

# 從杜哈亞運成績探討 我國保齡球隊培訓策略

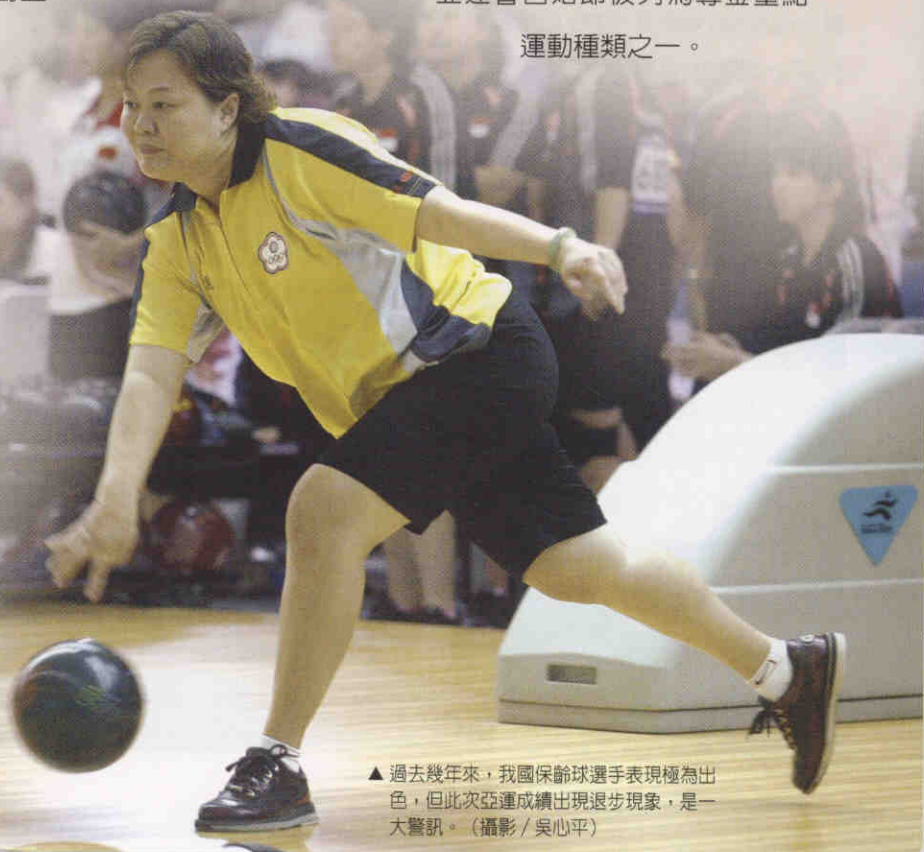
文·林輝雄

1978年第八屆曼谷亞運會首度將保齡球列為競賽種類，82年印度新德里舉辦之亞運會則被取消，86年漢城亞運會恢復舉辦本項競賽。爰因我國自1970年第六屆曼谷亞運會之後，連續四屆未獲參加；1990年重回北京亞運賽場，保齡球未獲列入競賽，因此在國際保齡球競賽迭獲佳績的保齡球選手遲至1994年廣島亞運會方有一展身手之機會。

保齡球代表隊在廣島亞運會獲得男子個人、女子五人賽兩項第一，以及男子盟主賽第二名，所獲2金1銀共三面獎牌在中華代表團中表現堪稱出色，但在保齡球與賽各隊中奪牌數卻僅名列第四，較韓國之4金4銀3銅共11面獎牌，以及地主日本隊之4金3銀2銅共9面獎牌不僅瞠乎其

後，亦不及馬來西亞之2金1銀2銅成績。1998年曼谷亞運會，我國保齡球代表隊勇獲6金2銀3銅輝煌成績，遙遙領先與賽各國。2002年釜山亞運，我國男女代表隊以1銀4銅之成績退居第六。2005年東亞運我代表隊選手深受油程困擾，表現亦復不佳；但因2004年亞洲盃保齡球錦標賽、2005年世界女子保齡球錦標賽及近年各國舉辦之公開賽，我國選手表現極為出色，因此參加本屆

