

評美國女籃訪華

論一——四進攻法

吳賢文

美國女籃的訪華，掀起國內女籃運動的高潮，在數場精采的友誼賽當中，不僅發揮了人高馬大的威力，且開創團隊精神的無形攻擊力，更挾其優良個人技術及整體戰略戰術的巧妙運用，致使其有突出的績效，一一擊敗我隊。雖然目前國內女籃運動正值青黃不接之際，有人也許說「儘管盡力，但與美隊之比終究非其對手」，但事實真相如何？於此暫時不談，姑且站在推展女籃運動之前提下，我們對美國女籃的種種表現，不得不予以探討深究並引為借鏡，以下是本人對美國女籃的幾點粗淺看法，望諸先進給予批評指教：

一、美隊進攻法只有一種（計劃進攻），沒有用過第二種方法，如圖一。是基本路線，可左右互換富變化，接球者都可自由發揮。

二、前鋒有六呎二吋的長，後衛亦有五呎多矮個子，不像本國是着重於按身高與速度來排位置，其實世運速度最快却不是矮個子，長人才有快速度，甚至更具潛力，就像美隊長人⑤鄧惹兒的動作就非常靈活，⑦哈莉絲在籃下也敏捷得很。

三、本國教練常先決定方法再訓練球員，外國是先有球員，再按球員特性擬訂攻守方法，前者常使球員屈就而喪失自我，以淪為教練的附庸，後者給予球員得發揮所長而得心應手，樂於進取。

四、追求快速：

（一）「對方投進籃的球，也不讓掉到地板」的搶籃板球快攻，也就是快攻從搶籃板球或搶中籃球、界外球及搶截球開始，時時保持快速，即是全隊活力、精神泉源。

（二）「控球由前場開始」，美隊控球是把球先傳中場或前場，以擾亂

對方防守的完整，我方的控球是把球交給最後面的控球者，如此對方在無虞進攻的瞬間，可以從容佈防，嚴陣以待；這種觀念不改，我國球隊無法入流。

五、領隊、教練、訓練員、隊長、隊員是球隊組織應有的成員，其成員間均須有縱與橫的堅強聯繫，促使各成員在群體中均佔重要地位，讓每份子均能發揮所能。

六、教練的明理謙沖：

好大喜功是一般教練的通病，這是教練長年追求勝利所產生的必然心理傾向，但美國教練接受訪問時，問及他如何把球隊訓練得那末好，他說「球員在未交給我前，已經具備有很好的基本動作（體能），她們在高初中時都會接受良好教練的培植，我只不過把她們湊在一起，似這種讚美別人成就的雅量與相互傾軋，互相攻訐的劣風實不能相比，我國基層教練不努力與此有關，以田徑單項而言，練出好選手，出國教練必另有其人，也得不到別人的讚賞，只默默的看人出國喪氣，又要接受大牌教練的批評改進；以關西農校而言，教練接而連三的培養中長跑選手，甚至培養出比世運代表隊要好的選手，但報紙也沒有提到教練是誰？運動員也只有知道自己「天賦異稟」，對教練是誰？謝謝一聲也不提，這種鴻溝不通很難有進展，這有賴大家雅量以破除鴻溝。

以上談到美女籃隊訪華的種種表現，本人除激起了無數的感觸已陳述一二外，更引起了本人對「一四」進攻法更進一步探討的興趣；由於美隊在防守中常採用「一三一」防守型，而欲作有效的破除此型，唯以一、四進攻法為最有利，因它不僅可用於任何體型及任何體技能情況的球員身上（例如一名後衛、四名前鋒，或三名後衛、二名中鋒，或二名後衛、三名前鋒等方式的組合，均能作靈活的攻擊），且對目前任何防守陣式都能奏效（如在二二三及二一一二區防中，非但逼使對方原本是二名前鋒的防守線瓦解，再如三位球員齊集對方底線位置，對於守者而言是相當吃力而不適應的），故值得研究推介的。

此方法在台銀籃球隊對日本松下籃球隊比賽時也採用，非常有實效，雖此役台銀隊敗北，但此戰術的優點並不遮蓋，現分述之：

一、圖二是基本隊形。

三圖三是對方採二—一—二或一—二—二防守時的路線，就是利用④沒人防守者來接球，然後向裡運球把防守的×引開，以利②切入，或②切入時帶開×使①切入及③切中以得分，然後②與③互換，①與⑤互換，④回原位，可繼續循環，亦可改由⑤來發動。

三圖四的(一)(二)(三)也就是圖三的分解說明：

(一)傳④，④把球運入把×吊出，②把×擋在內側接④吊進的球上籃。

(二)②切入後把×引開，①跟著切入由①上籃。

(三)①切進後，③向中央切入把×擋在後跳投。

如(一)(二)(三)攻不進後④把球傳回①位的⑤繼續準備攻擊。

四圖五是對方採一—四或半場緊迫釘人時，把球傳給較高的②③之法。

五圖六的(一)(二)(三)是圖四的分解說明：
(一)傳給向前的②，②再把球傳給向右做假動作再向內切的④上籃，①補①傳，⑤補①，④補⑤。

(二)④切入的同時③向裡切，把×擋於後，②傳給③上籃。
(三)③④切入後①切入於右下角，吊球跳投。

六圖七與圖五、六同，唯①係向中央切入，補位情形稍有不同，③補②，②補③，①補④，④補⑤，⑤補①循環補位。

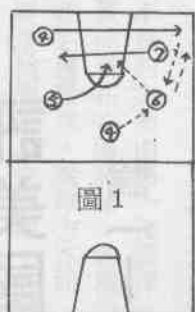


圖 1

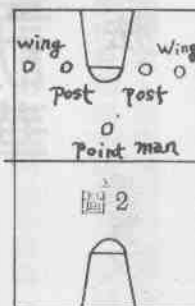


圖 2

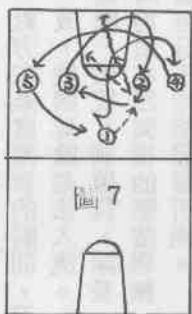


圖 7

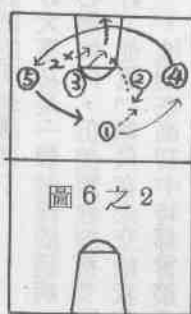


圖 6 之 2



圖 5

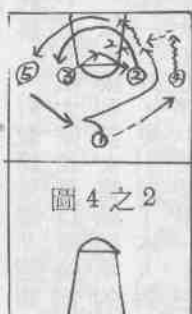


圖 4 之 2

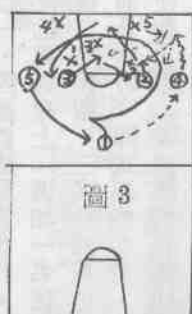


圖 3



圖 6 之 3



圖 6 之 1

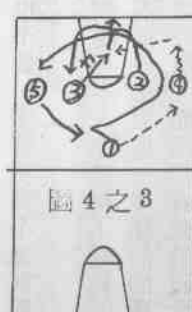


圖 4 之 3

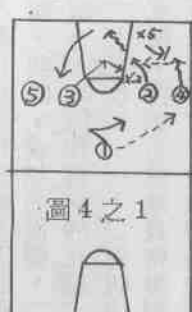


圖 4 之 1