



論籃球「壓迫防守」 在發球的應用

／蘇會禮

壓迫防守 (PRESSURE DEFENSE) 早在六〇年代已為美國籃球界在戰術上所用的一種新的防守技術，這種壓迫防守的觀念，目前已為世界各國廣為推行，我國籃球界對這種壓迫防守的引進亦有卅年的歷史了，但能靈活應用的球隊並不多見。

所謂「壓迫防守」即為侵略性防守，其條件必須是一個動作靈活，迅速快的隊伍，基本上應具備下列四點：

一、壓迫防守並非向進攻者偷襲，也不能期望使用這種防守每一次都能達到目的，防守球員應該了解壓迫是方法使用，自然達成的效果。

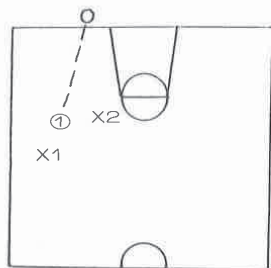
二、壓迫防守主要目的，係在造成對方發生誤失，從而達到瞬間反守為攻的形勢。

三、運用壓迫防守必須出其不意的使對方震驚，情緒上發生突變。

四、壓迫防守使場上的節奏突然加速，迫使對方陣腳大亂，而不得不改變其進攻行進的節奏。

壓迫防守的發球應用如下：

一、二對一 (如圖一)



場外發球傳1，X1與X2聯手包夾，1設法突破包夾開始運球，X1與X2繼續包夾，至到成功為止。

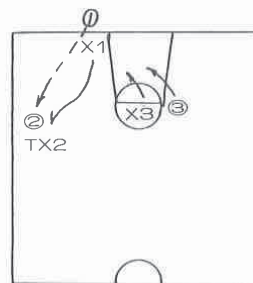
這種壓迫防守的訓練，事實上也是破包夾的訓練，實為一舉兩得的基本訓練。

二、三對二 (如圖二)



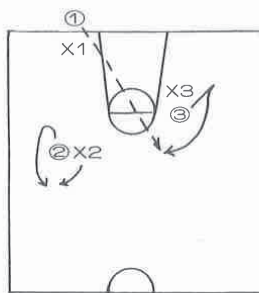
1傳2，X1在發球前對球施以壓力，迫1不能地板傳球或吊球，並以迫使1僅能從左側將球發入底角地帶為目的。球發出後X1返身與X2聯手包夾，1由右側進場，X3迎向，防止2回傳。

三、三對三 (如圖三)



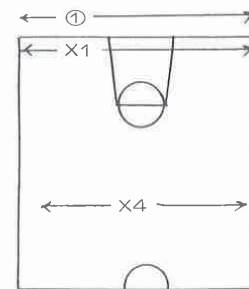
1傳2或3，X1對球施壓力，球發進場後，轉往接球者，並與X2或X3聯手包夾，其餘一人X3或X2進行抄截，另計，訓練X2及X3面對23防守，以引誘1吊傳，迅速抄截。

所謂吊傳 (LOB PASS) 不改壓迫防守常用的傳球法 (如圖四)



23在X2X3面對面防守時，移向籃底，突然急速奔向前場，可以攔X2及X3之防守。1吊傳2或3，這種傳球法用來攻壓迫防守的第一傳球。

四、X1與X4前後平行防守 (如圖五)



移動場外發球的位置，也是攻方對壓迫防守傳球進場的常用方式之一，場外1企圖利用突然的移位，長傳中場或前場，衝破防守線進行，突然攻擊。此項X1與X4聯合前後平行防線的訓練，當在對以上攻擊法加以防止。X1與X4的動向馬首是瞻，並且隨時試圖抄截。

結 論

壓迫防守的目的是在製造攻擊者自亂陣腳，發生失誤，達到反守為攻的形勢，但欲達其目的本身須有下列條件：

- 一、熟練的技術。
- 二、充沛的體力。
- 三、快捷的速度。
- 四、冷靜的頭腦。
- 五、敏銳的反應。