



## 铲球

当一方球员试图从另一方球员抢球时，可以铲球。

## 头

目光保持在球上

## 手

用离对方最近的手轻击球

## 脚

用离对方最近的脚插步移入对方空间，以接近球

## 技术

该技术的动作包括，与对方一起移动，并试图用你离对方最近的那只手轻击球。

## 动作要领

- 与对手一起移动
- 目光保持在球上
- 当对方离你最远的脚向前移动时，用你离对方最近的脚斜插上
- 当对方运球或将球从手落至脚尖时，用你离对方最近的手轻击球
- 踢球或打球以重新获得优势，然后将球收回以赢得控球权



## 常见错误

### 错误1

☹️ 球员用拳头击球，在持球球员抱球时做铲球动作

😊 要纠正此错误，球员应确保使用张开的手（或张开的双手）轻击球，且不在持球球员抱球时铲球

### 错误2

☹️ 离持球球员的腿不够近。当持球球员在未被对方铲球时，便较容易将球踢走或打走，而且，当你远离持球球员时，便更难估算铲球时间。

😊 铲球球员应确保靠近持球球员的腿，以便算好铲球时间，在球离开持球球员的身体时，将手伸出

### 错误3

☹️ 另一个错误是，铲球球员闭上了眼睛或未将目光保持在球上。铲球球员在这种情况下便无法看清持球球员脚或球的位置，因此可能无法估算铲球时间，也可能被持球球员的腿卡住。

😊 铲球球员应确保始终睁大眼睛看着球，以清楚持球球员和球的位置。