

國立臺灣體育運動大學
National Taiwan University of Physical Education and Sport
體育研究所碩士學位論文

中華臺北男籃隊 2013 年亞洲籃球錦標賽
之攻守表現
Analysis of the Chinese Taipei Men's Basketball Team in 2013
Asian Basketball Championship Game



研究生：吳宣霆 撰

指導教授：謝振榮 教授

中 華 民 國 1 0 3 年 6 月

中文摘要

本研究旨在探討中華隊與前八強隊伍攻守數據表現，瞭解中華隊男籃 2013 年與 2011 年兩屆數據比較，結合與許晉哲總教練訪談探討中華隊訓練相關歷程。以 2011 年中華隊、2013 年中華隊與前八強隊伍則為攻守數據研究對象。本研究方法：以描述性統計進行攻守數據分析。研究結果如下：一、兩屆數據表現：在投籃命中數、投籃命中率、三分球命中率、三分球命中數、三分球出手數、三分球命中率、罰球命中數、罰球出手數、罰球命中率、防守籃板數、助攻數、阻攻數、被犯規數、得分數等 14 項數據 2013 年皆優於 2011 年。二、中華隊訓練相關歷程：許教練對中華隊進攻、防守、投籃訓練、歸化球員等相關資料提供詳細回答。三、中華隊 SWOT 分析：優勢面為整體進攻技術進步，團隊戰術執行能力佳。機會面為可延攬優秀外籍球員成為歸化球員，增加年輕球員國際賽經驗，強化訓練份量及品質。劣勢面為先天外在條件較弱，球員集訓全體到齊難度高，國內籃球環境不夠健全。威脅面為臺灣優異球員被他國積極延攬，各國人才實力的提升。結論：2013 中華隊年在整體投籃命中率表現上是優異的，加上歸化球員補強禁區內線戰力，教練在訓練跟比賽時的指揮得宜，為中華隊創下歷史新頁紀錄。本研究根據研究目的與結果提出相關建議予國內籃球訓練之參考。

關鍵詞：亞洲籃球錦標賽、攻守紀錄

Abstract

The purpose of this study was to investigate the performance of the final eight teams offensive and defensive differences in the results data to understand the Chinese men's basketball team in 2013 and 2011 two data comparison, combined to explore the Chinese team training course associated with head coach Chih-tse, Hsu interviews. The offensive and defensive records were analyzed and compared from Chinese Taipei in 2011 and the top eight teams in 2013.

This study Methods: Descriptive statistics analysis conducted offensive and defensive data. The results are as follows: First, the two-time performance data: the number of the shooting attempts, shooting percentage, two-point shooting percentage, three-point shooting attempts, three-point shooting made, three-point shooting percentage, free throw attempts, free throw made, free throw percentage , defensive rebound, assist, block shot, fouls drawn, points in fourteen data in 2013 were better than in 2011. Second, the Chinese Taipei team training related to the course: the Chinese Taipei team head coach Hsu provided about offense, defense, shooting training, naturalized players and other related information to detailed answers. Third, Chinese team SWOT analysis. Strengths are offensive advantage of technological progress and good team tactical execution. Opportunities are to recruit outstanding foreign players to become naturalized players, young players experience in international competitions increases, and training quantity and quality enhancement. Weaknesses are weaker external conditions, training of all players in attendance difficult, and basketball environment does not sound domestic. Threats are Taiwan's outstanding players were actively recruiting in other countries, and enhance the personnel strength of each country.

Conclusion: In 2013 the Chinese Taipei team in the overall shooting performance is excellent, with naturalized players fighting force reinforcement inside the penalty area, the coach during training with the command of the game properly, as a new page in the history of the Chinese Taipei team set a record. In this study, suggestions reference to domestic basketball training and research purposes in accordance with the results.

Keywords: FIBA Asia Championship, Records of Offensive and Defensive

謝誌

人生另一個里程碑—碩士學位，在職專班課程雖然都集中排在六日兩天，但課程非常的紮實，也因自己已在職場工作，所以更珍惜學習的機會。

在此要感謝碩士生涯中的良師團隊，感謝高明峰老師，鼓勵我在職進修，擔任我的指導老師，雖然在碩二不能繼續指導我，但他過往說過的鼓勵及安慰話語，是讓我繼續前進的原動力。感謝謝振榮老師，在我需要新任指導教授，馬上應允，沒有遲疑，在我撰寫論文時，總是鼓勵我多嘗試，不要害怕後果，督促我一步步把論文完成。感謝蔡俊傑老師，在我口試時給我肯定，並期許我能有加入更多元素，讓這篇論文的價值更加提升。感謝賈凡老師，沒有他籃球的專業知識及資料的參考，這篇論文中與教練的訪談部分無法實現。

感謝我的益友團隊，在此要特別感謝黃詩雯，她以過往研究生經驗來幫助我這新手研究生，給予一切我需要的協助，舉凡幫我檢查格式跟文字，當我論文方向混淆時，跟我一起研究文獻，釐清我論文方向，特地陪我一起北上拜訪許晉哲總教練，論文之所以可以完成，她算是核心人物。感謝陳巧穎學姊，兩次口試都有她的協助，口試才能順利完成，並且給予我信心跟肯定。感謝同學儷曄，碩二階段是投稿跟論文撰寫大關，好險有她一起成為互相督促、提醒、鼓勵的好夥伴，才有信心跟勇氣順利完成論文。感謝同學知興、雅芬、家臻、孟芬總會互相關心大家彼此論文或期刊進度，已順利完成的人就會無私地分享給彼此，有個參照範本，不致漫無方向。

僅以此謝誌獻給所有在我研究生道路上給予我幫助跟鼓

勵的人，能重回學校再學習是幸運的一件事，很慶幸自己當初做了對的選擇，縱使過程偶有挫折，但回頭去看，都是讓自己更成長的磨練。研究所最大的收穫就是在臺體認識許多良師跟益友，讓我找到許多未來可以互相幫助的好夥伴。謝謝大家...

吳宣霆 謹致 中華民國 103 年 7 月

目 錄

中文摘要	I
英文摘要	II
謝 誌	III
目 錄	V
表 目 錄	VII
圖 目 錄	VII
第壹章 緒 論	1
第一節 研究背景與動機	1
第二節 研究目的	2
第三節 研究問題	2
第四節 研究範圍及限制	2
第五節 操作型名詞定義	4
第貳章 文 獻 探 討	7
第一節 亞洲籃球錦標賽起源	7
第二節 籃球運動訓練	9
第三節 籃球比賽攻守數據分析方法	13
第四節 籃球比賽攻守紀錄分析之研究	15
第五節 小 結	19
第參章 研 究 方 法	20
第一節 研究流程	20
第二節 研究架構	21
第三節 研究假設	21
第四節 研究對象	22
第五節 研究工具	22
第六節 資料分析處理	23

第肆章 結果與討論	24
第一節 各項攻守數據之描述性統計分析	24
第二節 中華隊兩屆數據表現比較	33
第三節 訪談對象簡介	36
第四節 訪談結果	37
第五節 中華隊 SWOT 分析	49
第六節 討論	52
第伍章 結論與建議	55
第一節 結論	55
第二節 建議	57
參考文獻	58
附錄 1-同意書	62
附錄 2-訪談大綱	63
附錄 3-筆記分析表格	64

表目錄

表 1 歷屆亞洲男子籃球錦標前賽四名一覽表	7
表 2 籃球選手各階段訓練內容比例表	10
表 3 籃球比賽攻守紀錄相關之研究	15
表 4 各隊球員基本資料表	24
表 5 八強隊伍各項攻守紀錄表	25
表 6 八強隊伍比賽名次及攻守表現排名表	28
表 7 2011 及 2013 年各項攻守紀錄平均數分析摘要表	33
表 8 許晉哲教練經歷一覽表	37
表 9 中華隊 SWOT 分析表	51

圖目錄

圖 1 訓練要素金字塔	9
圖 2 研究流程圖	20
圖 3 研究架構圖	21

第壹章 緒論

本章內容分為五節。分別為第一節研究背景與動機、第二節研究目的，第三節研究問題、第四節研究範圍與限制、第五節操作型名詞定義。

第一節 研究背景與動機

籃球運動在我國體育運動中占重要角色地位，是廣大群眾喜愛的運動項目之一，在《中華民國 101 年運動城市調查》指出籃球是各縣市民眾最常從事的運動項目排行第三名（教育部體育署，2012）。近幾年各階層單位積極舉辦籃球訓練營、籃球三對三比賽、各年齡層籃球聯賽（如高中籃球聯賽、大專籃球聯賽）、職業籃球賽、瓊斯盃國際邀請賽等。

亞洲籃球錦標賽（以下簡稱亞錦賽）是由亞洲運動聯合會主辦的洲一級運動會，為奧林匹克運動會和世界籃球錦標賽的資格賽，是亞洲成人級比賽中，唯一可計入國際籃球總會（Federation International de Basketball，簡稱 FIBA）積分盛大賽事。各國皆會派出菁英選手來展現實力及爭取最高榮譽。

2013 年第 27 屆亞錦賽於菲律賓馬尼拉舉行，此屆中華男籃代表團由超級籃球聯賽連續四屆最佳總教練許晉哲教練領軍，搭配助理教練團許智超、麥班達。率領李學林、洪至善、陳世杰、林志傑、楊敬敏、蔡文誠、呂政儒、簡浩、周柏臣、田壘、曾文鼎、戴維斯（Quincy Davis），共 12 名球員（沈明聰，2013）。其中戴維斯為臺灣籃壇歷史上第一人歸化球員（張正邦，2013）。戴維斯的加入補足中華隊薄弱的內線弱勢，讓其他隊員可以較放開身手表現，全隊將士用命下，

一路過關斬將。

尤其在八強關鍵決賽對戰歷史上從未擊敗過的中國隊。中華隊在一片不看好的聲浪中，擺脫上半場落後 17 分困境中，下半場猛力進攻及強悍防守努力下，最終以大比分差 96:78，逆轉擊敗亞洲籃壇霸主的中國隊，讓中華隊在久違的十四年後，重返亞籃四強，寫下臺灣籃壇歷史上光榮一頁（張正邦、梁偉銘，2013）。

因此，本研究以分析本屆亞錦賽前八強隊伍的比賽攻守紀錄，探索中華隊優劣勢部份。另外，比較 2011 年與 2013 年中華隊兩屆攻守數據表現，呈現中華隊進步之攻守數據項目，並輔以總教練許晉哲訪談，瞭解 2013 年中華隊訓練歷程。

第二節 研究目的

研究目的如下：

- 一、探討 2013 年亞錦賽前八強隊伍攻守數據表現。
- 二、瞭解 2013 年與 2011 年中華隊男籃數據表現。
- 三、探討 2013 年中華隊訓練相關歷程。

第三節 研究問題

依據目的擬定的研究問題如下：

- 一、瞭解 2013 年亞錦賽前八強隊伍攻守數據表現？
- 二、比較 2013 年與 2011 年中華隊男籃數據表現？
- 三、瞭解 2013 年中華隊訓練相關歷程？

第四節 研究範圍及限制

- 一、研究範圍界定如下：

- (一)、比賽數據分析則以 2011 年中華隊、2013 年中華隊及前八強隊伍為研究對象。訪談研究對象為許晉哲總教練。
- (二)、比賽攻守數據資料取自第 26 屆亞錦賽官方網站 (<http://wuhan2011.fibaasia.net/>)及第 27 屆亞錦賽官方網站 (<http://manila2013.fibaasia.net/>)，數據資料項目依序為總投籃命中數、總投籃出手數、總投籃命中率、二分之一球命中數、二分之一球出手數、二分之一球命中率、三球命中數、三球出手數、三球命中率、罰球命中數、罰球出手數、罰球命中率、進攻籃板數、防守籃板數、總籃板數、助攻數、失誤數、抄截數、阻攻數、犯規數、被犯規數、總得分、利用對手失誤得分、禁區得分、第二波進攻得分、快攻得分等 26 項數據。

二、研究限制：

- (一)、本研究對象以中華隊許晉哲總教練為訪談研究對象，攻守數據則以 2011 年中華隊、2013 年中華隊與前八強隊伍為研究對象，並非針對所有亞洲國家球隊做研究分析，故本研究推論範圍無法直接對其他國際賽結果預測做普遍性的運用。
- (二)、本研究競賽項目為男子籃球，若欲推論用於女子籃球或其他球類項目，將有所保留。
- (三)、本研究攻守數據取自第 26 屆亞錦賽與第 27 屆亞錦賽官方網站公布之比賽結果紀錄，有可能因為賽會記錄人員疏失造成之數據失真之風險限制。

