

# 中外优秀女篮运动员的身高、体重、年龄特征比较

张 志 , 邓 飞

(华南师范大学 体育科学学院 广东 广州 510631)

**摘 要** 通过对世界女子篮球优秀运动员的身高、体重、年龄等的统计分析表明:优秀女子篮球运动员的身高、体重、年龄等有其基本特点和规律。与之相比,我国优秀女子篮球运动员及运动队存在不足,应引起注意并采取有针对性的措施加以解决,尽快提高我国女子篮球运动的水平。

**关 键 词** 女子篮球;身高;体重;年龄;体重/身高指数

中图分类号:G841.1 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2002)05-0129-03

## The characteristics of world woman's basketball players' height, weight and age and those of Chinese players

ZHANG Zhi, DENG Fei

(Institute of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510631, China)

**Abstract** Through analyzing the body height, weight and age of the world excellent woman's basketball players, authors found out that there are features and regularities in body index. On these body index of the world excellent basketball players' are obviously superior to Chinese players, especially in age and weight. Those differences may be considered the main reason that basketball team of China fall behind the world elite basketball team.

**Key words** woman's basketball players; body height; weight; age; weight/height index

身高、体重、年龄都是球队最重要的基础参数;“女子篮球男子化”已成为当今世界篮球运动发展的一个显著特征,其对抗日趋激烈。而对抗的基础首先是身体(身高和体重)的对抗,在身体相抗衡的基础上,才有了技战术、经验、意识及心理等的综合对抗,而这些因素又都与年龄紧密相关。本研究以历届世界大赛前3名、美国队、中国队、近年来中国国内甲级联赛参赛队、WNBA联赛参赛队等为对象,对各队的身高、体重、年龄等进行统计分析,了解世界优秀女子篮球运动员的身高、体重、年龄特征的规律,为促进我国女子篮球运动的发展提供参考。

### 1 运动员的身高发展

世界篮球运动员身高的迅速发展开始于20世纪50年代初期的美苏男篮争霸战,后迅速蔓延至世界各地,篮球运动也随之变为了名副其实的“巨人运动”。但由于篮球运动对身体的特殊要求,仅有身高是远远不够的,人们在实践中发现了速度的重要作用,于是开始培养速度,在高度与速度的反复较量中,又促进了高度、速度与技术、技巧、技能的完美结合。经过了20余年的探索发展后,篮球运动员的身高发展趋于平稳。而女篮的发展步男篮后尘。从表1中可以清楚地看到这个变化:中国女篮自1954年至1965年的10年

间,平均身高增长了9 cm,而从1980年至今的变化不大。美国、前苏联和历届世界大赛前3名的世界优秀女篮运动员的平均身高自1980年后也基本稳定在1.83 m左右。分析对比中发现,中国女篮的平均身高发展变化反映出了世界女篮运动发展的趋势,并已处在世界顶尖水平。这是中国女篮自80年代进入世界强队行列(1983年首次获得世界锦标赛第3名)的基本保证。

### 2 运动员的身高、体重、年龄特征

开始于1997年的WNBA联赛集中了世界各地最优秀的女子篮球运动员,是世界最高水平的女子篮球比赛。自1997年创办至今5年来,参赛队伍虽然几经扩充,从最初的8支发展到16支,但平均身高和平均年龄的变化都不明显。整个参赛队伍的平均身高基本稳定在1.83 m左右;平均年龄接近27岁;变化最大的是体重,平均体重5年中增加了2 kg,增幅约2.7%,并呈现出稳定的、明显的上升势头,她们的平均体重/身高指数增加了5%。对比1996年和2000年的美国国家女篮,其身高增加了2.5 cm,增幅1.4%;体重增加了5.9 kg,增幅8.2%,体重/身高指数增加了7.7%;年龄增加了1.3岁,增幅4.7%。增幅最大的是体重和年龄。结果见表2。

