

最佳的防守。就是最佳的進攻

世界女籃賽的省思(二)



本報記者 包男敏

洛杉磯奧運美國男子隊教練鮑比·奈特，在上個月世界男籃賽，應邀擔任電視評論員，有人問他究竟美國籃球和其他國家有什麼不同之處？

鮑比·奈特說，全世界各地，無論是歐洲、南美和亞洲，都把籃球教導成為進攻的比賽，唯獨美國把籃球認為是防守的比賽，這就是美國籃球不同於其他國家的地方。

這次世界女籃賽美國隊與大陸隊比賽後，美國隊教練凱尤接受記者們訪問時說，美國隊能贏球，是下半場防守成功，削弱了大陸隊的攻勢。

大陸隊上半場和美國隊演出精采拉鋸戰，美國隊以五十七比四十九領先一分，但下半場，美國隊的防守，

令大陸隊攻勢受阻，只得了廿五分，這是美隊防守的威力，而大陸隊擋不住美國隊的攻勢，仍和上半場的情況相同，於是終場出現了廿五分的差距。

從上述兩位美國教練的籃球觀念，可證實籃球要走向一流水準，在每位球員心裡，防守觀念應重於進攻。

籃球運動和其他運動項目最大差異也就在這，棒球運動攻守有一定的程序，美式足球攻守防各有一套人馬，足球或曲棍球，也都有專門的防守員，但籃球場上的五人都是進攻者，也就是防守員，攻、防的轉換也沒有定律可循，隨時是進攻，也隨時是防守，所謂最佳的防守，就是最佳的進攻，道理就在此。

對一般球員來說，進攻是種享受，防守是種苦力。因此，防守慾念不強，很容易造成整體的傷害。

國內籃球界在近年，教練對防守觀念的認識，比過去增強許多，但做得還不夠積極，球員對防守觀念和訓練，接受的慾望也不強烈。因此，現在籃球界認同了防守的重要性，但在執行訓練上，卻未有百分之百的投入。

籃球比賽是講究控球效益，誰掌握控球權得益率最高，勝面也就高。因此，在攻防各佔一半的機率中，如何搶得更多的進攻機會，就要靠防守的協助。

從世界女籃賽美國隊演出，她們防守力量，是其他球隊所不及，尤其個人良好守備動作，及認真的態度，結合了最佳團隊力量發揮。

美國隊的防守陣形變化，運用的原則我們都知道，但在她們手中運用出來，威力就不一樣，關鍵在個人防守基礎。

國內球員對防守的訓練，先天上有排斥的心理，比賽時花在進攻的心思，也比防守要多，因此，每次都是僅有個樣子，沒有實質的力量發揮。

防守是吃力的工作，球員在場上，可利用進攻的時刻調息，但在防守時，卻不能絲毫的鬆懈，美國球員防守時，個個張開雙手，不停的跳躍移動，這種認真的態度，及對防守動作的自我要求，是我們球員最需模仿的。

美國男、女籃球隊在世界賽都登上冠軍，共同的特色都在防守，我們在籃球發展的途徑中，還不能重視，加強這方面的工作嗎？

二二·六四公尺

男子鉛球新紀錄 東德拜爾第三度創佳績

【美聯社柏林廿日電】東德的拜爾廿日在東柏林舉行的田徑賽中，以廿二公尺六四的佳績再度刷新男子鉛球世界紀錄，比去年同屬東德籍的選手提莫曼的舊紀錄，超前二公分。

一九七六年奪得奧運金牌的拜爾是在大雨中第三次投擲時，創下新紀錄。這也是三十一歲的拜爾所創下的第三次世界紀錄。

拜爾首次創下世界紀錄是一九七八年七月六日在瑞典的哥特堡，成績是廿二公尺二二，第二次是一九八三年六月廿五日在洛杉磯所破，成績是廿二公尺一五。



東德選手拜爾在東柏林運動會，以二十二公尺六四刷新世界鉛球紀錄。(法新社傳真)

世界杯游泳賽傳佳績 姜慧菁百公尺蝶泳 蔡心嚴兩百公尺蛙式 新全國紀錄

【本報記者高正源台北西班牙馬德里廿一日電】參加第五屆世界游泳賽的中華代表隊教練武育勇表示，姜慧菁與蔡心嚴今天在女子百公尺蝶泳與男子兩百公尺蛙式競賽，分別以優異的成績刷新全國紀錄。

姜慧菁在女子百公尺蝶泳項目，以一分六秒〇五的成績，打破全國一分六秒五二的紀錄。

蔡心嚴在男子兩百公尺蛙式競賽，以二分廿八秒三六的成績，打破全國二分卅九秒九五的紀錄。

教練武育勇表示，今天另外三項比賽的成績較不理想，分別是：①男子四百公尺自由式，吳明動的成績是四分十八秒五四；②男子四百公尺接力，三分五十一秒三九；③女子八百公尺自由式，徐秀萍成績九分四十四秒五六；文珊成績九分十秒二二。