第五節 操作型名詞定義

- 一、總投籃命中數 (shooting attempts)：該場比賽的總投籃進球數。
- 二、總投籃出手數 (shooting made)：該場比賽的總投籃出手數。
- 三、總投籃命中率 (shooting percentage)：將總進球數(二
分球進球數加三分球進球數)除以總投球數(二
分球總投球數加三分球總投球數)之百分比。
- 四、二分球命中數 (two-point shooting attempts)：二
分球之進球數。
- 五、二分球出手數 (two-point shooting made)：二
分球之投球數。
- 六、二分球命中率 (two-point shooting percentage)：二
分球之進球數除以二
分球投球數的百分比。
- 七、三分球命中數 (three-point shooting attempts)：三
分球之進球數
- 八、三分球出手數 (three-point shooting made)：三
分球之投球數
- 九、三分球命中率 (three-point shooting percentage)：三
分球之進球數除以三
分球投球數的百分比。
- 十、罰球命中數 (free throw attempts)：罰球之進球數。
- 十一、罰球出手數 (free throw made)：罰球之投球數。
- 十二、罰球命中率 (free throw percentage)：罰球之進球數
除以罰球投球數的百分比。
- 十三、進攻籃板數 (offensive rebound)：投籃出手後未進的
球，由進攻隊球員爭搶獲得之球。

- 十四、防守籃板數 (defensive rebound)：投籃出手後未進的球，由防守隊球員爭搶獲得之球。
- 十五、總籃板數 (rebound)：在比賽中所爭搶獲得的進攻及防守籃板球總和。
- 十六、助攻次數 (assist)：進攻隊成員經由隊友巧妙傳球成功達成得分行為，則傳球成功的隊友可計助攻一次。
- 十七、失誤次數 (turnover)：進攻隊在進攻時，被對方抄截或干擾，而自己未能將球控制好，導致失去進攻球權，則計失誤一次。
- 十八、抄截次數 (steal)：防守隊球員作出積極侵略性動作，成功搶到進攻球權，則計抄截一次。
- 十九、阻攻次數 (block shot)：進攻球員出手投籃後，防守球員在沒有出現干擾中籃及犯規等行為下，將滯空狀態的球阻擋成功的動作。
- 二十、犯規次數 (fouls)：指球員與對手發生不合法接觸及/或違反運動道德的行為。
- 二十一、被犯規數 (fouls drawn)：造成對手犯規之次數。
- 二十二、總得分 (points)：同一隊球員在比賽所得的分數總和。
- 二十三、利用對手失誤得分 (points from turnovers)：因對手失誤，我隊獲得控制球權，完成進攻動作得到之分數。
- 二十四、禁區得分 (points in the paint)：在禁區範圍得到之分數。
- 二十五、第二波進攻得分 (second chance points)：我隊取得進攻籃板再進行第二次進攻動作得到之分數。

二十六、快攻得分 (fast break points)：我隊爭取到防守籃板，趁對方退防不及時，以最快速度超越對方，快速進攻得到之分數。

二十七、歸化球員：透過取得他國國籍方式，取得合法參賽資格，代表他國參加國際賽事的運動員（李征，2010）。

第貳章 文獻探討

本章內容分為五節：第一節亞洲籃球錦標賽起源、第二節籃球運動訓練、第三節籃球比賽攻守數據分析方法、第四節籃球比賽攻守紀錄分析之研究、第五節小結。

第一節 亞洲籃球錦標賽起源

由亞洲運動聯合會主辦的洲一級運動會，為奧林匹克運動會和世界錦標賽的資格賽，是亞洲成人級比賽中，唯一可計入 FIBA 積分盛大賽事。亞洲男子籃球錦標賽起始於 1960 年，第一屆舉行於菲律賓馬尼拉。亞洲女子籃球錦標賽則起始於 1965 年，第一屆舉行於韓國漢城。

自 1960 年亞錦賽創辦至今，中華臺北男籃隊獲得前四名佳績之年份分別為：

第二名：1960 年、1963 年。

第三名：1989 年。

第四名：1969 年、1971 年、1991 年、1995 年、1999 年、2013 年。

由此可看出在 2000 年後，中華隊鮮少晉級到四強隊伍，2013 年這屆更是擊敗菲律賓及中國兩大強敵，完成不可能的任務，勝利顯得特別珍貴。

表 1 歷屆亞洲男子籃球錦標前賽四名一覽表

年份	屆次	地點	第一名	第二名	第三名	第四名
1960	1	馬尼拉	菲律賓	中華臺北	日本	南韓
1963	2	中華臺北	菲律賓	中華臺北	韓國	泰國
1965	3	吉隆坡	日本	菲律賓	韓國	泰國
1967	4	漢城	菲律賓	韓國	日本	印尼

(續下頁)

年份	屆次	地點	第一名	第二名	第三名	第四名
1969	5	曼谷	韓國	日本	菲律賓	中華臺北
1971	6	東京	日本	菲律賓	韓國	中華臺北
1973	7	馬尼拉	菲律賓	韓國	中華臺北	日本
1975	8	曼谷	中國	日本	韓國	印度
1977	9	吉隆坡	中國	韓國	日本	馬來西亞
1979	10	名古屋	中國	日本	韓國	菲律賓
1981	11	加爾各答	中國	韓國	日本	菲律賓
1983	12	香港	中國	日本	韓國	科威特
1985	13	吉隆坡	菲律賓	韓國	中國	馬來西亞
1987	14	曼谷	中國	韓國	日本	菲律賓
1989	15	北京	中國	韓國	中華臺北	日本
1991	16	神戶	中國	韓國	日本	中華臺北
1993	17	雅加達	中國	朝鮮	韓國	伊朗
1995	18	漢城	中國	朝鮮	日本	中華臺北
1997	19	利雅德	韓國	日本	中國	沙烏地
1999	20	日本福岡	中國	韓國	沙烏地	中華臺北
2001	21	上海	中國	黎巴嫩	韓國	敘利亞
2003	22	哈爾濱	中國	韓國	卡達	黎巴嫩
2005	23	杜哈	中國	黎巴嫩	卡達	南韓
2007	24	德島市	伊朗	黎巴嫩	南韓	哈薩克
2009	25	天津	伊朗	中國	約旦	黎巴嫩
2011	26	武漢	中國	約旦	南韓	菲律賓
2013	27	馬尼拉	伊朗	菲律賓	南韓	中華臺北

資料來源：參考 FIBA 官網

(<http://manila2013.fibaasia.net/FinalRound.aspx>)。

第二節 籃球運動訓練

籃球運動是一項高強度的體能運動項目，因為運動員需要快速多變的攻防技巧，並隨時準備和對手直接性的身體對抗，發揮自己和團體的最佳表現努力投籃得分來爭取勝利，因此，籃球不單只是技能類的運動，對體能也需要高標準的要求（譚朕斌，2008）。

運動訓練計畫（林正常等，2011）包含體能訓練、技術訓練、戰術訓練、心理和理論訓練，其要素金字塔圖如圖 1，體能訓練的基礎越穩固，則技術、戰術及心理與精神訓練的發展空間則越大。

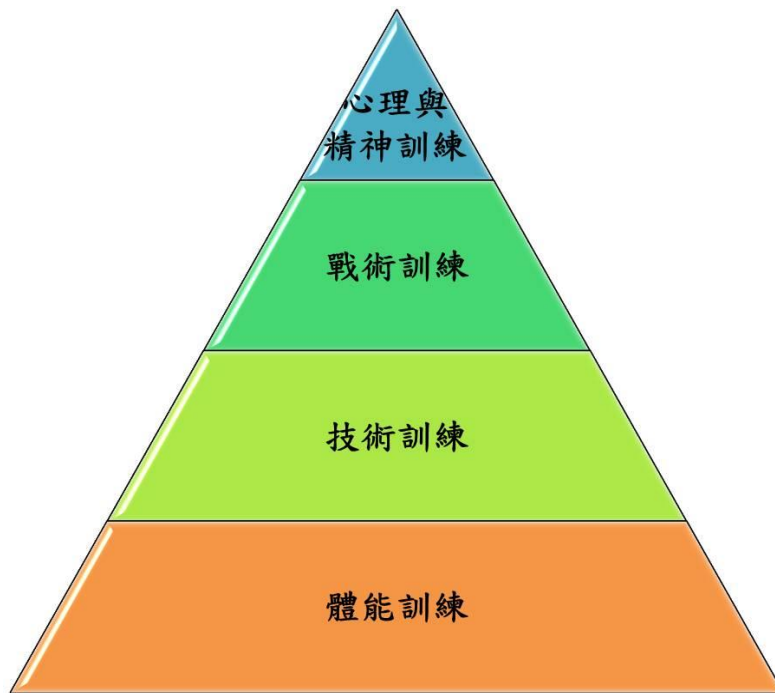


圖 1 訓練要素金字塔

徐武雄（2000）提到籃球選手在各階段期訓練內容應有所不同，在準備期、鍛鍊期、調整期及比賽期，訓練內容其比例應有所不同，其比例表如表 2。

表 2 籃球選手各階段訓練內容比例表

期別	準備期			鍛鍊期			調整期			比賽期		
	體能訓練	技術團體	心理其他	體能訓練	技術團體	心理其他	體能訓練	技術團體	心理其他	體能訓練	技術團體	心理其他
國小	50	45	10	50	40	10	40	40	15	35	40	25
國中	55	55	10	45	40	15	35	35	20	25	45	30
高中	50	50	20	35	40	25	30	30	30	20	45	35
大專	45	45	20	40	30	30	35	35	40	20	35	40
社會	50	40	40	35	25	40	25	25	50	15	25	60

資料來源：徐武雄（2000）

短期集合明星球員之訓練，因為是參加較高水準等級比賽，其球員的技術表現都在水準之上，如何能為爭取最佳成績，關鍵在於球員體能（鄭錦和、李鴻棋、徐武雄，2006），故代表隊的訓練都應首重體能訓練。蔡崇賓、劉立宇、林政東與吳忠芳（2003）提到任何一種體能訓練至少需要實施六周以上才能看到效果，體能是需要時間去日積月累。

籃球基礎體能訓練的內容主要針對速度、力量、耐力三大部分。籃球速度訓練目的在加強球員的反應時間、短時間

內的最大位移，在籃球場上可相對應的攻守數據項目為抄截、助攻。籃球力量訓練目的為強化運動員的肌肉力量及爆發力量，攻守數據對應之項目為籃板球、阻攻。籃球耐力訓練目的為提高球員的無氧及有氧耐力，讓球員可以在比賽中有最佳的身體狀態去發揮其得分及防守技術能力。

籃球的基本動作，有傳球、運球、投籃、防守等（李雲光、陳美枝，2002）。籃球專項體能訓練常結合籃球技戰術練習，訓練方法可分為徒手練習、持球練習、綜合練習等三部分。徒手練習為球員不持球進行籃球專項能力的訓練，如全場折返跑加強耐力、個人防守腳步的變換訓練反應力、連續跳躍觸碰籃板增強彈跳力等。籃球持球練習為球員加上籃球輔助做訓練，增加球感，強化籃球技術，如對牆傳球練習，強化傳球力量。或是進行全場運球上籃練習，讓球員可以增加對籃球場空間的熟悉度，反覆練習運球與上籃動作技巧。

徐武雄、李鴻棋（2006）提到籃球的團隊戰術訓練，是個人技術及小組配合技術的觀念延伸。需要由紮實的個人體能及基本動作，接著進入小組配合技術，最後才能進階到最後的團體戰術，這過程必須是循序漸進的（Pat, 1993）。綜合及循環練習為和隊友進行團體性的訓練項目，如全場 2 人、3 人、4 人、5 人快攻上籃，強化隊友間默契，並模擬比賽實況練習。分組練習比賽，則希望增加球員的比賽經驗，對常見之突發狀況都能有最佳的處理方法。

一個球隊除了選手，其擔任核心領導角色的「教練」，也相當重要。對於個別球員的改變或全隊球員的表現，教練的領導行為具有重要影響力。（Bird, 1977; Westres & Weiss, 1991）。給選手正面積極的鼓勵、制定紮實的訓練計畫、加

強球員對團體的訓練滿意度可以提升訓練成果。

Jowett 和 Meek (2000) 提到教練和選手如果彼此間有某種親密關係，有助於彼此對共同目標的建立，在訓練中配合度也會較好。教練和運動員的關係是緊密的，如父子、朋友，對彼此的信任與尊重 (Jowett & Cockerill, 2003)。運動員經由教練指導下提升技術，而教練也需運動員的服從配合才得以將戰術順利完成。

陳忠強 (2012) 指出知名的籃球名校—杜克大學。其教練團之分工明確且各司其職，不論是準備期、訓練期或比賽期的課程安排都相當的細膩紮實，教練團亦會時常一起觀看錄影共同討論及檢討應改進之缺失，並在訓練時確實執行目標工作。球員因有教練的確實督促。球員也會因訓練課程確實，自我技能也有所提升，加上個人想進入美國職業籃球聯賽 (以下簡稱美國職籃)，在訓練中總是全力以赴，教練與球員雙方在自己角色做到最佳表現，是杜克大學能成為籃球頂尖學校關鍵原因。

綜觀以上文獻，想在競爭激烈的籃球比賽中脫穎而出，球員跟教練團都應該將自己職責任務確實做好，教練規劃紮實的訓練內容提供給球員，讓球員的體能維持在水準狀態，營造出具凝聚力的團隊氣氛。球員則確實執行每項訓練課表，強化基本動作，提升動作表現。在比賽時為贏得勝利和教練齊力同心，把握籃球場上的每個時刻努力表現，展現最好的自己，其成功的結果是可以期待的。

