

篮球防守理念的 trends 探索

陈琪

(安徽新华学院 通识教育部,安徽 合肥 230001)

摘要:简述了篮球防守理念的含义,目前篮球防守理念呈现出如下发展趋势:对技战术相关信息进行全面获取,并对之实施细致分析,以此作为篮球防守理念实施的前提,综合多变的篮球防守应当有针对性地选择具体策略,攻击性的篮球防守则注重对防守进行精准实施。

关键词:篮球;防守理念;趋势

中图分类号:G841 **文献标识码:**A **文章编号:**1008-5092(2019)03-0096-03

在篮球运动中,攻守二者呈现出对立统一的关系,这为篮球防守理念的发展提供了内在动力。在篮球防守理念的研究中,有必要对篮球防守理念进行明确界定,在此基础上,对各时期篮球防守理念呈现出的具体特征进行分析,据此对篮球防守理念进行把握,并对篮球防守理念的发展趋势进行判断。

一、篮球防守理念概述

从广义上来看,篮球防守理念是指人们对于篮球运动所涉及的防守与相关的理性认识,以及由此形成的哲学观点和思想体系,该体系具有稳定延续的特点;从狭义上来看,篮球防守理念是指对防守作用、策略以及具体方法的相关认识,是篮球训练以及篮球比赛过程中,教练及运动员进行思维决策,制定防守战术的总体原则和具体方法的理论依据^[1]。篮球防守理念,是人脑基于篮球防守的相关理论和实践经验对防守形成的具体认识。篮球防守相应的指导思想以及各项原则均在一定程度上体现了篮球防守理念,因此可将篮球防守理念概括为:篮球防守理念是篮球比赛涉及的防守技术、战术以及临场表现等蕴含的本质规律及相应的理性认识和特征描述。

二、篮球防守理念的演变趋势

1. “攻守对立统一”语境下的篮球防守理念

在篮球运动中,攻守对立统一,进攻占据主导

地位,防守占据基础地位,攻守二者互为条件。若根据这一观点进行深入思考,可知篮球进攻发挥着始动作用,在篮球竞技中,实施进攻的一方,在每回合具体的规定时间,要主动实施进攻,早期进攻在一定程度上会采用拖延战术,但从整体上看,仍具有明确的始动逻辑。防守则发挥着扰动对手的作用,即在篮球竞技中,防守的一方要始终对对手的进攻进行干扰、阻碍和有效破坏^[2]。同时,攻守双方各自的临场表现取决于双方具备的竞技能力以及制定的临场决策。攻守对立统一,促进了篮球防守理念的不断发展。在1920年到1940年间,篮球行进间技术形成,初步构建了篮球现代防守体系;在1940年到1970年间,篮球快攻战术形成并得到广泛应用,促进了全场紧逼战术的良好发展。

篮球技战术大致经历了如下三个阶段的发展历程:(1)自然发展。该阶段,篮球技战术以及篮球规则不断对新元素进行添加,促进了篮球比赛结构的不断完善。例如,与站立式进攻相比较,连续运球以及跳投即是篮球运动添加的新元素。在初步创建篮球现代防守体系的时期,越区防守以及比赛规则中对时间条款进行增设,即为现代篮球的重要内容。(2)整合发展。在该阶段,基本具备了篮球技战术以及相关规则元素,篮球攻防均趋于系统化整合。在篮球进攻上体现为高快结合以及能里能外,在篮球防守上,则体现为防守集

体性、主动性以及灵活性的整合^[3]。(3)创新发展。在该阶段,篮球攻防对抗战术相关理念不断创新并实现了巨大突破。以往篮球攻防理念,遵循循序渐进的原则,该阶段出现的移动进攻则实现了篮球攻防思想的跳跃,并逐步形成了具有综合多变特点的攻击性篮球防守理念,即以人为主,将篮球作为竞技运动中心,全面兼顾人、篮球、防区和时间,并遵循先发制人的原则,实施主动出击^[4]。这从根本上对篮球防守具备的扰动作用赋予了全新内涵。

从篮球防守理念呈现出的演变趋势来看,篮球防守由原始防守过渡到早期的消极防守阶段,由以人为主过渡到以球为主,最终实现“以人为主”与“将篮球作为防守中心”两类理念的有机结合,实现了篮球防守理念的巨大飞跃。

2. 具有综合多变特点的篮球攻击性防守理念

当前,篮球运动形成了具有综合多变特点的攻击性篮球防守理念。“攻击性”体现了篮球防守的目的,“综合多变”是指采用综合多变的篮球策略以及具体行动实现攻击性的防守。此类篮球防守理念注重在篮球竞技中秉承“先发制人”的原则实施主动出击,借助压迫防守、侵略防守以及破坏防守逼迫对手处于被动地位或者出现技术失误,为己方实现防守反击提供必要的条件。此类篮球防守理念将全新内涵赋予了防守扰动,即可实施主动出击实现良好的防守扰动,在此过程中,能释放巨大的防守效用。

综合的防守手段,体现了“以人为主”和“将篮球作为防守中心”两类理念的有机融合。在篮球竞技中,随着运动员和篮球的不断运动,比赛态势瞬息万变,篮球防守呈现出的矛盾焦点也在随时发生转化,有时需重点防球,有时则需重点防人,片面强调对篮球施加压力,或者片面强调对防守对象进行控制,二者均有失偏颇。篮球防守要紧扣比赛呈现出的状态转移,据此确定怎样对防守对象进行有效控制,并强化进攻倾向预判,实现对对手进攻的有效抑制^[5]。

