47-50.
[7] 樊申.世界大学生三对三篮球联赛传切配合分析[J]. 哈尔滨体育学院学报,2017,35(1):71-74.
[8] 曾猛.雅加达亚运会中国男篮技术指标统计分析[J]. 哈尔滨体育学院学报,2019,37(5):65-69.
[9] 张恒声.2018年FIBA3X3男篮世界杯四强队进攻战术特征研究[D]. 武汉:武汉体育学院,2019.
[10] 黄优强,周武.里约奥运会中国男篮技战术总结暨2019年篮球世界杯备战策略[J]. 北京体育大学学报,2019,42(4):127-137.

(上接第85页)

参考文献:

[1] 王成龙.国际视野下“双国家队”男篮竞技实力提升战略研究[J]. 哈尔滨体育学院学报,2019,37(1):59-64.
[2] 王守恒,都娟,宫鲁鸣,等.我国篮球项目竞技体育后备人才培养发展的战略思考[J]. 首都体育学院学报,2013,25(6):527-535.
[3] 张战毅,杨文卿.我国青少年男子篮球运动员专项体能指标的构建与评价体系研究[J]. 河南师范大学学报(自然科学版),2019,47(2):112-118.
[4] 徐豪.NCAA篮球联赛体制对我国高校篮球的启示[J]. 哈尔滨体育学院学报,2019,37

(3):92-96.
[5] 叶庭,赵一平.亚洲男子篮球锦标赛发展研究[J]. 体育文化导刊,2015(5):122.
[6] 赵益鑫.大数据在NBA联赛中的应用研究[J]. 哈尔滨体育学院学报,2018,36(6):78-82.
[7] 刘小明,王兴.世界男子篮球锦标赛发展分析[J]. 体育文化导刊,2014(5):90.
[8] 王小平,王海霞,黄松峰.逐步回归模型下中外男篮核心能力的比较研究[J]. 南京体育学院学报(自然科学版),2017(5):82-88.
[9] 王小平,王海霞,黄松峰.中国男子篮球队“双国家队”配置的耦合发展研究[J]. 南京体育学院学报(自然科学版),2017(6):81-85.