第三節 籃球比賽攻守數據分析方法

由馬毅、李杰凱與徐威（1999）合著的《籃球》書中提到籃球員常用的基礎動作有運球、投籃、傳接球、搶籃板、防守對方等動作。比賽時，除了球員個人有效率的執行基礎動作，更需要全隊團結有默契的合作，才能有贏得比賽的機會。針對這些基礎動作，衍生出籃球攻守紀錄表來記錄球員比賽表現。籃球攻守紀錄研究，最初源自觀察研究法（observation survey method），實境觀察行為或現象的發生做有系統的描述紀錄（蔡保田，1987）。《籃球大辭典》提及球員比賽的攻守數據表現，可以幫助球隊領導或管理階層人員，不必藉由每場球賽到場觀看，也能客觀地知道球隊整體及球員個人比賽表現（于剛，1993）。

籃球攻守數據表進化到至今紀錄項目目前共有總投籃命中率、三分球命中率、二分球命中率、罰球命中率、助攻次數、總籃板數、進攻籃板數、防守籃板數、抄截次數、失誤次數、阻攻次數、犯規次數、總得分，共計十三項。

攻守紀錄數據分析應用大致可分為：

一、差異性比較分析：

（一）、組別內球隊數據比較分析，如前四強、前八強球隊攻守技術分析（類似研究：李清棋、劉幼華、林清香與馬樹秀，2010；陳建廷，2011；陳明宏、陳培季與張世沛，2013；謝玉娟、黃義翔與譚醒鴻，2012；賴俊明、黃長福、李靜雯與黃朝和，2008）。

（二）、球員位置角色數據分析，如後衛、前鋒及中鋒攻守技術分析、先發與非先發球員攻守紀錄分析，

以瞭解到勝利球隊或優秀表現球員在哪些技術項目有其優勢，幫助教練對球隊整體實力跟球員個人優劣勢有更充足的掌握（類似研究：楊育寧、陳錦偉與陳金聲，2012；陳錦偉、楊育寧、與羅興樑，2010；鄭智仁，2010）。

二、主成分分析法：

以單一球隊為分析對象，將攻守技術項目依照關聯性或特性分為大類別主成分，分析比賽數據，找出團隊特色，瞭解球隊特性（類似研究：曾國棟與劉有德，2010）。

三、預測分析：

以各項攻守技術為預測指標項目，去預測比賽時球員上場時間多寡、球隊得分高低等結果，從中去找出影響比賽勝負之因素（類似研究：楊育寧、陳錦偉與陳金聲，2012）。

四、迴歸相關分析：

探討各隊的攻守數據項目之相關性，找出影響比賽勝敗結果的重要因素加以探討（鄭智仁，2010；賴俊明、黃長福、李靜雯與黃朝和，2008；陳建廷，2011；陳明宏、陳培季與張世沛，2013）。

綜合以上研究，籃球攻守數據表為協助教練對於自己球隊及對戰球隊之重要資訊，藉由蒐集各項攻守數據資料去加以分析研究，可以得知自己或對方的優劣勢項目，或是找出影響勝負的關鍵因素。

第四節 籃球比賽攻守紀錄分析之研究

攻守紀錄對於球隊及球員來說，是非常重要的指標工具。是以客觀的觀察紀錄每場比賽的個人表現及整體球隊表現。每一場籃球比賽影響勝負結果的因素都不相同，如果可以將每一場比賽的攻守數據加以整理分析，做有效的利用，找出球隊優弱勢項目，對優勢技術保持水準，對弱勢技術加強訓練，應該對成績提升有很大的幫助。有關近幾年籃球比賽攻守紀錄之研究，整理如表 3。

表 3 籃球比賽攻守紀錄相關之研究

編號	作者(年代)	研究對象	研究方法	研究結果
1	賴俊明、黃長福、李靜雯與黃朝和(2008)	2006 年 Mazda 威廉瓊斯盃八隊。	描述性統計、Pearson 相關。	最能提高中華隊得分效率四項技術依序為助攻數、三分投球數、防守籃板數、三分命中率。
2	邱啟益(2009)	2006 年度杜哈亞運男籃八強及中華隊交戰隊伍	描述性統計、Pearson 相關係數、多元逐步迴歸、獨立樣本 t 考驗。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 與中華隊得分有相關顯著項目為二分球命中率、總投籃命中率。 2. 影響中華隊攻守紀錄比賽得分主要有二分球命中率、罰球命中率。 3. 有顯著差異：二分球命中率、罰球命中率、防守籃板、總籃板球、助攻、得分。

(續下頁)

編號	作者(年代)	研究對象	研究方法	研究結果
3	施靖桓 (2009)	2008北京 奧運會男 籃四強隊 伍	單因子變 異數分 析、薛費 法事後比 較、 Spearman rank-order correlatio n 等級相 關法、逐 步迴歸分 析。	有顯著差異：二分投 中數、二分不中數、 二分投球數、罰球不 中數、進攻籃板球、 防守籃板球、得分 數。
4	李清棋、 劉幼華、 林清香與 馬樹秀 (2010)	97學年度 大專籃球 聯賽男子 公開組第 一級前四 名球隊。	單因子變 異數分 析、薛費 法事後比 較。	有顯著差異：兩分命中 率、進攻籃板、阻攻、 犯規、失誤。
5	陳錦偉、 楊育寧、 與羅興樑 (2010)	2007-200 8NCAA 八強隊 伍。	平均數差 異考驗、 單因子變 異數、薛 費法事後 比較。	1. 後衛，除三分命中率 無差異，其他都有顯 著。 2. 前鋒，除兩分和三分 命中率無差異，其他 都有顯著。 3. 中鋒，除上場場數、 平均助攻、投籃命中 率，其他有顯著差 異。

(續下頁)

編號	作者(年代)	研究對象	研究方法	研究結果
6	鄭智仁 (2010)	2008奧運 女籃12 支球隊。	獨立樣本 t考驗、多 元逐步迴 歸。	1. 先發球員技術表現 差異僅在罰球命中 率、犯規次數上優於 非先發球員。 2. 影響比賽勝負— 先發抄截→先發助 攻→先發防守籃板 →非先發失誤→非 先發抄截→非先發 二分命中→先發二 分命中→非先發防 守籃板。
7	陳建廷 (2011)	99學年度 大專籃球 聯賽男子 甲一級前 八強。	描述性統 計、 Pearson相 關係數。	與得分相關影響最大 為二分命中率、三分命 中率兩項技術，其他依 序為進攻籃板、防守籃 板、助攻、抄截、阻攻。
8	吳良民、 廖淑敏與 魏春娥 (2012)	佛光女籃 96學年度 大專籃球 聯賽。	單因子變 異數分析	得失分皆無顯著差異。
9	楊育寧、 陳錦偉與 陳金聲 (2012)	2005-201 0年 NCAA男 子一級決 賽隊伍。	描述性統 計、單因 子變異數 分析、薛 費法事後 比較、多 元逐步迴 歸。	1. 有顯著差異：二分 命中率、三分命中 率、總籃板數、進 攻籃板、防守籃 板、助攻、阻攻、 犯規數。 2. 預測情形：每一位

(續下頁)

編號	作者(年代)	研究對象	研究方法	研究結果
				置球員有各自不同攻守紀錄預測其上場時間和得分結果。
10	謝玉娟、黃義翔與譚醒鴻(2012)	2010-2011年第七屆超級籃球聯賽七隊。	描述性統計、獨立樣本 t 考驗。	1. 排名佳隊伍其三分球命中率及三分球命中率優於排名差隊伍。排名差隊伍其進攻籃板優於排名佳隊伍。 2. 10項攻守數據的差異皆無顯著。
11	陳明宏、陳培季與張世沛(2013)	100學年度大專籃球聯賽女子甲一級十二強。	描述性統計、羅吉斯迴歸。	勝敗的影響重要因素為防守籃板及得分。

綜觀以上研究，描述性統計去呈現攻守數據平均數、標準差結果。之後部分研究採用獨立樣本 t 檢定或單因子變異數去做各變項間的差異考驗，找出具有顯著差異結果之攻守數據。有顯著差異之項目再進行薛費法事後比較法以瞭解細部差異情形。

部分研究則是使用 Pearson 相關係數分析法或 Spearman rank-order correlation 等級相關法去分析與得分相關之攻守數據表現，希望得知哪些攻守技術幫助提升得分表現。部分研究使用多元迴歸分析去探討攻守數據的相關性，去找出影響比賽勝敗結果的重要因素。

本研究則是採用描述性統計探討中華男籃 2013 年亞洲籃球錦標賽的攻守數據表現，可以得知中華男籃在各項數據的名次表現情形，也可看出前八強隊伍其各項數據之排名。以描述性統計結果結合許晉哲總教練訪談資料為中華隊做 SWOT 分析，瞭解中華隊優勢面、劣勢面、機會面及威脅面四部分，利用內部優勢且掌握外部機會進行發展，同時強化弱勢，排除可能的威脅，找出未來中華隊適合發展的方向。

第五節 小結

亞洲籃球錦標賽為奧林匹克運動會和世界錦標賽的重要資格賽事，第一屆於 1960 年菲律賓馬尼拉舉辦。中華臺北男籃隊在 1999 年後，睽違 14 年後終於又重返四強行列，此屆賽事更擊敗菲律賓及中國兩個亞洲強國，勝利得來不易，也讓國人對於臺灣籃球重拾希望。

彙整以上各專家學者及文獻，本研究著重在籃球運動訓練及攻守數據分析上，使用描述性統計探討各攻守數據之表現，並佐以中華隊總教練許晉哲訪談結果，瞭解中華隊集訓過程及訓練要點。

第參章 研究方法

本章內容分為六節：第一節研究流程、第二節研究架構、第三節研究假設、第四節研究對象、第五節研究工具、第六節資料分析處理。

第一節 研究流程

根據研究目的，探討相關文獻，進行賽事數據資料蒐集及教練訪談綱要擬訂，並分析數據結果，提出結論與建議。研究流程如圖 2 所示。



圖 2 研究流程圖

第二節 研究架構

蒐集兩屆中華隊比賽攻守數據資料，進行分析。研究架構如圖 3 所示。

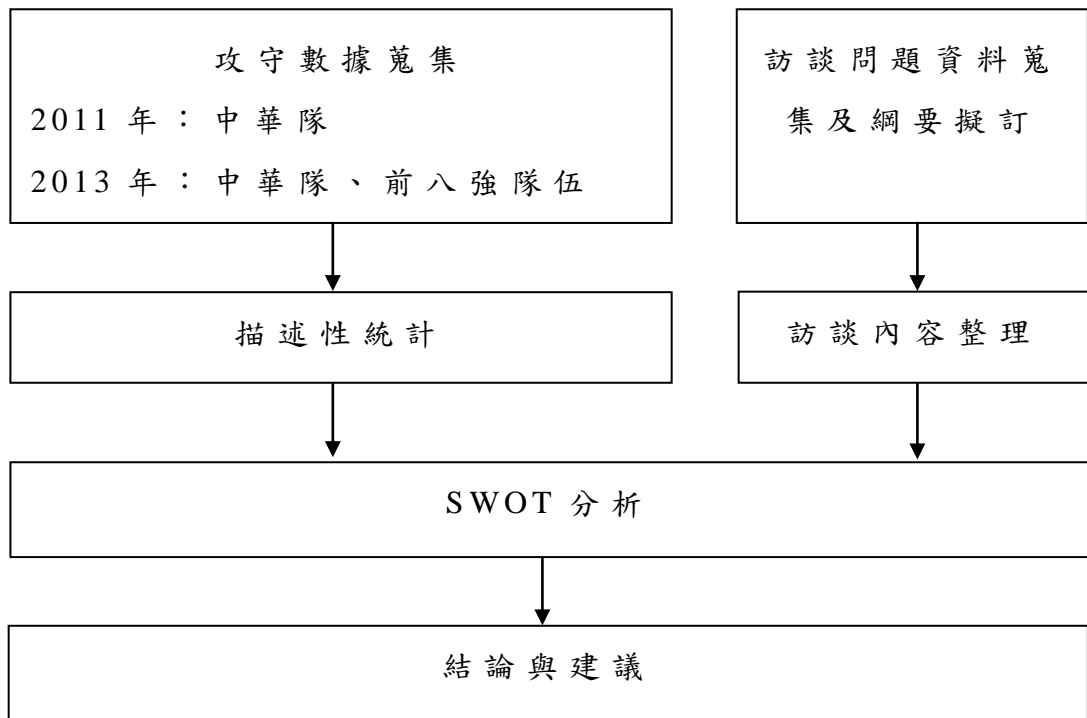


圖 3 研究架構圖

第三節 研究假設

- 一、八強隊伍的攻守數據表現與名次順序雷同。
- 二、中華隊 2013 年較 2011 年有較佳的攻守數據表現。

第四節 研究對象

- 一、研究對象：訪談對象為許晉哲總教練。比賽攻守數據以 2011 年、2013 中華男籃隊及前八強為研究探討對象。
- 二、訪談時間及地點：2014 年 5 月 2 日 13:00 到 14:30，於璞園建築籃球隊球隊辦公室進行。
- 三、研究資料之比賽時間：2011 年 9 月 15 日至 9 月 25 日於中國武漢、2013 年 8 月 1 日至 8 月 11 日於菲律賓馬尼拉。
- 四、研究資料之前八強隊伍：伊朗、菲律賓、韓國、中華臺北、中國、卡達、約旦、哈薩克。
- 五、研究資料之比賽場數：前八強隊伍之預賽場次除卡達隊 2 場，其餘 7 隊皆為 3 場，預賽總計為 23 場；複賽場次 8 隊皆為 3 場，複賽總計為 24 場；決賽場次 8 隊皆為 3 場，決賽總計為 24 場。八強全部場次共計 71 場。