表1 女子篮球运动员平均身高发展变化

队别	1954年	1965年	1974年	1980年	1983年	1988年	1990年	1992年	1994年	1996年	2000年	2001年
中国队	1.65	1.74	1.77	1.83	1.83	1.84	1.85	1.83	1.84	1.83	1.83	1.84
美国队	—	1.80	1.79	1.84	1.84	1.82	1.83	1.82	1.85	1.82	1.84	1.84
前苏联队	—	1.78	1.82	—	1.84	1.84	1.85	1.85	—	—	1.85	1.87
大赛前3名	—	—	—	1.81	1.82	1.83	1.83	1.83	1.83	1.83	1.83	1.83

m

表2 中、美、欧洲联赛及中、美国家队的身高、体重、年龄

队别	队数	人数	平均身高/cm	平均体重/kg	体重/身高	平均年龄
1997年WNBA	8	96	183.0	74.0	0.40	27.0
1998年WNBA	10	124	183.5	75.1	0.41	26.9
2000年WNBA	16	204	182.9	75.8	0.41	26.6
2001年WNBA	16	215	183.0	76.0	0.42	26.7
1996年美国队		12	182.3	71.7	0.39	27.6
2000年美国队		12	184.8	77.6	0.42	28.9
2001年欧锦赛	12	144	183.9	—	—	25.8
1997年八运会	12	143	180.5	70.6	0.39	24.5
2000年全国赛	12	154	182.5	—	—	22.5
2001年九运会	12	144	182.6	—	—	21.3
1996年中国队		12	183.4	—	—	24.7
2001年国家队		12	184.1	74.2	0.40	22.3

2001年和1997年相比,中国女子篮球运动员的身高增加了2.1 cm,增幅1.2%;平均年龄则呈现显著的下降态势。比较1996年和2001年的中国国家女篮,身高增加了0.7 cm,增幅0.4%;年龄降低了2.4岁,减幅10.8%。与之相比,参加2001年的欧洲女篮锦标赛的12支队伍平均身高为183.9 cm,平均年龄25.8岁。

以我国1997年八运会参赛队与同期的WNBA参赛队相比:平均身高我们比对手矮2.5 cm,差幅1.4%;平均体重我们比对手轻3.4 kg,差幅为4.8%;体重/身高指数我们小于对手2.6%;平均年龄小于对手2.5岁,差幅10.2%。差距最大的分别是年龄和体重。再比较2000年的美国队和2001年的中国队:身高我们低于对手0.7 cm,差幅0.4%;体重低于对手3.4 kg,差幅4.6%;体重/身高指数低于对手5.0%;年龄比对手小6.6岁,差幅29.6%。差距最大的仍然是年龄和体重。即使与欧洲联赛相比,我们的主要差距还是年龄。难怪我们的心理素质、身体对抗及临场发挥不稳定等等,仅仅对比一下这些数据,就已经说明了这一切。

### 3 不同位置运动员的身高、体重、年龄特征

篮球运动由于其特性决定了不同位置的球员在身高、体重等方面有较大的差异性。在不同位置的比较中,WNBA联

赛的球员身高和年龄的变化不大。从表3可知,后卫的平均身高稳定在175 cm左右,平均体重约67 kg,中锋平均身高约187 cm,平均体重约79 kg,前锋平均身高约194 cm,平均体重约87 kg;年龄方面,除全明星队员高出平均值2岁左右外,其余队员几年中不论各个位置,均接近27岁。对比1996年和2000年的美国国家队,其各个位置的球员在身高、体重、年龄等方面都呈现出了非常明显的增长势头。增长幅度最小的是后卫的身高(增幅0.3%),而增幅最大的分别是后卫的年龄(增幅14.7%)和中锋的体重(增幅9.0%)。反观我国的国内联赛,自1997~2001年的4年中,后卫球员的身高变化不大,平均约175 cm,前锋平均身高约183 cm,比4年前增加了2.2 cm(增幅1.2%);中锋平均身高,比4年前增加了4.4 cm(增幅2.3%);年龄方面,国内联赛呈显著下降趋势。与WNBA联赛及欧洲锦标赛相比,国内联赛的主要差距是年龄,而身高差距则集中表现在前锋线上。比较2000年的美国队和2001年的中国队,身高方面:我国的后卫与对手相当(低0.2 cm),中锋还优于对手(高1.8 cm),但前锋的差距较大(低5.1 cm)。体重方面:除中锋与对手相当外,其余各位置的差异较明显。年龄的差距最大,在对手面前,我们只能算是“青年队”。

