

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 體育評論 來源 民生報 日期 750910 版面 二版

爭戰學科牌金

牌銀換術技來偷(五)

譯威祖丁

美國女子排球國家代表隊在參加一九八四年洛杉磯奧運前，借用洛杉磯南方約一百五十公里的「卡薩小屋」從事賽前集訓。

空間雖小，練球不輟

那是一個小巧的木造平房體育館。作為排球場使用時，四周牆壁與球場之間僅僅留下一、二公尺的距離。對於需要相當活動空間的排球運動來說，實在不是一個理想的練球場所。首先，選手在開球時就會感到限於空間，無從發揮強勁、刁鑽的開球技巧。儘管如此，國家代表隊仍然在這缺少迴旋空間的場地上，日復一日地揮汗練球。使人懷疑這種湊合場地的練習究有多大效果。

現任日本東京藝術大學保健體育科講師，那時受聘為美國女排國家代表隊教練的吉田敏明，對這一疑問，作了如下說明：

「由於預算有限，無力租用場地開闊、設備完善的體育館。好在那次集訓的主要目的，在於根據電腦分析所得資料，檢討每一選手的動作，在練球時徹底糾正她們的缺失。至於開球，我們計畫在開賽前夕，再租用較大體育館，作密集訓練。」

偷學一流選手球技

這支國家代表隊共有十四名選手，由阿里·賽林傑領隊，教聘受美國奧委會委託，研究排球戰略與練球方法的蓋坦恩·艾利安爾出任顧問。

那時候，艾利安爾正在深入分析參加世界杯女排賽的日本、蘇俄及大陸選手的擊球姿勢，以及守備態勢。他坦白地承認：

「簡單些說，我們偷學了日本第一流選手的技術。最具參考價值的，是橫山樹理與若生美喜子兩位傑出選手網前攔網動作的分析結果。」

艾利安爾特別重視的是在擊球瞬間，球員身體重心的位置，和揮動手腕的速度。他把橫山、若生和美隊首席攻擊手克羅凱及海曼四人的電腦分析結果詳加比較後，指出美方球員的缺點說：

「分析兩位日本選手身體重心移動的軌距，能夠清楚地看出，當她們高高躍起到達極限，身體尚未下墜的

剎那間，就發出致命的一擊。反觀克羅凱和海曼，都在躍到最高點後，身體開始下墜時方才迎擊。儘管只是毫厘之差，擊球的威力可就大不相同了。」

發掘本身缺點並予糾正

揮動手腕的速度，也有類似的傾向。美國那兩名選手往往在達到最高速度之後，有瞬間停頓，才揮手擊球；而若生在最高速度時出手，橫山在擊出球後，還繼續增加揮舞手腕的速度。相互比較獲得的結論是，美國兩名選手擊球威力不如人，問題在於躍起後，在空中沒能正確掌握出手擊球的時機。

就這樣，美國女排國家代表隊以電腦提供的橫山與若生的擊球動作為範本，發掘本身的缺點，進一步加以糾正。當然，領隊與教練不時檢視每位選手的擊球姿勢，瞭解改進的進度。自艾利安爾看來，賽林傑與吉田，加上以助手身分自旁協助他的妻子蘿珂，乃是領導這個國家代表隊的最佳搭檔。

不單純依賴技術

在洛杉磯奧運女排預賽時，美國隊擊敗了大陸隊，但在決賽時敗北，只獲得一面銀牌。難怪艾利安爾要心有不甘地說：「我們輸球是輸在沒有時間去做底分析大陸女排隊攻守的基本勢態。如果時間容許我們做一二次深入分析，我們應該能夠擊敗她們的。」

日本女排隊遠征美國時，美國利用高速攝影機，使日本選手的技術完全曝光，固然是事實，但是美國並不單純依賴技術，舉凡生理學、心理學、營養學，莫不孜孜不斷的研究；至於選手個人的姿勢與動作，肌肉的鍛鍊，體重的維持，也都以科學性手法深入探討，並將研究結果運用到實際作戰上，這才是美國所以技高一籌的地方。

洛城一戰，使那支球隊成為美國有史以來最強的女排隊，海曼是該隊的靈魂。這就是這位受美國排球迷一致推崇的海曼，於洛杉磯奧運閉幕後，前往日本打球，不幸於今年一月，在比賽途中因心臟麻痺而香消玉殞。

對於這一不幸事件，根據艾利安爾的說法是：「這誠然是人間憾事，但對她來說，無疑是死得其所。因為她過去經常表示，希望死在球場上。」