第五節 研究工具

訪談對象許晉哲總教練之個人基本背景資料，參考璞園建築籃球隊官方網站 (<http://www.pyct-basketball.com.tw/>) 及圓球城市網站 (<http://roundballcity.com/>) 與許教練訪談之內容二來源。訪談使用之研究工具為訪談大綱，訪談大綱問題由研究者初擬而成，經過專家之建議做第二次修正，成為正式訪談大綱。編擬之訪談問題偏向經驗行為問題、感受問題兩類型。與許教練正式訪談過程，採用半結構式訪談進行，訪談時研究者也利用錄音記錄，確保訪談資料之完整性。

本研究兩屆攻守紀錄數據資料，來自 2011 年及 2013 年亞錦賽男子籃球比賽主辦單位官方網站提供之比賽攻守數據

紀錄，依照網站中的各項攻守統計結果為研究工具。

第六節 資料分析處理

研究訪談資料以研究者訪談逐字稿，取得受訪者之同意進行歸納、分析。研究者也將訪談內容對應在筆記分析表格位置作相關編碼動作，如 2014/05/02 訪：01(2014 年 5 月 2 日訪談筆記分析表第 01 頁)。

本研究蒐集兩屆中華隊攻守數據資料後經 SPSS for Windows 18.0 版套裝軟體進行資料分析，主要統計方法以描述性統計來分析本研究問題。

第四章 結果與討論

本章內容分為六節。分別為第一節各項攻守數據之描述性統計、第二節中華隊兩屆數據表現比較、第三節訪談對象簡介、第四節訪談結果、第五節中華隊 SWOT 分析、第六節討論。

第一節 各項攻守數據之描述性統計分析

一、各隊球員基本資料

2013 年亞錦賽之前八強（伊朗、菲律賓、韓國、中華臺北、中國、卡達、約旦、哈薩克）各隊球員的平均身高、體重和年齡如表 4。

表 4 各隊球員基本資料表

	伊 朗	菲 律 賓	韓 國	中 華 臺 北	中 國	卡 達	約 旦	哈 薩 克
身高 (公分)	199.00	192.83	194.83	190.92	202.42	196.83	198.83	192.67
體重 (公斤)	92.00	81.08	89.00	88.83	98.83	89.92	90.42	89.83
年齡 (歲)	28.17	30.08	26.33	28.42	25.42	29.25	27.17	25.17

在球員身高、體重、年齡等三項資料平均數結果，本研究僅精簡描述排名第 1 及第 8 名隊伍及中華隊在八強中之排名情形。在身高方面，中國隊排名第 1（平均 202.42 公分），中華隊則排名第 8（平均身高 190.92 公分），為八強中最矮小；體重方面以伊朗隊排名第 1（平均 92.00 公斤），菲律賓

隊排名第 8 (平均 81.08 公斤)，中華臺北隊則位居第 7 (平均 88.83 公斤)，僅重於菲律賓隊。年齡最小排名第 8 為哈薩克隊 (平均 25.17 歲)，年齡最大排名第 1 為菲律賓 (平均 30.08 歲)，中華隊則位居第 3 (平均 28.42 歲)。

二、前八強隊伍各項攻守紀錄

八強隊伍在本次比賽中的各項攻守紀錄如表 5，八強隊攻守紀錄數據採用各隊比賽所有數據之平均值加以分析。

表 5 八強隊伍各項攻守紀錄表

項目	隊伍	伊 朗	菲 律 賓	韓 國	中 華 臺 北	中 國	卡 達	約 旦	哈 薩 克
總投籃	M	32.44	28.33	28.44	29.00	28.78	25.88	25.78	23.67
命中數	±SD	±6.82	±4.72	±5.29	±5.27	±7.89	±5.33	±5.61	±4.03
總投籃	M	64.33	67.89	61.56	60.67	60.22	66.38	61.33	65.33
出手數	±SD	±6.56	±5.80	±6.46	±4.84	±8.70	±7.78	±4.80	±5.94
總投籃	M	50.33	41.78	46.00	47.89	47.22	38.87	41.67	36.33
命中率	±SD	±7.68	±6.06	±6.50	±8.68	±7.53	±6.40	±8.43	±4.85
三分球	M	26.78	18.89	21.11	19.89	22.56	19.25	18.11	17.00
命中數	±SD	±7.33	±5.04	±4.40	±4.17	±5.90	±4.46	±4.17	±4.61
三分球	M	46.11	41.89	40.00	36.22	40.67	41.00	38.00	40.56
出手數	±SD	±8.33	±6.53	±3.61	±6.10	±6.48	±6.80	±3.24	±5.05
三分球	M	57.44	44.67	52.89	55.11	54.89	47.25	47.44	41.78
命中率	±SD	±8.28	±7.31	±10.90	±8.07	±7.15	±9.71	±8.55	±8.81
三分球	M	5.67	9.44	7.33	9.11	6.22	6.63	7.67	6.67
命中數	±SD	±4.24	±2.65	±3.08	±5.01	±3.77	±4.17	±2.60	±1.58

(續下頁)

項目	隊伍	伊朗	菲律賓	韓國	中華臺北	中國	卡達	約旦	哈薩克
三分球	M	18.22	26.00	21.56	24.44	19.56	25.38	23.33	24.78
出手數	±SD	±4.58	±4.39	±5.27	±6.43	±5.32	±7.35	±3.28	±4.06
三分球	M	28.44	36.78	32.56	36.11	28.89	24.38	33.33	27.00
命中率	±SD	±15.53	±11.38	±11.27	±13.50	±15.20	±9.09	±12.44	±5.50
罰球	M	16.22	13.44	13.89	12.78	15.78	15.00	12.00	11.67
命中數	±SD	±4.79	±5.50	±5.73	±5.38	±5.09	±4.84	±2.45	±6.50
罰球	M	23.11	17.56	18.44	19.00	24.00	21.00	19.00	15.89
出手數	±SD	±5.30	±5.98	±7.42	±8.70	±6.89	±5.35	±4.30	±8.36
罰球	M	69.44	74.78	77.00	68.22	65.44	71.13	63.89	70.00
命中率	±SD	±11.29	±10.28	±12.99	±9.77	±8.20	±10.06	±8.68	±18.18
進攻	M	13.44	11.22	10.22	8.89	10.11	11.75	11.56	14.11
籃板數	±SD	±2.60	±4.52	±3.31	±4.65	±3.48	±3.54	±3.84	±4.86
防守	M	28.56	28.11	24.33	27.11	24.78	26.88	26.67	22.33
籃板數	±SD	±6.11	±8.28	±3.84	±5.16	±5.17	±2.42	±6.63	±4.82
總籃板數	M	42.00	39.33	34.56	36.00	34.89	38.62	38.22	36.44
	±SD	±6.16	±7.75	±5.88	±6.96	±5.56	±5.50	±8.73	±7.49
助攻數	M	20.89	15.67	20.67	18.22	16.44	14.00	15.00	13.22
	±SD	±4.70	±4.90	±5.43	±6.63	±5.50	±3.93	±5.36	±4.52
失誤數	M	13.11	9.89	11.78	14.44	12.00	11.88	14.67	14.11
	±SD	±3.14	±2.71	±4.15	±2.01	±4.82	±3.98	±3.04	±3.30
抄截數	M	6.22	4.33	5.89	5.33	4.22	3.50	4.33	3.67
	±SD	±2.91	±3.78	±3.44	±2.24	±1.86	±2.62	±1.23	±2.60
阻攻數	M	2.98	4.89	4.89	2.56	1.78	2.50	3.00	1.22
	±SD	±1.97	±2.03	±3.18	±1.74	±.97	±1.77	±1.23	±.83

(續下頁)

項目	隊伍	伊朗	菲律賓	韓國	中華臺北	中國	卡達	約旦	哈薩克
被阻攻數	M	2.78	2.44	3.00	2.22	2.00	1.63	2.89	2.78
	±SD	±1.79	±1.88	±2.40	±2.05	±1.73	±1.77	±2.09	±1.64
犯規數	M	18.11	21.11	17.33	16.44	18.89	17.25	20.22	22.22
	±SD	±5.01	±4.78	±4.80	±3.43	±5.51	±4.86	±5.43	±5.42
被犯規數	M	20.56	17.44	20.44	20.22	21.22	18.75	18.89	18.22
	±SD	±5.15	±3.28	±4.53	±4.35	±5.43	±2.66	±2.15	±3.87
總得分	M	86.78	79.56	78.11	79.89	79.56	73.38	71.22	65.67
	±SD	±14.51	±7.60	±11.57	±14.85	±18.52	±10.70	±12.71	±12.42
對手失誤得分	M	20.00	12.44	15.00	9.33	15.33	9.75	11.00	11.56
	±SD	±11.83	±6.77	±7.92	±4.30	±10.60	±7.72	±6.58	±6.67
禁區得分	M	42.89	26.00	28.00	27.78	33.33	26.00	26.89	22.00
	±SD	±13.23	±8.78	±7.14	±9.62	±10.91	±6.41	±9.17	±4.47
第二波進攻得分	M	13.89	8.78	10.33	7.33	9.22	10.63	10.11	10.22
	±SD	±3.82	±5.12	±3.67	±4.64	±5.26	±5.34	±6.15	±3.93
快攻得分	M	11.00	5.44	10.56	7.78	6.00	5.00	6.00	6.78
	±SD	±6.25	±5.00	±5.22	±5.02	±4.53	±2.98	±3.87	±3.63
替補得分	M	25.89	38.44	43.11	30.11	40.78	27.88	23.56	25.22
	±SD	±17.45	±11.04	±13.62	±10.24	±16.49	±12.60	±9.77	±6.00

表 6 八強隊伍比賽名次及攻守表現排名表

項目	伊朗	菲律賓	韓國	中華臺北	中國	卡達	約旦	哈薩克
比賽名次	1	2	3	4	5	6	7	8
總投籃命中數	1	5	4	2	3	6	7	8
總投籃出手數	4	1	5	7	8	2	6	3
總投籃命中率	1	5	4	2	3	7	6	8
二分球命中數	1	6	3	4	2	5	7	8
二分球出手數	1	2	6	8	4	3	7	5
二分球命中率	1	7	4	2	3	6	5	8
三分球命中數	8	1	4	2	7	6	3	5
三分球出手數	8	1	6	4	7	2	5	3
三分球命中率	6	1	4	2	5	8	3	7
罰球命中數	1	5	4	6	2	3	7	8
罰球出手數	2	7	6	4	1	3	5	8
罰球命中率	5	2	1	6	7	3	8	4
進攻籃板數	2	5	6	8	7	3	4	1
防守籃板數	1	2	7	3	6	4	5	8
總籃板數	1	2	8	6	7	3	4	5
助攻數	1	5	2	3	4	7	6	8
失誤數	4	8	7	2	5	6	1	3
抄截數	1	4	2	3	6	8	5	7
阻攻數	4	2	1	5	7	6	3	8
被阻攻數	3	5	1	6	7	8	2	4

(續下頁)

項目	伊朗	菲律賓	韓國	中華臺北	中國	卡達	約旦	哈薩克
犯規數	5	2	6	8	4	7	3	1
被犯規數	2	8	3	4	1	6	5	7
總得分	1	4	5	2	3	6	7	8
對手失誤得分	1	4	3	8	2	7	6	5
禁區得分	1	6	3	4	2	7	5	8
第二波進攻得分	1	7	3	8	6	2	5	4
快攻得分	1	7	2	3	5	8	6	4
替補得分	6	3	1	4	2	5	8	7

以下就八強隊伍各項攻守紀錄(表5)、比賽名次及攻守表現排名資料(表6)，研究者就各項攻守表現排名第1名國家、第8名國家及中華隊在八強中排名做描述，以瞭解前八名的高低標數據情形。

總投籃命中數以伊朗隊 ($M = 32.44$, $SD = 6.82$) 排名第1，排名第8為哈薩克隊 ($M = 23.67$, $SD = 4.03$)，中華臺北隊 ($M = 29.00$, $SD = 5.27$) 在此項排名第2；總投籃出手數排名第1為菲律賓隊 ($M = 67.89$, $SD = 5.80$)，中國隊為排名第8 ($M = 60.22$, $SD = 8.70$)，中華臺北隊排名第7 ($M = 60.67$, $SD = 4.84$)；總投籃命中率以伊朗隊 ($M = 50.33$, $SD = 7.68$) 排名第1，哈薩克隊 ($M = 36.33$, $SD = 4.85$) 排名第8，中華臺北隊 ($M = 47.89$, $SD = 8.68$) 在此項排名第2。

