

当一方球员试图从另一方球员 抢球时,可以铲球。

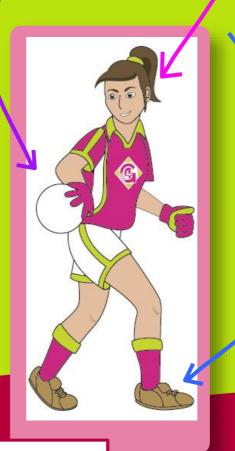
目光保持在球上

用离对方最近的手轻 击球

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 最近的脚斜插上去
- 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



用离对方最近的脚 插步移入对方空 间,以接近球

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



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,也可能会被持 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。