亞運會自始即被列為奪金重點運動種類之一。



▲過去幾年來，我國保齡球選手表現極為出色，但此次亞運成績出現退步現象，是一大警訊。（攝影／吳心平）

## 參賽單位及選手數

**一、男子組：**計有中華臺北、中國、中國香港、中國澳門、日本、韓國、馬來西亞、印尼、菲律賓、新加坡、泰國、汶萊、印度、哈薩克、烏茲別克、巴林、沙烏地阿拉伯、阿拉伯聯合大公國、科威特及卡達等20國114名選手參加。

**二、女子組：**計有中華臺北、中國、中國香港、中國澳門、日本、韓國、馬來西亞、印尼、菲律賓、新加坡、泰國、印度、哈薩克、巴林及科威特等15國77名選手參加。

與2002年釜山亞運會比較，男子組增加哈薩克、烏茲別克及汶萊。女子組新增哈薩克、印度、科威特及巴林。男、女組各得報名6名選手，報名未達5名致五人組比賽選手未足額之國家，男子組有泰國（4名）、汶來（3名），女子組有香港（3名）、泰國（2名）、哈薩克（1名）。

## 競賽結果與比較分析

### 一、成績與獎牌之分佈

本屆亞運會保齡球比賽較2002年之釜山亞運增加「全項」錦標，男、女各有六項競賽。比賽自12月3日至10日在距離選手村不遠的卡達保齡球中心（Qatar Bowling Centre）舉行；經過八天激烈角逐，各項比賽優勝國家及成績如表1、各國獎牌數統計如表2、我國選手成績如表3。

在與賽20個國家（地區）奧會中，36面獎牌為九個國家所獲得：

其中以韓國之4金4銀2銅成績最為耀眼，馬來西亞以3金3銀居次，西亞之沙烏地阿拉伯首度在亞運會獲得獎牌，在男子組比賽中以2金2銅之成績名列前茅。新加坡1金2銀1銅、印尼1金1銀、日本1金2銅亦均名列金榜，其餘獎牌分散於阿拉伯聯合大公國、泰國及地主卡達等三隊。包括我國在內的11個國家代表隊則未能在獎牌統計榜上列名。

由表3發現我國男、女選手在本屆亞運各項比賽表現未盡理想，成績與金牌選手分數差距甚大；除盟主賽外，各項比賽每人均賽6局，中華隊12名選手除鄭朝升在男子個人賽落後第一名93分外，其他11名選手在

表1. 2006年亞運會各項競賽優勝國家及成績一覽表

組別	名次	個人賽	二人賽	三人賽	五人賽	全項	盟主賽
男子組	1	(1442) 印尼	(2821) 沙烏地阿拉伯	(4089) 馬來西亞	(6579) 日本	(5482) 沙烏地阿拉伯	(455) 韓國
	2	(1419) 韓國	(2782) 沙烏地阿拉伯	(3985) 新加坡	(6428) 韓國	(5407) 阿聯大公國	(411) 新加坡
	3	(1401) 阿聯大公國	/ 卡達 (並列)	(3871) 沙烏地阿拉伯	(6349) 沙烏地阿拉伯	(5332) 泰國	(195) 韓國
女子組	1	(1444) 馬來西亞	(2671) 新加坡	(3983) 韓國	(6555) 馬來西亞	(5339) 韓國	(482) 韓國
	2	(1395) 印尼	(2620) 韓國	(3973) 馬來西亞	(6316) 韓國	(5296) 馬來西亞	(397) 馬來西亞
	3	(1331) 泰國	(2598) 日本	(3940) 韓國	(6239) 新加坡	(5245) 新加坡	(212) 韓國

表2. 2006年亞運會保齡球比賽各國獎牌統計表

區分	隊名	韓國	馬來西亞	沙烏地阿拉伯	新加坡	印尼	日本	阿聯大公國	卡達	泰國
男子組	金	1	1	2		1	1			
	銀	2			2			2	1	
	銅			2				1	1	1
女子組	金	3	2		1					
	銀	2	3			1				
	銅	2			1		2			1
小計	金	4	3	2	1	1	1			
	銀	4	3		2	1		2	1	
	銅	2		2	1		2	1	1	2
合計		10	6	4	4	2	3	3	2	2