二 分 球 命 中 數 以 伊 朗 隊 ($M = 26.78$, $SD = 7.33$) 排 名 第 1, 哈 薩 克 隊 ($M = 17.00$, $SD = 4.61$) 排 名 第 8, 中 華 臺 北 隊 ($M = 19.89$, $SD = 4.17$) 在 此 項 排 名 第 4; 二 分 球 出 手 數 排 名 第 1 為 伊 朗 隊 ($M = 46.11$, $SD = 8.33$), 第 8 為 中 華 臺 北 隊 ($M = 36.22$, $SD = 6.10$); 二 分 球 命 中 率 以 伊 朗 隊 ($M = 57.44$, $SD = 8.28$) 排 名 第 1, 哈 薩 克 隊 ($M = 41.78$, $SD = 8.81$) 排 名 第 8, 中 華 臺 北 隊 ($M = 55.11$, $SD = 8.07$) 在 此 項 排 名 第 2。

三 分 球 命 中 數 以 菲 律 賓 隊 ($M = 9.44$, $SD = 2.65$) 排 名 第 1, 伊 朗 隊 ($M = 5.67$, $SD = 4.24$) 排 名 第 8, 中 華 臺 北 隊 ($M = 9.11$, $SD = 5.01$) 在 此 項 排 名 第 2; 三 分 球 出 手 數 排 名 第 1 為 菲 律 賓 隊 ($M = 26.00$, $SD = 4.39$), 排 名 第 8 為 伊 朗 隊 ($M = 18.22$, $SD = 4.58$), 中 華 臺 北 隊 則 在 此 項 排 名 第 4 ($M = 24.44$, $SD = 6.43$); 三 分 球 命 中 率 以 菲 律 賓 隊 ($M = 36.78$, $SD = 11.38$) 排 名 第 1, 卡 達 隊 ($M = 24.38$, $SD = 9.09$) 排 名 第 8, 中 華 臺 北 隊 ($M = 36.11$, $SD = 13.50$) 在 此 項 排 名 第 2。

罰 球 命 中 數 以 伊 朗 隊 ($M = 16.22$, $SD = 4.79$) 排 名 第 1, 哈 薩 克 隊 ($M = 11.67$, $SD = 6.50$) 排 名 第 8, 中 華 臺 北 隊 ($M = 12.78$, $SD = 5.38$) 在 此 項 排 名 第 6; 罰 球 出 手 數 排 名 第 1 為 中 國 隊 ($M = 24.00$, $SD = 6.89$), 排 名 第 8 為 哈 薩 克 隊 ($M = 15.89$, $SD = 8.36$), 中 華 臺 北 隊 則 在 此 項 排 名 第 4 ($M = 19.00$, $SD = 8.70$); 罰 球 命 中 率 以 韓 國 隊 ($M = 77.00$, $SD = 12.99$) 排 名 第 1, 約 旦 隊 ($M = 63.89$, $SD = 8.68$) 排 名 第 8, 中 華 臺 北 隊 ($M = 68.22$, $SD = 9.77$) 在 此 項 排 名 第 6。

進攻籃板數以哈薩克隊 ($M = 14.11$, $SD = 4.86$) 排名第 1, 中華隊 ($M = 8.89$, $SD = 4.65$) 在此項排名第 8; 防守籃板數排名第 1 為伊朗隊 ($M = 28.56$, $SD = 6.11$), 排名第 8 為哈薩克隊 ($M = 22.33$, $SD = 4.82$), 中華臺北隊則在此項排名第 3 ($M = 27.11$, $SD = 5.16$); 總籃板數以伊朗隊 ($M = 42.00$, $SD = 6.16$) 排名第 1, 韓國隊 ($M = 34.56$, $SD = 5.88$) 排名第 8, 中華臺北隊 ($M = 36.00$, $SD = 6.96$) 在此項排名第 6。

助攻數以伊朗隊 ($M = 20.89$, $SD = 4.70$) 排名第 1, 排名第 8 為哈薩克隊 ($M = 13.22$, $SD = 4.52$), 中華隊 ($M = 18.22$, $SD = 6.63$) 在此項排名第 3; 失誤數排名第 1 為約旦隊 ($M = 14.67$, $SD = 3.04$), 排名第 8 為菲律賓隊 ($M = 9.89$, $SD = 2.71$), 中華臺北隊則在此項排名第 2 ($M = 14.44$, $SD = 2.01$); 抄截數以伊朗隊 ($M = 6.22$, $SD = 2.91$) 排名第 1, 卡達隊 ($M = 3.50$, $SD = 2.62$) 排名第 8, 中華臺北隊 ($M = 5.33$, $SD = 2.24$) 在此項排名第 3。

阻攻數以韓國隊 ($M = 4.89$, $SD = 3.18$) 排名第 1, 排名第 8 為哈薩克隊 ($M = 1.22$, $SD = 0.83$), 中華隊 ($M = 2.56$, $SD = 1.74$) 在此項排名第 4; 被阻攻數排名第 1 為韓國隊 ($M = 3.00$, $SD = 2.40$), 排名第 8 為卡達隊 ($M = 1.63$, $SD = 1.77$), 中華臺北隊則在此項排名第 6 ($M = 2.22$, $SD = 2.05$)。

犯規數以哈薩克隊 ($M = 22.22$, $SD = 5.42$) 排名第 1, 排名第 8 為中華隊 ($M = 16.44$, $SD = 3.43$); 被犯規數排名第 1 為中國隊 ($M = 21.22$, $SD = 5.43$), 排名第 8 為菲律賓隊 ($M = 17.44$, $SD = 3.28$), 中華臺北隊則在此項排名第 4 ($M = 20.22$, $SD = 4.35$)。

總得分以伊朗隊 ($M = 86.78$, $SD = 14.51$) 排名第 1, 排名第 8 為哈薩克隊 ($M = 65.67$, $SD = 12.42$) , 中華臺北隊則在此項排名第 2 ($M = 79.89$, $SD = 14.85$) ; 替補得分排名第 1 為韓國隊 ($M = 43.11$, $SD = 13.62$) , 排名第 8 為約旦隊 ($M = 23.56$, $SD = 9.77$) , 中華臺北隊則在此項排名第 4 ($M = 30.11$, $SD = 10.24$) 。

對手失誤得分以伊朗隊 ($M = 20.00$, $SD = 11.83$) 排名第 1, 中華臺北隊則在此項排名第 8 ($M = 9.33$, $SD = 4.30$) ; 快攻得分排名第 1 為伊朗隊 ($M = 11.00$, $SD = 6.25$) , 排名第 8 為卡達隊 ($M = 5.00$, $SD = 2.98$) , 中華臺北隊則在此項排名第 3 ($M = 7.78$, $SD = 5.02$) 。

禁區得分以伊朗隊 ($M = 42.89$, $SD = 13.23$) 排名第 1, 排名第 8 為哈薩克隊 ($M = 22.00$, $SD = 4.47$) , 中華臺北隊則在此項排名第 4 ($M = 27.78$, $SD = 9.62$) ; 第二波進攻得分排名第 1 為伊朗隊 ($M = 13.89$, $SD = 3.82$) , 排名第 8 為中華臺北隊 ($M = 7.33$, $SD = 4.64$) 。

第二節 中華隊兩屆數據表現比較

以描述性統計比較 2013 年與 2011 年各項攻守數據，結果如表 7 所示。

表 7 2011 及 2013 年各項攻守紀錄平均數分析摘要表

變項	年份	平均數	標準差
投籃命中數	2011	27.00	8.22
	2013	29.00	5.27
投籃出手數	2011	66.78	9.58
	2013	60.67	4.85
投籃命中率	2011	40.00	8.80
	2013	47.89	8.68
二分球命中數	2011	20.33	5.94
	2013	19.89	4.17
二分球出手數	2011	43.44	8.66
	2013	36.22	6.10
二分球命中率	2011	46.67	10.50
	2013	55.11	8.07
三分球命中數	2011	6.89	5.44
	2013	9.11	5.01
三分球出手數	2011	23.33	10.44
	2013	24.44	6.43
三分球命中率	2011	28.22	15.04
	2013	36.11	13.50
罰球命中數	2011	11.78	3.38
	2013	12.78	5.38
罰球出手數	2011	18.22	5.50
	2013	19.00	8.70
罰球命中率	2011	66.00	13.32
	2013	68.22	9.77
進攻籃板數	2011	10.22	3.87
	2013	8.89	4.65

(續下頁)

變項	年份	平均數	標準差
防守籃板數	2011	26.11	5.69
	2013	27.11	5.16
總籃板數	2011	36.33	7.47
	2013	36.00	6.96
助攻數	2011	16.33	6.12
	2013	18.22	6.63
失誤數	2011	12.00	3.54
	2013	14.44	2.01
抄截數	2011	8.78	4.52
	2013	5.33	2.24
阻攻數	2011	1.33	1.12
	2013	2.56	1.74
犯規數	2011	14.44	3.64
	2013	16.44	3.43
被犯規數	2011	17.11	3.26
	2013	20.22	4.35
得分	2011	73.11	20.87
	2013	79.89	14.85
利用對方失誤得分	2011	17.78	7.40
	2013	9.33	4.30
禁區得分	2011	34.67	11.75
	2013	27.78	9.62
第二波進攻得分	2011	10.67	6.61
	2013	7.33	4.64
快攻得分	2011	14.89	9.92
	2013	7.78	5.02

2013 年攻守數據優於 2011 年的項目有：投籃命中數、投籃命中率、二分之一球命中率、三分球命中數、三分球出手數、三分球命中率、罰球命中數、罰球出手數、罰球命中率、防守籃板數、助攻數、阻攻數、被犯規數、得分數等 14 項。

其中與得分有最大相關性的四項命中率數據：總投籃命中率（8強中排名第2）、三分球命中率（8強中排名第2）、三分球命中率（8強中排名第2）、罰球命中率表現都優於2011年，且三分球命中數（8強中排名第4）、三分球命中數（8強中排名第2）、罰球命中數也有進步情形，故2013年的得分數（8強中排名第2）較上屆高，可綜觀2013年的中華隊在進攻表現上比較2011年有明顯進步現象。

以往中華隊最擔憂的是內線能力薄弱無法與其他高壯球隊抗衡，但2013年的中華隊在防守籃板數與阻攻數都較2011年有成長，2013年的防守籃板（8強中排名第3），阻攻數（8強中排名第4），顯示中華隊的內線戰力已經可以和其他國家相抗衡，並不會成為弱勢。

助攻數（8強中排名第3）的成長，顯示中華隊團體進攻概念進步，有較多的導傳攻勢，製造更好的投籃機會。有較佳的傳導組織，造成對方防守上壓力，情急之下以犯規來阻擋中華隊進攻，故製造對方犯規（8強中排名第4）的數據成長。

第三節 訪談對象簡介

許晉哲教練高中時期是再興高中第一屆正式進軍甲組比賽的球員，畢業後進入臺北工專就讀，在入伍期間曾經為飛駝籃球隊球員，退伍前因膝傷引退，之後轉戰教練一職（張正邦，2013），打造再興高中王朝，拿下高中籃球聯賽（High School Basketball，以下簡稱 HBL）四座冠軍，包括 2001 年、2002 年之二連霸紀錄。之後再興球隊解散後，就轉戰帶領職業球隊。

當年 33 歲時成為超級籃球聯賽（Super Basketball League，以下簡稱 SBL）最年輕總教練，個性務實的他期許能打造一支有拚勁、有特色、有傳統更有紀律的隊伍，特別強調「團隊 TEAM」的概念。憑著堅定信念，將稚嫩的球員成功改造進而蛻變成熟，球隊戰績及球員實力日益成長。他自己五度榮獲 SBL 年度最佳教練殊榮，其中更締造空前的四連霸紀錄（第七季~第十季）。

除了在國內戰績顯赫，他更帶領中華臺北男籃隊在 2013 年締造歷史，在亞錦賽八強賽擊敗強敵中國隊，寫下臺灣籃壇重要一頁，獲得第四名佳績。亞錦賽後，國際籃總也肯定他帶領球隊的實力，邀請他前去美國參與教練培訓，等同於獲得「2013 年亞錦賽最有潛力教練」的殊榮。隨後 10 月份的東亞運更帶領中華臺北奪下可貴金牌，每項佳績與榮譽皆可稱上「臺灣之光」，他也期待再讓國人看見臺灣的力量。

