

10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2020.01.062

CBA2018—2019 赛季常规赛辽宁队 25 连胜成因分析

王 汉
(四川师范大学 体育学院,四川成都 610101)

摘 要: 本文通过对中国男子篮球职业联赛 2018—2019 赛季常规赛中辽宁队 25 连胜录像观察分析,运用文献资料法、录像观察法、数据对比和数理统计等方法,旨在从比赛结果、场上表现等实际问题出发,试剖析获得连胜的主要条件,探究其获得长连胜的主要原因,得出结论如下:1) 球队队员有良好的身体条件;2) 灵活多变的战略战术;3) 核心球员的出色发挥;4) 团队协作能强,队员意志力坚定;5) 拥有顽强拼搏的精神。
关键词: 辽宁队; 连胜; 分析

辽宁队是中国篮球传统强队之一,其前身辽宁省篮球队曾 4 次获得全国联赛冠军。1995 年加入 CBA 后,获得过 6 次亚军,于 2017—2018 赛季问鼎 CBA 联赛总冠军。在 2018—2019 赛季常规赛开赛后,从 11 月 16 日对阵广州队开始创造了球队历史上最长的 25 连胜,打破了 2014—2015 赛季常规赛开赛的 17 连胜,以及 2015—2016 赛季常规赛收官的 17 连胜。取得这样的战绩令人感到振奋与不可思议,但这不是偶然的结果,事实的背后存在着许多必然的因素。本文将对其连胜有原因进行分析,从而为今后的篮球训练及比赛发展提供有价值的参考。

表 1 CBA2018—2019 赛季辽宁队队员基本情况

球员	位置	年龄(岁)	身高 cm	体重 kg	克莱托指数(g/cm)
高诗岩	后卫	23	185	85	459
赵继伟	后卫	25	185	80	432
贺天举	前锋	29	205	103	502
钟诚	前锋	30	206	117	568
丛明晨	前锋	24	199	84	422
刘志轩	前锋	28	197	83	421
杨鸣	后卫	34	195	85	436
郭艾伦	后卫	26	188	80	426
莱斯特·哈德森	后卫	35	190	85	447
郭旭	前锋	24	197	80	406
孙铭徽	前锋	26	206	92	447
李晓旭	前锋	29	208	105	505
卫猛	中锋	30	210	103	490
布兰登·巴斯	前锋	34	203	113	557
马壮	后卫	20	193	87	451
鄢手骐	后卫	22	190	91	479
韩德君	中锋	32	215	133	619
平均		27.7	198.3	94.5	475

注: 克莱托指数 = 体重(kg) / 身高(cm) × 1000

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

CBA2018—2019 赛季常规赛辽宁队 25 场连胜比赛。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

通过阅读期刊文章、报刊、杂志以及网络搜索等方法获取辽宁队 25 连胜相关资料。比赛技术统计数据来自中国篮球协会官方网站。

1.2.2 数据统计法

采用统计学方法对比赛的临场数据进行整理。

1.2.3 录像观看法

观看辽宁队连胜期间 25 场比赛视频,比赛数据采用回看、慢放等手段,对比赛双方在攻防两端端的表现运用相应数据进行统计分析,为本文研究奠定准确的数据基础。

1.2.4 对比分析法

利用分析、综合、归纳、推理的方法对所搜集的资料进行处理,得出结论。

2 结果和分析

2.1 CBA2018—2019 赛季辽宁队队员基本情况分析

2.1.1 身高体重分析

通过对 CBA2018—2019 赛季辽宁队队员基本情况的统计,从表 1 中可以看到辽宁队队员的平均身高为 198.3cm,篮球是一项“巨人运动”,无论是对篮板的控制还是封盖等,有了身高才能更多具备空中的优势,这一点在 25 场连胜的数据统计中也明显的被体现出来。辽宁队队员的平均体重为 94.5kg,平均克莱托指数达到 475g/cm。克莱托指数是指每一厘米身高的体重,它能够反映出运动员的强壮程度,指数越大代表该运动员的身体越强壮^[1]。从辽宁队队员的强壮程度来看对比其他球队更为强壮,这也是帮助球队取得 25 连胜的因素之一。