表3. 中華代表隊選手各項比賽成績一覽表

項目	男子組				女子組			
	姓名	名次	成績	差分	姓名	名次	成績	差分
個人賽	鄭朝升	7	1349	93	蔡昕宜	19	1257	187
	王天福	20	1290	152	周妙玲	33	1190	254
	陳永川	23	1278	164	朱宥潔	38	1170	274
	高海源	58	1217	225	簡秀蘭	39	1169	275
	謝雨平	72	1213	228	潘育分	54	1117	327
	程方佑	77	1169	273	王幼鈴	61	1053	391
2人賽	謝雨平		1241		蔡昕宜		1191	
	王天福	29	1257 (2498)	323	周妙玲	13	1256 (2447)	224
	程方佑		1301		簡秀蘭		1206	
	陳永川	39	1135 (2436)	385	王幼鈴	18	1167 (2373)	298
	鄭朝升		1240		潘育分		1087	
	高海源	41	1179 (2419)	402	朱宥潔	26	1175 (2262)	409
3人賽	鄭朝升		1230		簡秀蘭		1220	
	謝雨平		1283 (3787)	302	蔡昕宜	9	1146 (3598)	385
	王天福	12	1274		周妙玲		1232	
	陳永川		1169		朱宥潔		1268	
	程方佑	16	1314 (3709)	380	潘育分	13	1182 (3536)	523
	高海源		1226		王幼鈴		1086	
5人賽	鄭朝升		1125		簡秀蘭		1225	
	謝雨平		1322		潘育分		1180	
	程方佑	11	1199 (6054)	525	蔡昕宜	7	1249 (5905)	650
	王天福		1189		朱宥潔		555	
	高海源		1219		周妙玲		1128	
	王幼鈴				王幼鈴		568	
全頂	謝雨平	42	5027	455	蔡昕宜	25	4843	496
	王天福	46	5010	472	簡秀蘭	26	4820	519
	程方佑	51	4983	499	周妙玲	30	4806	533
	鄭朝升	54	4944	538	朱宥潔	43	4688	651
	高海源	72	4841	641	潘育分	49	4566	771
	陳永川	83	4694	788	王幼鈴	54	4452	887
盟主賽 (由全項成績前16名 通過賽取前三名 參加決賽)					蔡昕宜	16	3212	538

各項比賽之分數(含2人賽以上之平均成績)落差均超過100分以上;各項成績之排名,中華隊最佳為男子個人賽鄭朝升與女子五人組之第七名,非僅問鼎獎牌無望,多項成績更落於後段班,創下歷年之最差紀錄。

## 二、歷屆亞運會獎牌數之比較

自1994年廣島亞運會之後各國在歷屆亞運所獲獎牌統計如表4;與過去三屆亞運會比較,韓國在本屆亞運仍然維持其強勢地位,除98年曼谷亞運會落居中華隊外,其餘各屆之獎牌數均居與賽各國之冠;沙烏地阿拉伯可謂異軍突起,由從未獲得保齡球比賽獎牌之情況,一舉奪得2金2銅佳績,其運動水準提升之速度著實令人讚嘆;馬來西亞之3金3銀、印尼之1金2銀成績亦有長足進步。我國與菲律賓則為

表4. 歷屆亞運會保齡球比賽各國獎牌統計表

年代	成績	單位	中華臺北	韓國	日本	新加坡	馬來西亞	菲律賓	印尼	香港	泰國	阿聯	卡達	沙烏地
		金銀銅	金銀銅	金銀銅	金銀銅	金銀銅	金銀銅	金銀銅	金銀銅	金銀銅	金銀銅	金銀銅	金銀銅	金銀銅
1994 廣島	男	1 1	1 2 1	4 1		1 1	1					1 2	1	
	女	1	3 2 2	3 1	1 2 1 1	1								
	小計	2 1	4 4 3	4 3 2	1 2 1 2	1 1	1					1 2	1	
1998 曼谷	男	3 2 1	1 1	1		1		1		1	1 2	1		
	女	3 2 2	2 2	1 1 1	1	1				2				
	小計	6 2 3	2 3 1	2	1 1	1	1			1	1 4	1		
2002 釜山	男	1	1 1	1 1	3		1 1					2 1	1 1	
	女	1 2	3 1 1	1		2 1 1	1 1							
	小計	1 3	3 2 2	1 2	3	2 1 1	1 2 1					2 1	1 1	
2006 杜哈	男		1 2	1	2	1		1			1	2 1	1 1	2 2
	女		3 2 2	2	1 1	2 3		1			1			
	小計		4 4 2	1 2	1 2 1	3 3		1 1			2	2 1	1 1	2 2
總計		8 4 6	13 13 8	6 5 6	4 3 3	7 5 4	1 3 3	1 2	1	1	1 4 2	2 4 4	2 3 2	2 2
		18	34	17	10	16	7	3	1	7	10	5	4	