表 8 許晉哲教練經歷一覽表

年份	經歷
2007~迄今	現任璞園建築籃球隊 總教練
2013 年	超級籃球聯賽第十季最佳教練
2012 年	超級籃球聯賽第九季最佳教練
2011 年	超級籃球聯賽第八季最佳教練
2010 年	超級籃球聯賽第七季最佳教練
2008 年	超級籃球聯賽第五季最佳教練
2006~2007 年	東風男子籃球隊教練
2002、2004 年	中華青年男子籃球隊總教練
1998、2000 年	中華青年男子籃球隊助理教練
1997、1999、2001 年	高中明星籃球隊教練
1996~2006 年	台北市私立再興中學籃球隊教練
2002 年	國家 A 級籃球教練
1997 年	國家 B 級籃球教練

第四節 訪談結果

(2014/5/2 訪：01)

一、國際賽前，中華隊的集訓時間為多長？

在亞錦賽前夕，會有幾個盃賽，如亞錦資格賽（2013 年韓國仁川）跟國內舉辦瓊斯盃，兩個盃賽陸續結束後，剛好銜接上亞錦賽，國際賽訓練期都會規劃在前 60 天開始集訓，2013 年這屆則是 45 天左右。有關球員人選部分，在每個賽事（亞錦資格賽、瓊斯盃、亞錦賽及東亞運）都有所變動，但每位球員在每場比賽都全力以赴。

集訓期間訓練時間一週計約有 11 次練習時間，星期一到星期五上下午各 1 次，星期六 1 次，星期天固定休息，但有時會視實際狀況做調整。

(2014/5/2 訪：01)

二、此屆中華隊集訓場地為何處？是否有包含球員餐廳？住宿？

中華隊集訓場地為北投會館，位在北投捷運局附近，裡面設施有包含球館，餐廳，宿舍等。現階段並沒有中華隊專屬之練習場地，除北投會館外目前國內還找不到合適場地包含球館設備、餐廳，如要附設含宿舍設備難度更高。選擇北投會館起始於 2009 年鄭光錫教練擔任中華隊教練，為了安排鄭教練的住宿，因此，和北投會館開始配合。自此之後，中華隊便固定集訓於此。

(2014/5/2 訪：01)

三、教練選手相關集訓津貼？

體育署發放之津貼補助為教練跟球員一天 700 元，如以粗估一個月約三十天集訓每人可領得補助費為 21,000 元，對中華隊球員而言，可領的補助金可算是相當微薄。針對補助金問題，選手希望國家能夠改進，增加補助。前幾年中華隊透過璞園領隊贊助，主要以贊助球隊機票或比賽成績獎金。2013 年獲得璞園李忠恕董事長的支持，直接贊助球員每月訓練薪資提高到 50,000 元，扣除體育署發放之 21,000 元補助金，其餘之 29,000 元由璞園支付，讓球員薪資上面有所實質提升。

(2014/5/2 訪：02)

四、教練團對於對手的情報蒐集分工？

我跟教練團隊會到對手比賽現場去做情報蒐集，以瞭解對戰對手比賽狀況。由於每年各國家選手也會有所變動，所以現場觀賽是必要的，根據對手狀況，去擬定對戰策略。在教練團情報蒐集分工方面，我主要針對各隊球員特性，分析後衛、前鋒、中鋒等位置。對手攻防之戰術，則由助教麥班達教練負責，之後，共同討論依照對手個人特性及常用之戰術，對應到中華隊同位置球員，研究自己球員是否可以在同位置產生優勢或劣勢。如果同位置球員比較上，中華隊是偏劣勢，則是要尋覓更適合球員去彌補劣勢地方。

(2014/5/2 訪：02)

五、教練與球員的比賽相關會議時間點？

- (一)、預備會議—教練團會在前一天就提早準備好隔天比賽內容的推演。
- (二)、賽前會議—在賽前會跟球員開會，做比賽重點提醒跟溝通。
- (三)、賽後檢討—比賽結束後召開賽後會議，檢視當天比賽環節情況。

(2014/5/2 訪：02)

六、此屆中華隊快攻次數似乎比對手突出（八強賽前的7場比賽，快攻得分表現中華隊為58分，其他7隊分數為34分），是否在賽前有加強訓練？

進攻戰術系統是用自己多年教練生涯融會出的戰術系統。從以前帶高中球隊經驗，到後來去日本、韓國等不同國家學習的戰術特色，並將所學習到的進攻系統作融合，轉化

成適用於臺灣球員特色的獨有進攻系統。之後，也實際應用於璞園職業球隊上，而後也應用在中華隊。對於中華隊比賽進攻戰術的執行，雖然部分球員還是不小心出現跑錯位置情形，但在戰術重點的概念上，球員已充分掌握到。

(2014/5/2 訪：03)

七、訓練內容是否有制定計畫或週期表？

訓練前是一定會制定計畫，但計畫永遠趕不上變化。假設你今天設計 12 個球員整體練習，但因突發狀況，只有 10 個球員到場，教練就必須臨機應變，對訓練內容做調整。每場比賽結果成績好壞，重點取決於練習過程，如果練習過程是流暢的、達到預期目標的，基本上該場比賽結果應該會是好的，但其實成績的結果好壞，是沒有一定的。以璞園隊為例，這一週預計會有兩場比賽，如球員這週訓練的內容正確並且達到預期效果，球員的練習態度正向，球隊整體訓練狀況良好，對於比賽就會產生極大的信心。

帶隊實際經驗上，實務跟理論通常存在很大的差別，一般人常會用訓練理論去套用實際練習，其實是不太可行的。建議訓練球隊需要依實際狀況去衡量，包含比賽，訓練，都應該依照現場實際狀況去做更改。如訓練當天原訂 12 項內容，但訓練到第 8 項時，球員已達到疲累狀態，此時，就需要去做改變，變更後續 4 項訓練內容或濃縮處理，不能期望將原有訓練內容全部完成，不然可能導致訓練的效果不佳。

(2014/5/2 訪：04)

八、針對各隊，是否有設定特定的防守策略？

基本上人盯人防守已經是一個國際趨勢，原因為各國定位射手球員越來越多，如果選擇區域防守，基本上對方只要

導三次傳球就會容易產生空檔。大部份人也會認為如果對方身材比我隊高大就應該使用區域防守，但其實區域防守會有幾個缺點：第一會漏掉對方外線，第二是區域防守不見得對籃板球的掌握度會較高，如認為區域防守就可以容易拿到籃板球，其實這是不對的觀念，人盯人防守比區域防守更容易把籃板球掌握好。中華隊較少使用區域防守，也有幾點原因：第一是區域防守還沒有守得夠好，第二是各國射手越來越多，動作越來越好，只要一點點空檔，甚至一對一盯人防守，都可以將球投進，更何況是守區域防守。區域防守戰術其實會給對方很多的出手機會，如果防守方未能將在比賽時，把防守交代好，會造成很大的風險。

如當對方已經習慣我隊區域型態，找到許多突破點，教練團可以運用暫停去設計不同的防守方式，改成對對方壓迫防守，給予不同變化。對方教練在暫停時，通常可能會去設計進攻戰術，那麼就是想出相對的防守策略去阻擋對方的攻勢，利用不同的防守策略增加變化去壓制對方進攻，守住對方進攻就達成目的。

另外，每隊都應設定防守強將，在球員比賽時，球員任務都應該有所區分，誰是專責防守，誰是專責進攻，如果每位球員都想進攻跟防守兼具，體力會很吃重，當然基本的進攻跟防守都要做到。當守不住對方時，造成連續失分，不能持續由同一人防守，此時教練設定防守強將上場。在璞園隊也有設定防守強將如球員林金榜、林宗慶，中華隊則由楊敬敏擔任。

(2014/5/2 訪：05)

九、此屆中華隊三分火力強大（九場比賽共計出手 220 次，投進 82 球，命中率將近四成），三分命中率有好的表現，請問賽前集訓有加強訓練嗎？訓練方式為？

在投籃訓練方面採取比賽化，不採取有防守球員方式，因投籃最主要為練動作的流暢度，增加防守球員干擾，不僅耗費體力，練習效果也不佳。

投籃訓練有幾個重點：

- (一)、運用器材—由教練拿障礙物如掃把，在球員前方做干擾動作。
- (二)、加快球員投籃出手的節奏跟速度—平均一個教練對 1 個或 1.5 個球員，由教練負責傳球，球員輪流投籃，效果比 12 位球員一起練習會更好。
- (三)、第三有效運用人力—北投會館的重訓設備為提供一般民眾使用，對於中華隊而言重訓設備較為不足，因應措施邀請與中華隊多年合作經驗的體能教練團隊協助。

訓練方式採用將 12 名球員，分為兩批輪流進行重量訓練跟投籃訓練。第一批前 6 個人先做重量訓練，後一批 6 個人先做投籃訓練，因此平均一個教練可以督導 1 至 1.5 個球員，暨可以要求投籃動作，體能教練也可以一對一方式做體能上訓練要求。

至於重量訓練應該安排在投籃訓練前還是投籃訓練後沒有一定，但絕對避免安排在團體練球活動後，因為團體練球活動完，球員已經消耗很多體力，後續再安排重量訓練，會造成肌肉過度疲勞，產生不佳效果。重量訓練大部分設定安

排在投籃訓練前，讓球員在稍微疲累的情況下進行較不費力的投籃訓練，也同時比擬比賽實際情況。每天投籃訓練的進行順序會因球員位置來區分，避免每天都是相同球員一起做投籃訓練，如今天設定是一號位置跟三號位置球員，隔天可能是一號位置球員自己同組。任何訓練都要有新鮮感，訓練效果才會好。

(2014/5/2 訪：06)

十、此屆比賽，您認為中華隊全體球員的備戰心理狀況如何？

多數球員擁有在中華隊的經歷，如林志傑，田壘，曾文鼎等常客，在心理想法上可能認為又要為中華隊打球了。也因為以往國際賽的比賽經驗大多是輸多贏少，我則灌輸球員比賽勝負觀念—跟球員說參加比賽不是來輸的，即使碰到強隊也要去挑戰看看，心理上要告訴他們，我們不是打比賽就一定輸。

2013年戴維斯的加入，為禁區戰力助益良多。戴維斯的重要性就是因為國內球員並不喜歡比賽場上身體的碰撞，國際賽對手長人高度大部分是在210至220公分左右，中華隊身材偏矮小，戴維斯雖然也只有203公分，但他主要專長就是禁區動作，積極歸化戴維斯就是希望可以補足內線戰力，戴維斯也盡責做好份內工作，其他球員看到戴維斯的加入，在進攻上較能發揮水準，球員求勝心有加強許多，覺得自己可能可以贏，教練再慢慢引導球員要贏的心理。

(2014/5/2 訪：07)

十一、歷經 CBA 洗禮的國手們，教練認為他們與在國內打球的最大差異處為何？身材/體能？心理？技術？

由於中國球員身材及條件技術不差，部分球隊擁有美國職籃退役球員，加上中國共有 18 支球隊。有旅中經驗的選手們，相對地遇到對戰的對手多，也學習到更多比賽經驗及對手特色。在國內 SBL 僅 7 支球隊，以本土球員為例，在國內打球同位置球員，你只需要對戰到其他 6 隊對手。而在中國打球，每個位置可能有 1 至 2 位球員，17 隊則需要對戰至少 34 個對手。要想在中國籃壇生存，自己就必須加強體能、強化心理、提升技術，讓自己擁有更多的武器，才得以勝出。

(2014/5/2 訪：07)

十二、戴維斯的歸化緣起？過程是否遭遇困難？

緣起於 2009 年中華隊在日本比賽，當時日本有個歸化球員櫻木 JR，那一年中華隊守不住該球員。中華隊比賽後，戴維斯主動詢問中華隊戰況如何，我就開玩笑回答：「就缺你一個。我們阻擋不了對方歸化球員，所以輸了。」戴維斯聽後就回答：「那你們就讓我參加，讓我上場阿！」，聽後就跟戴維斯說：「要參加，那你要歸化才可以參加。」戴維斯也很快回答：「ok 阿，只要你們去做（歸化程序），我就配合。」後來便與璞園董事長提議，董事長認為如果戴維斯本人願意，就可以試試看。

由於國內的歸化制度，有較多限制，需要放棄許多東西（如國籍），另外也要照顧到歸化球員的未來，有些國家承認歸化球員可以擁有雙重國籍，但國內規定必須擇其一。而放棄美國國籍這件事情對美國人來說非常的重大，去美國在臺

協會辦理手續時，協會工作人員提醒戴維斯考慮周全。最後歸化球員福利部分，第一是籃球協會與戴維斯簽訂兩年歸化合約，籃球協會提供一筆專案計畫的預算付給戴維斯，第二是璞園隊跟戴維斯簽訂兩年球員合約，保障薪資。

(2014/5/2 訪：08)

十三、想請問此屆比賽最令您感動的中華隊時刻？

我對菲律賓一戰最深刻，因為菲律賓隊是地主球隊，當中華隊提前進球場準備比賽，現場主場球迷已發出噓聲，中華隊本以為是針對比賽中的兩隊，但從中華隊進球場到後來抵達休息室這段路程，球迷持續在鼓譟，後來中華隊才意識到是針對自己。