表3 中、美、欧洲联赛及中、美国国家队不同位置的平均身高、平均体重、平均年龄

队 别	身高/cm			体重/kg			年龄/岁		
	后卫	前锋	中锋	后卫	前锋	中锋	后卫	前锋	中锋
1998年WNBA	174.6	186.8	192.8	67.3	78.0	85.2	26.8	26.6	27.7
2000年WNBA	174.6	187.1	193.9	67.5	80.5	86.2	26.6	27.0	25.8
2001年WNBA	174.1	186.1	193.5	67.1	78.3	87.9	26.7	26.7	26.7
2001年全明星	175.3	186.7	191.8	68.4	81.3	83.0	29.6	28.4	28.9
1996年美国队	176.2	188.5	192.3	66.2	76.3	79.0	26.6	27.4	24.9
2000年美国队	176.8	189.9	193.9	70.6	79.4	86.1	30.5	27.4	26.4
2001年欧锦赛	175.2	184.8	192.6	—	—	—	26.5	25.4	25.5
1997年全运会	174.6	180.7	188.4	65.7	70.9	77.1	24.4	24.2	25.1
2000年全国赛	175.2	180.8	189.7	—	—	—	22.6	21.8	23.2
2001年全运会	175.2	182.9	192.8	—	—	—	22.7	20.5	20.9
1996年国家队	174.2	185.5	196.0	—	—	—	25.8	24.5	23.7
2001年国家队	176.6	184.8	195.7	66.6	74.8	86.0	24.3	21.1	20.6

#### 4 结论与建议

(1)以WNBA联赛为代表的世界女篮强队,平均身高约183 cm,平均体重约76 kg,平均年龄近27岁,平均体重/身高指数约0.41。其中后卫身高约176 cm,体重约67 kg,体重/身高指数约0.39,前锋身高约187 cm,体重约79 kg,体重/身高指数约0.42,中锋身高约194 cm,体重约87 kg,体重/身高指数约0.44。

(2)与世界最高水平的联赛相比,国内联赛的最大差距是年龄,其次是体重。与世界强队相比,中国女篮的主要差距也依次为年龄和体重,这两项指标已成为制约中国女子篮球运动发展的主要障碍,应予以重视和克服。另外,虽然我们队伍的平均身高已经达到了世界先进水平,但前锋线上的身高还与世界强队有一定差距,要注意调整队伍的阵容。

(3)与世界强队相比,中国国家女子篮球队除年龄差距

较大和体重略有差距外,已经具备了世界强队的基础条件。而年轻也正是希望所在,3~4年之后,正是她们的最佳年龄阶段,我们期待着她们重振中国女篮。

#### 参考文献:

- [1] 邓 飞. 篮球运动中运动员高度与速度关系的探讨[J]. 体育科研, 1996(1): 4-8.
- [2] 汤小康, 邓 飞. 中外男篮运动员身高的比较分析[J]. 广州体育学院学报, 1996, 16(4): 65-68.
- [3] 张伟建, 邓 飞. 中国男子篮球甲级联赛(CBA)职业联赛(CNBA)和美国NBA联赛的比较研究[J]. 体育学刊, 1998, 5(3): 96-97.

[编辑:周威]