侵略性较强的个体防守在对防守对象形成有力压制的同时,能扩大篮球防守区域,但会增加防守犯规的实际次数,并导致防守过程出现疏漏等,在这种情况下,同伴能否实施良好的主动协防、补防、夹击、轮转对于篮球防守的总体效果具有至关重要的影响。只有大幅度提高集体防守的主动性,才能充分兼顾防守,并高效有序地实施轮转换

位,及时到位地协防补防,并能有效保障个体防守具备较强的侵略性。要对防守战术的具体形式进行综合运用,或者对不同防守战术具体形式进行混合使用,在全程各个区域,对防守战术进行合理搭配,体现篮球防守的综合性。

三、篮球防守理念的发展趋势

1. 社会变迁对篮球技战术发展的影响

篮球运动发展之初,美国涌入了大量的欧洲移民,新教徒数量增多,在此背景下,各类竞技运动被发明出来。其中,篮球运动实现了对奔跑、投掷以及跳跃等各项动作的综合,且具有多样化的攻守竞技特点,能为人们带来愉悦的身心享受,深受人们青睐。20世纪,美国实现了工业化以及城市化的快速发展,在罗斯福新政影响下,美国发展垄断资本主义,促进经济实现了腾飞,中产阶级随之崛起。随之美国职业篮球联盟出现,竞技篮球实现了产业化发展,市场潜力以及预期利润对竞技篮球提出的要求更高,从社会基础的层面有效促进了篮球攻防体系的发展和繁荣。在20世纪末21世纪初,在全球化影响下,篮球技战术逐渐趋于融合,不同流派的篮球技战术相互沟通交流和借鉴,促进了篮球攻防体系的创新。因此我们要结合历史文化的背景,全面地看待篮球技战术以及攻防体系的发展。

2. 篮球防守理念在新时期的创新发展

信息技术手段在篮球领域的广泛应用,使篮球技战术相关信息的获取以及分析实现了巨大的突破,临场观察日益深入,且细致程度逐步加强。在信息技术影响下,人们深刻认识到良好有效的防守要基于对对手的深入分析。当前,篮球防守理念不仅总结提炼了相关理论,还涉及实战技术设计。

对信息进行获取分析,能有效促进篮球防守理念趋于完善。(1)能大幅度提高篮球防守博弈具体策略的针对性选择。对博弈策略进行选择,要对相关情报进行准确细致的收集,并对之进行科学分析,对于个体防守对象,要对其技战术具体特点以及临场表现呈现出的相关习惯进行洞悉,对其能力优势进行有效抑制;在整队防守上,要对对手实力进行公正准确的评价,深入了解其进攻偏好,在此基础上,有针对性地选择相应策略^[6]。例如,若对方中锋欠缺较强的罚球技术,可采用“砍鲨战术”对其进攻威力进行限制;若对手倾向

于采用实挡,在实施防守挡拆时,要果断有效地采用延误战术等。(2)有效强化精准的防守实施。现代篮球防守的核心理念,在于秉承“先发制人”的原则实施主动出击,这就要求篮球防守具有准确的指向,通过实施精准打击增强篮球防守的有效性^[7]。

综上所述,攻防对立统一促进了篮球防守理

念的不断演变,并影响了篮球防守理念的发展趋势。从总体上看,篮球防守理念经历了自然发展、整合发展以及创新发展三个阶段。现代篮球防守的核心理念,在于遵循具有综合多变特点的进攻性篮球防守理念的科学指导,对篮球技战术相关信息进行全面获取和深入分析,在此基础上有针对性地选择相应策略,并强化对目标的精准打击。

参考文献:

- [1] 高长茂. 关于篮球防守理念发展趋势的思考[J]. 经营管理者, 2017(16):107-108.
- [2] 杨明胜. 关于篮球防守理念发展趋势的思考[J]. 运动, 2017(5):50-51.
- [3] 肖雷. 关于篮球防守理念发展趋势的思考[J]. 当代体育科技, 2017(33):170-170.
- [4] 常笑骞. 关于篮球防守理念发展趋势的研究[J]. 体育风尚, 2017(2):27-28.
- [5] 李思谕. 关于篮球防守理念发展趋势的思考[J]. 小作家选刊, 2017(33):30-31.
- [6] 石林. 现代世界篮球强队防守战术的分析研究[J]. 文体用品与科技, 2017, 6(6):179-180.
- [7] 刘卓. 当代竞技篮球防守战术特征分析[J]. 运动精品, 2015, 35(7):71-73.

Explore the Trend of Basketball Defense Concept

CHEN Qi

(Department of Common Course, Anhui Xinhua University, Hefei Anhui 230088, China)

Abstract: This paper briefly describes the meaning of basketball defensive concept, analyzes the trend of basketball defensive concept, in order to provide reference for basketball concept research. Basketball defensive concept presents the following trends: to obtain relevant information and tactics of comprehensively, and the implementation of the detailed analysis, as the prerequisite of the basketball defense concept implementation, comprehensive and changeable basketball defensive focus on targeted specific strategy choice, offensive basketball defense focuses on accurate implementation on defense.

Keywords: basketball; Defensive philosophy; trend

(责任编辑:李 军)