比賽開始，剛開賽中華隊取得領先局面，但後來被對方反超前，主場球迷全場歡呼鼓譟，最後中華隊在極大壓力情況下逆轉戰局，逆轉成功的中華隊全隊心情很感動很激動。因為這場比賽能夠成功完成逆轉動作，是非常困難的。要在25,000名主場球迷干擾下打球，另外重點也因為很久沒有贏過菲律賓隊，以前沒有贏過菲律賓的紀錄，現在打贏了，還是在對方主場，真是不可能的任務。賽後進休息室球員心情都很亢奮，非常開心，教練團也認為今年亞錦賽已經達到預期的目標。

後來，中華隊還有更艱難的關卡要去挑戰，對上強勁的中國隊，在菲律賓的中華隊其實也不清楚國內國人收看亞錦賽的戰況。對上中國隊的中華球員心裡出現「一定會輸」的想法，我的心裡想法則是「沒想過會贏，但沒有想過一定輸」，因為歷史上遭遇中國隊，從未贏過，但這項任務是非常困難的，對方主力球員也都在，幸好戴維斯的加入，對方也不了

解，讓我們在比賽中，慢慢要回失分，打出中華隊精神，完成不可能的任務，擊敗中國隊，球員都很興奮不已。

(2014/5/2 訪：09)

十四、中華隊好幾次有逆轉勝局表現，是教練在中場有心理喊話？

中華隊從瓊斯盃開始就出現這類逆轉球狀況，前兩節處於落後，到第三四節才慢慢追回落後分數。逆轉球是很難的任務，追回失分需要一些條件。打個比喻說：「當面對一灘死水情況，你一定要丟石頭或某個東西去做化學效應！」比賽也是如此，比賽落後十幾二十分，教練必須讓隊上產生化學反應，如暫停過後還是同樣球員上場，還是無法挽回落後戰局，最好的對策就是選對球員上場或設定對的戰術，慢慢挽回戰局。當分數慢慢追回時，就可以喚醒主力球員，讓他們認為這場比賽是有機會反敗為勝，先讓主力球員覺得有機會，那這場比賽才有可能贏。如果連轉變機會都沒有，那根本不可能贏。

當戰局大比分落後，更需要顧及球員心理層面，落後局面時，將主力替換下場，主力球員可能會跟教練爭取繼續留在場上，那教練就必須跟他明講，你今天狀況就是不佳，但我最後比分追回來的重要時刻還是會用到你。但現在已成定局，你就休息吧。亞錦賽後的東亞運冠軍賽，當時主力球員狀況不太好，所以把其他球員替補上去時，去做全場壓迫的變化防守，逐漸把分數追回來的時候，主力球員也看到比賽有轉機了，在對的時間換對的人上場，就可以扭轉戰局。

(2014/5/2 訪：10)

十五、教練的領導風格？

個人是採取可溝通的，權威跟領導並行的方式。如果球員跟教練稱兄道弟，那教練就不用帶球隊了，如爭取上場時間，如果跟教練感情較好的球員，影響教練人員安排，對其他 11 個球員並不公平。建議教練應在非練球時間跟球員作溝通，基本上集訓時，是採取權威型的領導方式，但在比賽中是採用可以和球員討論，因為大家都是為了幫助球隊贏球，有適當的討論是好的。但教練須有一套公定的獎懲制度，讓球員信服，由於中華隊球員接觸不同教練經驗多，教練不但必須嚴格要求自己的身教言教要說到做到，另外要兼具與球員的溝通跟關心，讓球員在心理上感受到有被關心。

另外因為以前擔任過高中教練，有個用人理念，既然人進來了，就要用他，如果一隊之中只用少數球員，對其他球員則會產生不好的化學效應。在璞園隊我與球員溝通，強調在璞園隊上場時間一定比在其他球隊多，讓球員知道自己所屬任務，上場就是盡力拚。在中華隊亦是如此，強調每個球員都有其特點，需要你的時候一定會用你。

(2014/5/2 訪：11)

十六、擔任中華隊的教練遭遇的困難？

(一)、國內選手身材受限—日本韓國人口比率都比我國高，運動選手人口較多，他國選手身材普遍較臺灣選手較好。

(二)、運動選手獎勵制度—在籃球戰場上，我們有較高的把握可以贏新加坡、香港及馬來西亞等跟我們同規模國家，但中日韓這些大國家，是臺灣遠遠

不及。在獎勵制度還是不及他們，如日韓職業球員的薪資年薪千萬，而臺灣職業球員的薪資則在年薪百萬水準。

(三)、球員報到參與集訓時間不一—因為需要配合球員母隊的決定，故中華隊集訓到齊時間較難以統一。

(四)、帶隊一定會碰到困難，當碰到時就”改變”吧！杵在原地也沒用。

第五節 中華隊 SWOT 分析

綜觀中華隊攻守數據及許晉哲總教練訪談結果，研究者評估中華隊整體優勢、劣勢、機會、威脅四方面因素，結果如下所述，精簡內容如表 9 中華隊 SWOT 分析表。

一、優勢 (Strengths)：

- (一)、中華隊整體進攻技術進步到排名前 2 水準：總投籃命中數、總投籃命中率、三分球命中數、三分球命中率、總得分，都有很好的成績表現。
- (二)、助攻跟快攻得分表現佳：球員間的組織進攻傳導佳，並能把握快攻機會，為球隊添加分數。
- (三)、團隊戰術執行能力佳：經由許晉哲總教練第二屆的帶領，球員對於教練佈達之戰術完成度高。

二、劣勢 (Weaknesses)：

- (一)、身高體重較他國矮小單薄，球員平均年齡偏高，先天條件不佳：體型的差異會影響球隊整體成績的表現，如身高較矮小，籃板球的鞏固難度就提高。球員年齡偏高，就會有體力不足之顧慮，或是球員長期比賽造成身心疲憊情形。
- (二)、球員集訓全體到齊難度高：球員所屬球隊分散，需要配合各職業母隊期程，全隊到齊統一集訓難度很高。
- (三)、球員福利及後備球員培養制度不夠完整，中華民國籃球協會（以下簡稱籃協）提供之訓練資源較薄弱：代表中華隊選手補助獎勵過低，加上需要投入額外集訓跟比賽，球員未能有適度休息時間，身體勞累度會加倍，比賽受傷風險提高。如

不小心於比賽受傷，球員會難以跟職業母隊做交代，故球員願意代表中華隊之精神值得獎勵。後備人才球員的培養也是臺灣籃協需要去好好做規劃的重要工程，要更積極去推動年輕選手的培養及比賽參與經驗，做到中華隊新舊經驗傳承，才不會有實力斷層的憂慮。

三、機會 (Opportunities)：

- (一)、延攬優異洋將成為歸化球員，提升中華隊實力：評估國內洋將實力，利用其優異能力來補強中華隊戰力，同時也能增加國內球員與洋將對抗練習機會。
- (二)、增加年輕球員國際賽經驗，傳承中華隊經驗：期望由經歷豐富前輩球員去帶領年輕球員，選手對戰的經驗值是需要被提升的，球員的實力唯有不斷磨練才能更進步。
- (三)、強化訓練份量及品質：教練團規劃內容紮實的訓練課程，訓練的品質要求達到有效率、有效能。

四、威脅 (Threats)：

- (一)、中國及他國籃球協會積極延攬臺灣優異球員：其他國籃球聯盟制度較我國完整，在薪資方面也較臺灣優渥，且球員也希望能增進自己實力，故想要去參加其他國比賽，造成國內優秀球員出走，整體國內球員水準實力降低。
- (二)、亞錦賽各隊教練團及球員都會有所變動及補強，未來競爭會更加激烈：每年中華隊都需要面對到各國射手人才輩出，期望臺灣也要自我要求進

步，強化國內籃球整體環境制度，不然，恐難再創前四強佳績。

表 9 中華隊 SWOT 分析表

優勢 Strengths	劣勢 Weaknesses
<ol style="list-style-type: none"> 1. 中華隊進攻表現進步。 2. 助攻跟快攻得分表現佳。 3. 團隊戰術執行能力佳。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 身高體重較他國矮小單薄，球員平均年齡偏高，先天條件不佳。 2. 球員集訓全體到齊難度高。 3. 球員福利及後備球員培養制度不夠完整，籃協提供之訓練資源較薄弱。
機會 Opportunities	威脅 Threats
<ol style="list-style-type: none"> 1. 延攬優異洋將成為歸化球員，提升中華隊實力。 2. 增加年輕球員國際賽經驗，傳承中華隊經驗。 3. 強化訓練份量及品質。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 中國及他國籃協積極延攬臺灣優異球員。 2. 亞錦賽各隊教練團及球員都會有所變動及補強，未來競爭會更加激烈。

第六節 討論

本章依據研究結果分為以下三點討論：

- 一、從攻守表現探討前三強隊伍特性。
- 二、從中華隊優劣勢攻守數據在八強中排名，探討其表現。
- 三、從教練訪談結果探討兩屆比賽數據之表現。

一、從攻守表現探討前三強隊伍特性。

獲得第一名的伊朗隊在總投籃命中數、總投籃命中率、三分球命中數、三分球出手數、三分球命中率、罰球命中數、防守籃板數、總籃板數、助攻數、抄截數、總得分、對手失誤得分、禁區得分、第二波進攻得分、快攻得分等 15 項攻守數據都是八強中排名第 1 的隊伍。顯示伊朗隊利用其身高優勢（排名第 2）及體重優勢（排名第 2），具有良好的禁區進攻能力，在禁區得分數據、第二波進攻得分、三分球（命中數、出手數、命中率）都是此屆盃賽最優秀隊伍。且也擁有突出的抄截能力，能掌握對手失誤製造得分，有優異的快攻得分能力，團隊助攻能力。雖在三分球命中數跟三分球出手數都敬陪末座，但能靠著強大的內線攻擊能力，奪下冠軍王位。

第二名菲律賓隊是八強中年齡最大之隊伍，體重也最輕，身高排名第 6，在體型上是屬於矮小隊伍，但其利用在總投籃數、三分球（命中數、出手數、命中率）等四項攻守表現都是排名第 1，失誤次數最少，可謂是外線射手部隊。另外雖在先天體型上是居於弱勢，但在防守籃板數、總籃板數、阻攻數等三項防守技術都排名第 2，勇奪第二名佳績。

第三名韓國隊在八強中屬於年輕球隊（排名第 6），其攻

守技術優異項目有最穩健的罰球命中率（排名第1）、最重要防守技術—阻攻數（排名第1）、替補得分表現最佳（排名第1），顯示其替補球員在場上積極表現，努力搶分，以幫助球隊取勝。另外再助攻數、抄截數及快攻得分等三項表現，在八強中皆排名第2，表現也很優異，故可取得第三名成績。

二、從中華隊優劣勢攻守數據在八強中排名，探討其表現。

中華隊身高於八隊中為最矮小，體重排名第7，年齡排名第3，跟菲律賓隊相同都是屬於矮小球隊類型。在進攻籃板、第二波進攻得分、對手失誤得分等3項技術排名第8，顯示球員對爭搶進攻籃板製造第二波進攻的態度不夠積極，且失誤數過高（排名第2），是非常需要改進的。在罰球命中數、罰球命中率、總籃板數、都排名第6，也是待改進項目。防守籃板（排名第3）有做好鞏固的重點總籃板要再努力。

但所幸中華隊攻守技術中，在犯規數此項表現最佳（排名第1），另外總投籃命中數、總投籃命中率、三分球命中數、三分球命中數、三分球命中數、總得分數等6項技術都排名第2，防守籃板（排名第3）鞏固得宜，屬於不錯表現。另快攻得分、球隊進攻導傳的助攻表現也屬良好（皆排名第3）。

三、從教練訪談結果探討兩屆比賽數據之表現。

2013年是許教練帶領中華隊的第二年，跟球員的默契較上屆更好，加上集訓期球員間的練習配合，瞭解隊友間的進攻特性，使得球員在實際比賽中，有更好的進攻導傳攻勢，在助攻數有優異表現（較上屆進步，並在八強中排名第2）。

許教練瞭解中華隊多數球員在參加國際比賽，會較缺乏信心，是因為中華隊欠缺禁區戰力，故許教練為強化中華隊內線戰力，努力推動使戴維斯成為中華隊首位歸化球員。由

於戴維斯的加入，讓中華隊其他球員對比賽信心增加許多，知道禁區有盡責的戴維斯坐鎮，中華隊不管在進攻或防守上，都能更有信心去完成場上任務，使得整體防守表現有所提升，其防守籃板跟阻攻數 2 項數據在八強隊伍中排名在前四的水準表現。

許教練提到在投籃訓練上，有效運用教練精簡人力，使用障礙物製造投籃難度干擾球員出手，並讓球員分批做重量及投籃練習，加強球員投籃動作的流暢度。其訓練成果也反映在數據上——投籃命中率、三分球命中率、三分球命中數、三分球命中率、總得分等 5 項進攻數據，在八強中排名在第 2 位置，是非常優異的表現。

第五章 結論與建議

第一節 結論

根據研究結果針對所探討的問題，提出下列結論與建議：

一、中華隊 2013 年優於 2011 年的項目：

投籃命中數、投籃命中率、二分球命中率、三分球命中數、三分球出手數、三分球命中率、罰球命中數、罰球出手數、罰球命中率、防守籃板數、助攻數、阻攻數、被犯規數、得分數等 14 項。顯示進攻技術的各項投籃命中率及助攻數表現呈現進步情形，而防守技術的防守籃板數及阻攻數，也是較上屆表現佳。