2.1.2 年龄结构分析

辽宁队队员的平均年龄为 27.7 岁,年龄最大的队员为外援莱斯特·哈德森,35 岁,年龄最小的队员为年仅 20 岁的后卫马壮。可以看出辽宁队队员目前的平均年龄正处于 CBA 男篮运动员的黄金年龄段,其中为 25 场连胜贡献出主要力量的主力队员郭艾伦、高诗岩、丛明晨等都处于该年龄段。身体条件在篮球比赛中起到不可忽视的作用,队员拥有良好的身体条件的优势可以体现在拼抢、对抗、防守中。

2.1.3 明星球员因素分析

辽宁队在此连胜期间无论是强力的外援还是本土的全明星球员都有着强有力的发挥,这对辽宁队能够拿下 25 连胜起着至关重要的作用。其中两名强力外援莱斯特·哈德森和布兰登·巴斯都有很强的能力,莱斯特·哈德森有着多年的在 CBA 打球的经历,得分能力再出众,并且多次在比赛的关键时刻投进制胜球,在辽宁队 25 连胜期间,场均可以得到 27.6 分,5.1 个篮板,3.4 次助攻,2 次抢断,其中三分球命中率 39%,罚球命中率 86%,两分球投篮命中率甚至高达 65%。布兰登·巴斯有着非常强壮的身体素质,并且有着多年在 NBA 打球的经历,在辽宁 25 连胜期间场均可以得到 23.6 分,9.5 个篮板,2.2 次助攻,1.2 次封盖,其中罚球命中率 83%,两分球命中率 59%,可以制造高达 6.5 次犯规。本土两名全明星球员郭艾伦和韩德君也有着不俗的表现,郭艾伦和韩德君都入选过国家集训队,有着丰富的比赛经验,连胜期间,郭艾伦场均可以得到 22.4 分,4.8 个篮板,6.8 次助攻,2.2 次抢断,其中三分球命中率 34%,两分球命中率 58%,罚球命中率 82%,其中助攻数为全队最高,得分为本土球员最高,韩德君场均可以得到 14.3 分,10.3 个篮板,罚球命中率为 85%,两分球命中率 63%,篮板数为全队最高。四名明星球员罚球命中率全部都在 80% 以上,两分球命中率都在 55% 以上,高效稳定的

作者简介: 王 汉(1995—),男,四川成都人,四川师范大学体育学院硕士研究生。研究方向: 篮球教学。

发挥也是取得 25 连胜的重要因素之一。

2.2 辽宁队 25 连胜期间进攻数据分析

篮球运动是一项以投篮为中心,得分为目的,并以得分多少来决定胜负的集体性对抗项目。得分是反映一支球队在进攻端的能力,只有进攻才能得分,只有得分才能赢得胜利^[2]。“百战争高下,一球定胜负”,由此可见篮球比赛中进攻的重要性,但防守是保护与扩大进攻成果,主动制约对方的关键。

2.2.1 场均得分的对比分析

表 2 辽宁队与对手得分数据的对比分析

	场均得分	主力得分	替补得分	10 分以上	10 分以下	10 分以下
辽宁队	116.4	76.92	39.48	17	3	1
对手	101.76	61.72	40.04	6	13	5
差值	14.64	15.2	-0.56	11	-10	-4

从表 2 可以看出,辽宁队场均得分为 116.4 分,对手场均得分为 101.76 分,与对手的差值达到了 14.64 分。其中主力队员场均可以得到 76.92 分,对手主力队员场均得分为 61.72 分,与对手的差值达到了 15.2 分。25 场比赛中,辽宁队有 17 场得分超过 110 分,仅有 3 场得分在 100 分以下,1 场得分在 90 分以下;25 场比赛中,有 13 场比赛将对手得分控制在 100 分以下,其中有 5 场在 90 分以下,仅有 6 场让对手得分上 110,可见辽宁队得以连胜不仅是拥有出色的进攻能力,在防守上也拥有相当高的质量。并且,辽宁队的主力队员平均每场得分比对手多 15.2 分,替补队员平均得分则仅仅比对手少 0.56 分,主力队员的得分能力远远的超过对手^[3]。

表 3 辽宁队核心队员各项分数据

姓名	场均得分	单场最高分	20 分以上	30 分以上	命中率	三分命中率
莱斯特·哈德森	27.6	47	20	12	65%	39%
布兰登·巴斯	23.6	33	20	3	59%	0
郭艾伦	22.4	33	20	3	58%	34%