連三屆獲獎牌首度與之無緣的國家，由此統計，頗能一窺近年亞洲保齡球水準消長之狀況。

### 三、歷屆亞運會優勝成績之比較

本屆亞運保齡球比賽多項成績創新紀錄，比較最近四屆亞運會保齡球各項第一名之分數，由表5發現多項成績均呈逐屆進步趨勢；2006年亞運在12項競賽中除男子盟主賽之決賽成績略低於1998年外，其餘11項成績均高過歷屆，且超出幅度甚大，顯示以過去之成績已難在亞運賽場中競逐獎牌。

### 四、中華隊與優勝隊選手年齡之比較

中華保齡球選手與獲得獎牌之國家選手年齡之比較如表6及表7，由表中數據顯示選手之平均年齡以中華隊為最高；中華隊男、女各6名選手之平均年齡分別

為36.67歲及32.67歲，較表現最佳之韓國男、女、沙烏地阿拉伯男子與馬來西亞女子選手之平均年齡超過甚多。男子選手除最低之26歲，其餘5名介於36~42歲之間。

## 結論與建議

(一) 參與本屆亞運會保齡球比賽的國家奧會與選手人數呈現大幅成長，共有20個國家及地區之男子20隊、女子15隊計191名（男子114名、女子77名）選手參加，顯示此種運動日漸受到國際社會之重視。

(二) 本屆亞運會保齡球比賽水準大為提升，各項成績超出歷屆紀錄甚多，由比較分析發現：前三屆各項比賽獲得金牌的成績在本屆比賽中非僅與獎牌無緣，部分項目甚至排名第10名之後。

(三) 韓國在歷屆亞運會保齡球比賽所獲金牌與獎牌總數均高居第一，堪稱亞洲保齡球運動首強。東南亞的馬來西亞、新加坡、印尼以及西亞的阿拉伯聯合大公國、沙烏地與卡達等實力亦日漸提升，表現已明顯超越我國；中國女子選手之實力亦不容忽視，未來國際賽會競爭將趨激烈。

(四) 中華保齡球代表隊在本屆亞運會未獲任何獎牌，較原先預期成績落差甚大；選手不但未有出色表現，甚至普遍出現退步現象；選手年齡層偏高，雖具臨場經驗，然體能、參與動機、鬥志、意志力等心理能力與國外選手相較，均屬不

表5. 歷屆亞運會保齡球比賽第一名成績比較表

組別	年代 / 城市	個人賽	二人賽	三人賽	五人賽	全項	盟主賽	備註
男子組	2006 / 杜哈	1442	2821	4089	6579	5482	455	2002年與1998年亞運會未設全項錦標
	2002 / 釜山	1389	2714	3961	6389	/	444	
	1998 / 曼谷	1393*	2660*	3760	6073*	/	459	
	1994 / 廣島	1310*	2607	3789	6029	5036	412	
女子組	2006 / 杜哈	1444	2671	3983	6555	5339	482	2002年與1998年亞運會未設全項錦標
	2002 / 釜山	1362	2589	3805	6272	/	465	
	1998 / 曼谷	1330	2583	3776*	6098*	/	382*	
	1994 / 廣島	1347	2470	3734	5831*	5016	389	

註：數字右上加\*係中華代表隊選手所獲成績。

表6. 2006年亞運會男子組中華隊與獲獎牌國家選手年齡比較表

年齡	國家	中華臺北	韓國	沙烏地	馬來西亞	新加坡	印尼	日本	阿聯	卡達	泰國
最高		42	30	39	34	28	39	29	41	40	23
最低		26	19	13	21	22	12	20	18	29	19
平均		36.67	24.33	21.17	28.33	25.17	23.67	24.0	29.0	35.67	22.0

表7. 2006年亞運會女子組中華隊與獲獎牌國家選手年齡比較表

年齡	單位	中華台北	韓國	馬來西亞	新加坡	印尼	日本	泰國
最高		43	27	28	30	31	29	25
最低		27	22	19	18	16	21	17
平均		32.67	23.17	23.5	23.0	24.67	25.5	21.0

及，如將失敗原因完全歸咎球道油程不適，顯非所宜。

- (五) 國內盛行之飛碟球打法得分雖然穩定，但比賽中出現高分（high game）之機率較低，此種擊球方式雖影響及於部分中國與港、澳選手，但國際賽會持此方法者仍屬少數，曲球方為國際間保齡球打法之主流，油程之設計配合潮流趨勢，自屬必然。