二、瞭解 2013 年中華隊訓練相關歷程：

中華隊每週的訓練時間約 11 次，練習時間的選擇視實際情況隨時做調整。集訓場地自 2009 年後都選擇在北投會館，教練和選手訓練津貼方面，原有體育署發放之津貼加上企業贊助，選手可得每月 50,000 元津貼，較往年津貼有所提升，球員得到資源較多。

許教練在集訓期前會先制定訓練計畫，在比賽時期會不定期舉行比賽相關討論會議，在賽前也會確實做好對交戰對手情報蒐集工作，在正式比賽前跟球員做重點提醒跟溝通，比賽結束後會和球員做檢討，有掌握團隊合作要點，避免都僅由教練獨力操作，讓球員也參與其中，其凝聚力會更好。

中華隊之防守策略因應各國射手人才輩出，常設定採取人盯人防守，但會利用暫停時間，更換防守策略，給對手出其不意的變化。進攻技術訓練（快攻及投籃訓練），許教練融會自己多年教練經驗，發展出最適用中華隊球員的戰術系

統，尤其在投籃訓練上，配合受限之練球場地，充分運用教練團人力，讓球員在各項進攻訓練上，都能有效率地確實完成預期訓練目標。

球員整體自信心增加，原因除旅中球員的比賽經驗增加，技術表現相對提升。加上歸化球員的加入，增強內線禁區戰力，更重要是經由許教練權威跟溝通並行的領導風格，營造具凝聚力的團隊氣氛等各項利多，中華隊全員對取得比賽勝利有一定的決心和信心。相繼擊敗菲律賓隊和中國隊兩大強敵，最終取得第四名佳績，中華隊全體努力積極的優異表現值得肯定。

三、瞭解 2013 年中華隊 SWOT 分析：

優勢 (Strengths) — 2013 年中華隊在進攻技術上有優異表現，如總投籃命中數、總投籃命中率二分球命中率、助攻跟快攻得分等，並對教練下達之戰術能有不錯的執行能力。

劣勢 (Weaknesses)：身高體重較他國矮小單薄，球員年齡偏高，就會有體力不足之顧慮。球員所屬球隊分散，需要配合各職業母隊期程，全隊到齊統一集訓難度很高。球員福利及後備球員培養制度不夠完整，籃協提供訓練資源薄弱。

機會 (Opportunities) — 延攬優異洋將成為歸化球員，提升中華隊實力。增加年輕球員國際賽經驗，球員須不斷磨練才能更進步。強化訓練份量及品質，規劃紮實的訓練課程，期望有效提升選手表現。

威脅 (Threats) — 臺灣優異球員積極被他國延攬。各國射手人才輩出，教練跟球員都有要再提升實力的決心跟努力求勝的精神，才能有足夠力量對抗。

第二節 建議

中華隊進攻籃板、第二波進攻得分及利用對手失誤得分3項數據皆在八強中排名最後，建議未來中華隊教練可針對此3項數據技術表現去進行訓練再加強，鼓勵選手要積極爭搶進攻籃板，如能把握第二波進攻機會得分，不但可以增添分數，更重要是可以提高全隊氣勢，打擊對方信心。

比賽平均失誤次數超過10次有偏高現象及罰球不到七成的低命中率也是中華隊未來在訓練上要多留意強化的。建議找出球隊高失誤率原因，而後教練和球員共同研議如何做到改進動作。另建議未來教練在訓練中多增加對模擬比賽情境之罰球訓練量，以提升球員心理抗壓性及罰球技術的穩定度，協助改善命中率不佳情形。

建議中華籃協在球員福利制度、球員養成及臺灣籃球環境都需要再提升。每位中華代表隊成員都是為國家榮譽而戰，但在球隊訓練資源方面真的非常需要協會的大力支持，讓教練跟球員能得到妥善的待遇。建議協會可多參考亞洲同類型國家如中、日、韓等國的相關制度或運作模式，努力提升臺灣籃球整體環境。

建議全體國人多給中華隊掌聲，而不是只有對每場輸球的結果給予負面評價。國際比賽有其一定難度，各國都是派出最菁英選手來應戰，比賽勝負是無法預測的，但比賽中教練和球員在場上努力奮戰的態度，是運動競賽中最珍貴的精神。既然選擇這些教練及球員成為代表隊選手，那我們就應該心與他們同在，不論勝負都應給予鼓勵跟支持。

參考文獻

中文文獻

- 于剛 (1993)。籃球大辭典。北京市：北京體育學院。
- 吳良民、廖敏淑、魏春娥 (2012)。佛光大學女子籃球隊 96 學年度大專籃球聯賽得失分統計分析。高應科大體育學刊，11,16-25。
- 李征 (2010)。論”歸化球員”。瀋陽體育學院學報，3，120-121。
- 李清棋、劉幼華、林清香、馬樹秀 (2010)。97 學年度大專籃球聯賽男子公開組第一級前四名球隊攻守紀錄技術表現之比較分析。文化體育學刊，10，19-26。
- 李雲光、陳美枝 (2002)。籃球運動之快攻技術分析。大專體育，62，42-49。
- 沈明聰 (2013,7 月 15 日)。亞錦賽 / 12 人名單出爐 張宗憲因傷割愛。NOWNEWS 今日新聞。取自網址 <http://www.nownews.com/n/2013/07/15/197700>。
- 林正常、劉立宇、吳忠芳、林政東、鄭景峰、吳柏翰、林明儒 (譯) (2011)。運動訓練法。新北市：藝軒。(Bompa, T. O., & Haff, G.G., 2009)
- 邱啟益 (2009)。2006 年杜哈亞運男子籃球比賽攻守紀錄分析之研究(未出版碩士論文)。臺北市立體育學院，臺北市。
- 施靖桓 (2009)。2008 年北京奧運會男子籃球前四強技術表現之研究(未出版碩士論文)。中國文化大學，臺北市。
- 徐武雄 (2000)。國家 B 級籃球教練講習-體能訓練。臺北：臺北體院，中華民國 89 年國家 B 級籃球教練講習會。

- 徐武雄 (2006) 。專項位置觀念與需求技巧。載於鄭錦和、李鴻棋、徐武雄(主編)，*中華民國大專院校 B、C 級籃球教練講習會講義*，155-159。臺北市：中華民國大專院校體育總會籃球委員會。
- 徐武雄，李鴻棋 (2006) 。不同層級籃球訓練實務探討。*福爾摩沙體育學刊*，1，23-31。
- 馬毅、李杰凱、徐威 (1999) 。*籃球*。臺北市：國家出版社。
- 張正邦 (2013) 。台灣奇蹟 許晉哲燃燒鬥魂。自由時報
<http://news.ltn.com.tw/news/sports/paper/705256>。
- 張正邦 (2013,7 月 10 日) 。史上歸化第一人／戴維斯：台灣是我的家了。自由時報電子報。取自網址
<http://www.libertytimes.com.tw/2013/new/jul/10/today-sp5.htm>。
- 張正邦、梁偉銘 (2013,8 月 10 日) 。亞錦賽歷史性勝利 台灣打爆中國。自由時報電子報。取自網址
<http://www.libertytimes.com.tw/2013/new/aug/10/today-t1.htm>。
- 教育部體育署 (2012) 。*中華民國 101 年運動城市調查*。臺北市：作者。
- 陳忠強 (2012) 。杜克大學籃球基礎訓練模式與作法。*交大體育學刊*，4，82-93
- 陳明宏、陳培季、張世沛 (2013) 。大專籃球聯賽勝敗與攻守項目之探討—以 100 學年度大專甲一級女子籃球聯賽為例。*運動休閒餐旅研究*，8(1)，130-141。
- 陳建廷 (2011) 。大專籃球聯賽攻守數據表現差異之研究：以 99 學年度大專甲一級男子籃球聯賽為例。*嘉大體育健康休閒期刊*，10(3)，90-98。
- 陳錦偉、楊育寧、羅興樑 (2010) 。2007-2008 年美國 NCAA 男子籃球 8 強賽球員攻守紀錄之分析。*文化體育學刊*，10，53-61。

- 曾國棟、劉有德 (2010) 。高中籃球聯賽攻守紀錄主成分分析。大專體育學刊，12(2) ，43-50。
- 楊育寧、陳錦偉、陳金聲 (2012) 。2005-2010 年 NCAA 男子籃球決賽隊伍攻守紀錄之研究。運動研究，21(1) ，1-14。
- 蔡保田 (1987) 。調查研究法在教育上的應用。載於中國教育學會主編，教育研究法論(頁 1-31)。臺北市：師大書苑。
- 蔡崇賓、劉立宇、林政東、吳忠芳等編譯 (2003) ：運動訓練法。臺北市：藝軒。
- 鄭智仁 (2010) 。2008 奧運女子籃球攻守技術分析之研究。嘉大體育健康休閒期刊，9(1) ，143-151。
- 徐武雄 (2006) 。專項位置觀念與需求技巧。載於鄭錦和、李鴻棋、徐武雄(主編)，中華民國大專院校 B、C 級籃球教練講習會講義，155-159。臺北市：中華民國大專院校體育總會籃球委員會。
- 賴俊明、黃長福、李靜雯、黃朝和 (2008) 。第二十八屆威廉瓊斯盃國際籃球邀請賽男子組攻守技術分析。97 年度大專體育學術專刊，536-539。
- 謝玉娟、黃義翔、譚醒鴻 (2012) 。從籃球攻守紀錄解

英文文獻

- Bird, A. M. (1977). Development of a model for predicting team performance. *Research Quarterly*, 48, 24-32.
- Jowett, S., & Cockerill, I.M. (2003). Olympic medalists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4 313-331.
- Jowett, S., & Meek, G.A. (2000a). The coach-athlete relationship in married couples: An exploratory content analysis. *The Sport Psychologist*, 14, 157-175.
- Pat, Riley. (1993). *The winner within: A life for team players*. New York: G. P. Putnam's Sons.
- Westres, K. R., & Weiss, M.R. (1991). The relationship between perceived coaching behaviors and group cohesion in high school football teams. *The Sport Psychology*, 5, 41-54.

附錄 1-同意書

同意書

許晉哲教練，您好：

我是吳宣霆，目前就讀國立臺灣體育運動大學體育研究所，現在正欲從事一項有關學術論文之研究，研究主題為「中華臺北男籃隊 2013 年亞洲籃球錦標賽之攻守表現」。這項研究目的是想瞭解中華隊相關訓練歷程。

基於研究需要，本研究要採用質性研究方法，在您的同意下與您進行訪談，以探討中華隊相關訓練歷程，訪談期間會以錄音與筆記方式來輔助紀錄。研究之內容只做為學術研究用途，研究者對蒐集之研究資料，只供學術研究分析之用，絕不作其他用途。基於研究倫理，需要徵得您的同意。

對於上述研究目的與相關配合事宜，研究者皆坦誠告知。同時您有權利拒絕或隨時終止參與本研究，無須解釋任何原因。若是您同意參與此項研究，請於下列同意人之處簽名，以示同意此研究，若是您有其他任何疑問，亦盼不吝指教，將進一步為您說明。

同意人：_____

臺灣體育運動大學 學生吳宣霆 敬上

附錄 2-訪談大綱

1. 國際賽前，中華隊的集訓時間為多長？
2. 此屆中華隊集訓場地為何處？是否有包含球員餐廳？住宿？
3. 教練選手相關集訓津貼？
4. 教練團對於對手的情報蒐集分工？
5. 教練與球員的比賽相關會議時間點？
6. 此屆中華隊快攻次數似乎比對手突出（八強賽前的 7 場比賽，快攻得分表現中華隊為 58 分，其他 7 隊分數為 34 分），是否在賽前有加強訓練？
7. 訓練內容是否有制定計畫或週期表？
8. 針對各隊，是否有設定特定的防守策略？
9. 此屆中華隊三分火力強大（九場比賽共計出手 220 次，投進 82 球，命中率將近四成），三分命中率有好的表現，請問賽前集訓有加強訓練嗎？訓練方式為？
10. 此屆比賽，您認為中華隊全體球員的備戰心理狀況如何？
11. 歷經 CBA 洗禮的國手們，教練認為他們與在國內打球的最大差異處為何？身材/體能？心理？技術？
12. 戴維斯的歸化緣起？過程是否遭遇困難？
13. 想請問此屆比賽最令您感動的中華隊時刻？
14. 中華隊好幾次有逆轉勝局表現，是教練在中場有心理喊話？
15. 教練的領導風格？
16. 擔任中華隊的教練遭遇的困難？

臺灣體育運動大學 學生 吳宣霆 敬上

附錄 3-筆記分析表格

觀察或訪談筆記 日期：2014/05/02 時間：13:00~14:30 地點：璞園建築籃球隊辦公室		
備註欄：紀錄或當時或事後個人想法	觀察或訪談內容	研究者反省、分析、歸類之用