辽宁队核心队员莱斯特·哈德森、布兰登·巴斯、郭艾伦的出色发挥对球队取得连胜起到关键作用。从表 3 可以看出,三名球员场均得分均在 20 分以上,其中莱斯特·哈德森有 12 场得分在 30 分以上。除了强有力的外援外,如今,郭艾伦已经成为辽宁队最靠得住的传球手和得分点,在本赛季常规赛中,他的场均得分在国内球员中排名第二,在第 29 轮对阵浙江队的比赛中,郭艾伦出场 26 分钟,两分球 10 中 8、三分球 5 中 3、罚球 10 中 8 砍下全场最高的 33 分,显然,郭艾伦已经成为辽宁男篮的关键先生。

2.2.2 辽宁队与对手每节比赛得分对比分析

表 4 辽宁队与对手每节比赛得分对比分析

	第一节	第二节	第三节	第四节
辽宁队	26.96	27	30.96	28.48
对手	22.8	26.84	26.84	26.48
差值	4.16	0.16	4.12	4.28

根据表 4 的数据,辽宁队每一节的得分差值都很小,每节平均得分为 28.35。第一节、第三节、第四节的得分明显高于对手,差值达到了 4.16、4.12、4.28,而第二节只高出 0.16。从中可以看出,辽宁队在第一节就占据了主动性,创造了优势,为胜利奠定了良好的基础,第二节处于与对手僵持的状态,第三节开始辽宁队的进攻更加积极,而辽宁队的第四节则堪称“惹不起的第四节”,防守更加稳固、进攻也频频向对手发难,从而确保了比赛的胜利^[4]。

2.2.3 进攻回合数指标的对比分析

表 5 辽宁队与对手进攻回合数数据对比分析

	场均进攻次数	单场最高进攻次数	单场最低进攻次数
辽宁队	85.84	109	65
对手	80.44	124	72
差值	5.4	-15	-7

从表 5 可以看出,辽宁队场均进攻回合数比对手高出了 5.4 次,说

明在相同的时间内,辽宁队每次进攻所消耗的时间要比对手少,那么显然辽宁队在对手没有落好阵地防守和防守反击快攻上做的比对手要好。从单场最高进攻次数和最低进攻次数中也可以看出辽宁队无论是最高还是最低都要少于对手,说明辽宁队在连胜期间的整体投篮命中率是要高于对手的。

2.2.4 三分球指标的对比分析

表 6 辽宁队与对手三分球数据对比分析

	场均三分 球得分	三分出 手次数	三分命 中次数	三分球 命中率	最高出 手次数	最高命 中次数
辽宁队	32.88	30.28	10.96	36.2%	41	20
对手	32.88	29.44	10.96	37.2%	39	15
差值	0	0.84	0	-1%	2	5

根据表 6 的数据,可以看出,辽宁队在连胜期间场均三分球得分和命中次数是和对手持平的,而场均的出手次数比对手多了不到 1 次,命中率比对手低了 1 个百分点,最高的出手次数比对手多出手了 2 次,但最高命中个数比对手多了 5 次。众所周知,拥有哈德森和郭艾伦的辽宁队是一支善于打防守反击,打转换进攻的一支球队,快攻得分能力很强,三分球并不是辽宁队的最强项,但在连胜期间,辽宁队的场均三分球命中率可以达到 36.2%,并且三分球得分可以和对手持平,这样在自己的强项上的优势,就显得更加突出,是取胜的关键。

2.3 辽宁队 25 连胜期间防守数据分析

防守是球队赢得比赛的关键,篮板、失分、盖帽、抢断等诸多因素都可以反映出一支球队的防守能力。辽宁队主教练郭士强曾经说过,如果辽宁队做好防守,可以赢下 CBA 任何一支队伍。一旦防守不好,也同样会输给任何对手。从连胜的 25 场的数据中表明,辽宁队这一阶段的防守表现得也是可圈可点。

2.3.1 场均失分的对比分析

表 7 辽宁队与对手失分数据对比分析

	场均失分	单场最高失分	单场最低失分
辽宁队	101.76	150	84
对手	116.4	153	89
差值	-14.64	-3	-5

从表 7 可以看出,辽宁队在连胜期间场均失分是 101.76 分,而对手是 116.4 分,比对手少了 14.64 分之多,说明辽宁队在保证自己高效进攻的同时,防守端也做的很好。单场失分最多的一场是第 32 轮客场对阵吉林队的三加时恶战,让吉林队得到了 150 分的高分,单场失分最低的一场是第 17 轮主场对阵江苏队,仅仅让对手得到了 84 分。无论是场均失分、单场的最高失分、单场的最低失分,辽宁队都要少于对手,是取得 25 连胜的重要因素。