為因應未來之挑戰，建議如下：

- (一) 保齡球代表隊男、女至多各為6名，比賽有個人、2人、3人、5人、全項與盟主等六項成績共36面獎牌；參賽人數少而獎牌多，投資效益甚高，實為參與亞運爭取獎牌的主要運動種類之一；協會應擬定長期而有系統之計畫，主管機關宜加強輔導，以期重振昔日雄風。
- (二) 國內早年保齡球館林立，運動風氣盛行，透過「玩」與「賭」確曾間接培養不少好手；唯今參與人口逐日減少，球館漸次關閉，如缺有系統之培養，未來將無可用之兵；多數國家遴選年輕選手並遴聘外籍教練實施長期而有系統之訓練，漸進提升技術水準，應為可資採行方案。
- (三) 為提升並確保國內保齡球運動在國際競賽之優勢，提升運動人口應為當務之急，教育部宜將保齡球列為全國中等學校運動會及全國大專運動會之競賽種類，以引導各級學校組訓代表隊，培養年輕優秀選手，以為未來國家代表隊主力。
- (四) 全國保齡球協會應規劃合宜之國家代表隊培訓與參賽計畫，視性質選派選手參與國際賽會（含公開賽），避免此次亞運代表隊培訓期間出現部分選手出國比賽、部分選手留臺集訓之怪異現象，訓練計畫無法全面具體執行，勢必影響集訓成效，協會應以為誡。



▲ 中華保齡球代表隊上陣前彼此擊掌加油。（攝影／安培之）

- (五) 穩定性為保齡球臨場比賽左右勝負極為重要的關鍵，加強心智訓練，保持專注、避免干擾與分心，控制情緒乃不容忽視之課題；今後代表隊之訓練與參賽均應適當配置各類運科人員參與，以期競賽得以發揮最佳表現。
- (六) 國內保齡球館多以降低營運成本與增加投資效益為考量，致球館設備與球道等設施多屬因陋就簡，為全面提升國內保齡球運動水準暨協助培訓國家代表隊選手，應獎勵各球館改善球道等設施，並聘請優秀教練或網羅退休好手駐館指導。
- (七) 籌建國家保齡球館，除提供國家培（集）訓選手標準訓練場地外，亦可安排國家隊退休選手駐館服務或協助指導，達成多元目標。（作者為國立臺灣體院教授）

## 從杜哈亞運成績探討我國保齡球隊培訓策略

林輝雄

### Training Strategies for the Chinese Taipei Bowling Team Based on Results at the Doha Asian Games

Lin, Hwei Hsiung

2004年亞洲盃保齡球錦標賽、2005年世界女子保齡球錦標賽及近年各國舉辦之公開賽，我國選手表現極為出色，因此參加杜哈亞運自始即被列為奪金重點運動種類之一。本文詳實報導我國保齡球代表隊參加杜哈亞運的參賽情形，所提建議對改善爾後保齡球隊培訓極具參考價值。

Chinese Taipei bowlers have fared well in the past 2004 Asian Cup Bowling Championships, the 2005 World Women's Bowling Championships and recent national opens. This was why Taiwan's bowlers were expected to vie for gold at the recent Asian Games in Doha, Qatar. This paper takes a detailed look at the Chinese Taipei bowling team's performance in Doha and offers suggestions for training improvements to ready for future competitions.

## 從杜哈亞運展望我國備戰2008奧運游泳策略

蔡崇濱

### Preparation Strategies for Chinese Taipei Swimmers Leading Up to the 2008 Beijing Olympics Based on Asian Games Performances

Tsai, Chung Pin

游泳始終是國際綜合賽會的主軸運動種類，我國應正視限制游泳成績提升的瓶頸，並勇於突破，方能提升我國競技游泳的水準與實力。本文從競技運動的組成因素，探討影響國內游泳運動發展之癥結所在，據此提出建立訓練體系與教練任用制度，並強調結合運動科學支援的重要性，對提升我國游泳競技水準有助益。

Swimming has always been one of the main events at multi-sport international athletic events. Taiwan should find ways to break through our bottleneck of limited success in swimming by going about raising the standard of swimmers. This paper proceeds from the perspective of competitive sports in taking a deeper look at the crux of what has been hampering the development of swimming in Taiwan. Then it goes on to propose the establishment of training and coaching appointment systems, emphasizing the importance of integrated sports science support in helping to elevate the standard of our competitive swimmers.