

國立臺灣體育大學圖書館剪輯資料

分類 棒球

來源 聯合報

日期 98.6.25

版面 B三版



OH桑

棒球語錄

- 棒球是跟時間賽跑的競技，投手和打者比速度，跑者和守備對手競爭誰先上壘包，「這就是時間競賽」。
- 擔任一壘手，只要觸擊，就想辦法先傳二壘解決跑者。跑壘也一樣，有機會就衝上二壘，那怕只是一點機會。
- 每個球季的雙殺次數，至少要跟比賽場數一樣多，「花1球製造兩人出局，危機就能容易解決」。
- 「鈴木一朗只要看到壘上有跑者，就會開始轉動手臂熱身，隨時要讓跑者出局」，「這跟臂力、控球無關，是要隨時保持高度警戒。」
- 一場比賽揮棒10次，加上賽前練習，一天還揮不到50次，如果只維持這樣的練習，當然不可能厲害到哪裡去。
- 換投時機很難抓，但只要我不知道該怎麼辦，腦筋開始混亂時，就是換投的最佳時間點。
- 換投是結果論，有成績就會受到讚美，只要換投後挨打，就會被批評，但我會承擔所有責任，不會推給球員或教練。
- 變速球和蝴蝶球一樣，都有速差。只要前面肩膀不開，就算姿勢走樣也無所謂，一樣能擊中球心。
- 想當好手，就一定要確實看到投手把球投出來，要訓練自己能清楚看到，打中球心的機率就能相對提高。

王貞治：

就算被恨 教練也要磨到底

【記者婁靖平／台北報導】當一個稱職教練不容易，王貞治說：「成為選手喜歡的教練更是不可能。」他告訴國內教練，「不論如何，自己絕對不能輸，要懂得堅持到底。」

王貞治以自己為例，「如果當初沒有教練荒川博開出來的驚人練習量，不可能造成自己今日的成就」，OH桑說：「當別人沒在練，你還在練的時候，就是你的收穫和機會。」

這些「眉角」，球員不見得會記住，「所以這就是身為教練的責任和工作，」王貞治說：「雖

然不是每位球員都能徹底執行，但只要有一、兩人作好，對教練來說，就是很欣慰的事情。」

OH桑說：「教練一定要讓球員作到自己想要的地步，直到他完全理解前都不能放棄，就算可能被恨、被討厭、被罵都無所謂。」

王貞治勉勵大家，不要當一個讓選手稱讚有多好、多好的教練，「因為他可能會在10、20年後跟別人說你什麼都沒教過」。

OH桑認為，教練是最不容易得到讚賞的工作，「吃力不討好」，但卻是棒球發展最重要的一環，「有責任、義務培養出好的球員，讓

比賽更好看」。

至於當總教練該如何和教練團互動？王貞治說：「以前我總是中午12時、第1個到球場的人，等教練來了之後，就針對前一場比賽交換意見。」

OH桑說：「總教練一定要接受其他人的建議，而且要扛起所有責任，如果只是要求別人接受自己的想法去作事，任何話都聽不進去，久了就不會有人願意提供意見，贏球會更難。」

王貞治語重心長的說：「教練，責任重大，就連我自己，至今也還在學習中。」