2.3.2 篮板球数据的对比分析

表 8 辽宁队与对手篮板球数据对比分析

	总篮板	前场篮板	后场篮板
辽宁队	49.16	12.88	33.28
对手	39.36	11.6	27.76
差值	9.8	1.28	5.52

篮球比赛中,争夺篮板球是获得控制球权的重要来源之一^[5]。俗话说,得篮板,得天下,抢到一个篮板球,即是抢到一个球权,就能多一次进攻的机会,辽宁队之所有可以获得 25 场连胜与队员们积极拼抢篮板是分不开的。从表 8 中可以看出,辽宁队的场均总篮板为 49.16 个,而对手仅为 39.36 个,比对手每场多 9.8 个;辽宁队队员在前场篮板的争抢中毫不懈怠,场均前场篮板为 12.88,比对手每场多 1.28 个,韩德君、布兰登·巴斯在篮下的争抢非常积极与强悍,不给对手一丝反击快攻的机会。而辽宁队的场均后场篮板为 33.28 个,比对手每场多 5.52 个,抓到一次后场篮板等于减少一次对方进攻的机会,辽宁队利用后场篮板快速瓦解了对手的进攻,为球队转守为攻、发动快速进攻提供了有利保证。

2.3.3 对手失误的对比分析

篮球比赛中,失误是很常见的,也是很伤士气的,失误往往有可能直接导致对手快攻得分。从图 9 中我们可以看出,辽宁队在连胜期间,场

均失误是 12.76 个,而对手是 14.76 个,平均每场比赛比对手少 2 次失误,而且单场最低失误的个数仅为 4 次,足足比对手的单场最低数少了 6 次,这在篮球比赛中是很少见的。而且严密高效的防守导致对手单场最高失误数达到了 28 次,间接的转换成得分就是几十分甚至更多。控制自己的失误和通过防守造成对方的失误也是取得长连胜的关键。

表 9 辽宁队与对手失误数据对比分析

	场均失误	单场最高失误	单场最低失误
辽宁队	12.76	25	4
对手	14.76	28	10
差值	-2	-3	-6

2.3.4 对手投篮命中率的数据分析

表 10 辽宁队与对手投篮命中率数据对比分析

	三分球命中率	两分球命中率	罚球命中率
辽宁队	36.2%	57.8%	81.1%
对手	37.2%	49%	71.8%
差值	-1%	8.8%	9.3%

从表 10 中我们可以看出在这 25 场比赛中,辽宁队的三分球命中率为 36.2%,而对手是 37.2%,比对手是低了 1%,但反观两分球命中率和罚球命中率,辽宁队都远高于对手,辽宁队场均两分球命中率高达 57.8%,而对手仅为 49%,比对手高出了将近 9 个百分点,而罚球命中率更是超过了 80%,比对手高 9.3%。虽然三分球并不是辽宁队的优势,但场均命中率基本与对手持平,两分球和罚球命中率更是完胜对手,这也

参考文献:

[1] 周宏华. 2013-14WCBA 联赛北京首钢女篮比赛制胜因素的研究[D]. 北京: 北京体育大学. 2015: 25-30.
[2] 孙民治. 篮球运动教程[M]. 北京: 人民体育出版社. 2016: 61-215.
[3] 陈亮,孔靖. NBA2004-2005 赛季常规技术统计与比赛胜负关系的研究[J]. 首都体育学院学报, 2006, (02): 85-88.
[4] 张孔军,顾春雨,郭永波,等. 2004-2005 赛季 CBA 总冠军争夺赛技术运用状况对比研究[J]. 北京体育大学学报, 2007, 30(2): 265-267.
[5] 张宏成,孙锡杰,王涛. “整体篮球”世界经济篮球的发展方向——“火箭”22 连胜现象分析[J]. 苏州大学学报, 2008, (04): 87-90.
[6] 洪锡钧. 从火箭队 22 连胜透视现代篮球防守技战术[J]. 科技信息(科学教研), 2008, (20): 543-544.

