

網球選手發球與棒球投手投球之球路與技術相關性探討

張清泉

SoonMY; LinYA; Chang CC; Ho TS

摘要

本文旨在探討網球及棒球比賽中，網球選手在發球能力表現之強弱，及棒球投手在投球能力表現之優劣，是否為決定一場比賽勝負之關鍵。同時藉此瞭解在棒球比賽中，成功的投手必須具備哪些能力，才能在比賽中取得優勢。本文以 2003 年亞洲盃棒球比賽中，我國隊對、日本隊之戰，以棒球投手投球能力之表現，與職業網球選手發球能力之表現，比較兩者之共同點，並且探討如何提昇網球選手發球之能力，得到以下之結論：

一、一位好的網球發球者與好的棒球投手必須具備之能力：

- (一) 需有能發（投）出快速球之能力。
- (二) 需有能發（投）出變化球之能力。
- (三) 需有穩定性高的控球能力。

二、提昇網球發球能力可採用下列方法：

(一) 要擊出快速球則：

- 1. 盡量增加擊球高度。
- 2. 使用加長型球拍。
- 3. 加強上、下肢關節揮拍力學之運用。

(二) 要發出變化球則：

- 1. 要熟知變化球路之打法，
- 2. 要熟練變化球速之打法。

(三) 要打出更穩定的發球則：

- 1. 要選擇正確的發球位置，
- 2. 採用發球進球率高之發球方法。

Abstract