【责任编辑 张礼奎】

(上接第 103 页) 实际生活中的诸多方面面临问题和调整时,其中发挥关键性作用往往是对待它的态度。由于事物往往具有两面性,因此必须对其保持综合全面的分析与评价,既重视积极的一面,同时也不能忽视消极的一面。基于此,教练员在实际训练过程中,应重视对每个运动员的心理特征进行准确全面的分析与概括,并结合他们个人的实际状况制定相对应的训练计划,从而保证运动员的综合实力能够得到全面有效的提升。

4 结论

4.1 比赛目标的确定

针对运动员来讲,其进行比赛的目标通常以结果目标为主,保证比赛目标的明确以及合理能够在很大程度上缓解运动员在比赛过程中产生的负面情绪,同时对于教练员的心理调整也起着至关重要的作用。

4.2 比赛信心的增强

比赛信心实际上指的是能够保证比赛目标顺利实现的信心。对于运动员来讲,应养成良好的习惯,在赛前过程中利用积极暗示的方式,增强自己比赛的自信心,同时还可以对即将开始的比赛结果进行预期,从而充分激发对成功的渴望。

参考文献:

[1] 李红忠. 击剑运动员心理特征及训练方法研究[J]. 当代体育科技. 2015, (33): 47-48.
[2] 叶启荣. 击剑比赛中调整心理与发挥技术和战术探讨[J]. 湖北体育科技. 2011, (04): 475-476.

【责任编辑 鄧小静】

是能够取得长连胜不可或缺的。

2.4 团队精神是辽宁队连胜的支柱

篮球比赛是以两队攻守对抗,同队队员相互协同的形式进行竞赛的过程。只有集整体的技能和智慧,发挥团队精神、协同配合,才能获得比赛的胜利^[6]。辽宁队在主力后卫赵继伟因骨裂缺阵的情况下还能取得 25 场连胜,这都是全队队员们秉承着“团结一心、凝聚力强、刻苦训练、顽强拼搏、不抛弃、不放弃”的“辽篮精神”。每场比赛郭艾伦、哈德森、巴斯、韩德君等队员都用他们顽强的意志品质奋力拼搏到了最后一秒钟。可见,一只球队想要取得胜利,团队精神是必不可少的因素之一。

3 结论

3.1 进攻数据方面,辽宁队在 25 场连胜期间,场均得分、进攻回合数、罚球命中率、两分球命中率都要高于对手,有着绝对的优势,三分球命中率稍低于对手。

3.2 防守数据方面,辽宁队的篮板球明显高于对手,场均失分、失误数也要比对手少,且能够把对手的投篮命中率控制的很低,防守上做的非常出色。

3.3 辽宁队在连胜期间,也有单场三分球命中不足 20%,单场 25 次失误,单场失分 150 分的情况,说明在此期间也有做的不好的地方,也是有弱点的,这也是在后面的比赛中所要注意的。

3.4 辽宁队的战术执行力要优于对手,全队的进攻和防守趋于平衡,攻防转换速度快,以及顽强拼搏的团队精神,教练的指挥有方,核心球员的出色发挥,良好的体能储备,种种因素综合在一起,成就了辽宁队傲人的 25 连胜,让我们共同期待辽宁队之后的表现,打出自己的特点,再创佳绩。

4.3 竞赛情绪的调节

在实际比赛过程中,情绪的好坏程度能够在很大程度上影响运动员的而心里状态。而对于情绪的影响因素来讲,既包括外部因素,还涉及到内部因素。而其中最关键的主要为认知因素。而要想保持稳定的情绪,就离不开思维和支持与帮助。在实际比赛过程中应树立积极的思维情绪,从而保证自身的竞技状态,将自身实力充分发挥出来。

4.4 比赛心理定位水平的调整

竞技体育本身就非常的繁琐,更多的运动员看到失败的问题时很难实现对自己承受能力的调节,所以,遇到某些突发状况就无法对自身进行有效调整,那么他们在定位方面不够准确,或者对外部环境认知达不到很好的状态,就容易出现情绪失控的现象,所以从这种角度考虑,在进行运动员的心理问题分析时,必须对可能出现的问题实现深层次的剖析和探讨,如果运动员能够在运动过程中,找到更适合的方式,进一步达到有效保障,那么他们就可以更加充满自信,而运动员遇到的各种,困难问题都可以当场进行协调讨论,进一步解决问题,将自己的击剑水平有效的展现出来,才能够得到最后的胜利。