

女子足球三劍客

撰　文：黃邦平

■陳淑菁小檔案

生　日：1974年7月19日
出生地：臺北市
學　歷：國立體育學院教練研究所碩士
現　職：臺北縣立明志國中體育組長
專　長：足球



陳淑菁

■洪麗敏小檔案

生　日：1974年9月16日
出生地：臺北縣三重市
學　歷：國立體育學院教練研究所碩士班就讀中
現　職：景文技術學院進修推廣部課務組職員
專　長：足球

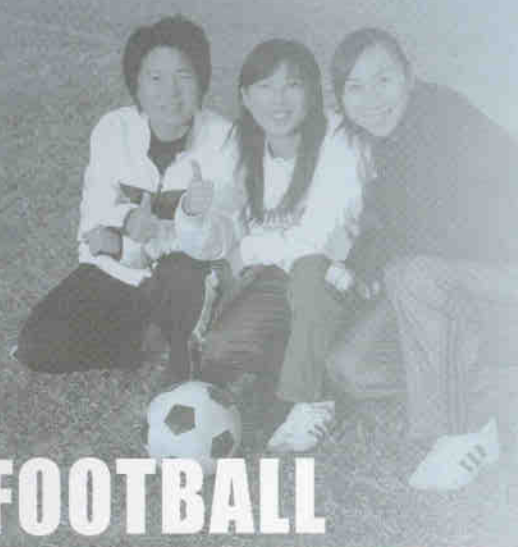


洪麗敏

■陳鞠伎小檔案

生　日：1975年3月20日
出生地：臺北縣三重市
學　歷：國立體育學院教練研究所碩士班就讀中
現　職：景文技術學院資訊中心職員
專　長：足球

陳鞠伎



FOOTBALL

陳淑菁運動成就：1990年世界杯女子足球第八名
1993年世界大學運動會女子足球第四名
1994年第十二屆亞運會女子足球第三名
1995年第十屆亞洲杯女子足球賽第三名
1999年第十二屆亞洲杯女子足球賽第二名

洪麗敬運動成就：1999年第十二屆亞洲杯女子足球賽第二名
1998年曼谷亞運女子足球第四名
2002年釜山亞運女子足球第五名

一、前言

陳淑菁、洪麗敬、陳鞠伎，這三人都曾是中華女子足球代表隊的主力選手，也是球場上最有默契的組合之一，她們求學成長的背景幾乎一模一樣：在家裡都是排行老么、就讀三重市修德國小時被選上代表學校傳統榮譽的足球隊、畢業後進入明志國中繼續練球、後來都就讀私立景文高中延續足球生涯，又先後進入國立體育學院教練研究所，她們不僅是球場上相識快二十年的老戰友，私底下也是無話不聊的姐妹淘。

她們曾經是臺灣在國際體壇展露頭角為國爭光的木蘭英雄，未來也都可能繼續往教育界發展，甚至願意奉獻自己的一份力量，幫助國內的基層運動薪火相傳。

二、求學過程及運動經歷

就讀修德國小與足球結下不解緣

臺北縣三重市的修德國小、明志國中都是國內足壇的傳統名校，歷年來拿下多不勝數的獎杯，她們三人都同樣是這兩所學校的校友，從小學就被選入足球隊接受嚴格的基礎訓練，從原本對足球幾乎完全陌生，先後有機會成為代表國家參加國際比賽的選手，足球也改變了她們的一生。

現在回到母校明志國中擔任體育組長的陳淑菁說，當初會入選足球校隊其實有點像是被“騙來的”，小學四年級下學期，老師說體育成績要考一百公尺賽跑，那時年紀小，聽老師這麼說，為了成績當然要拚命跑快，雖然成績並不是特別突出，大概剛好擠進全年級女生前二十名，“莫名其妙”就成為修德國小女童足球隊的基本成員。

暑假過後重新編班，入選的足球隊儲備球員都集中在同一班以便於訓練、管理；從國小五年級開始接受足球訓練，陳淑菁當時覺得好高興，因為從小她就很喜歡玩，不喜歡被綁在教室裡讀書，入選足球隊前，一下課，她總是第一個衝出教室先搶占躲避球場，總要比別人快一步，不能讓別人搶走她玩躲避球的寶貴時間。



●三人就讀明志國中時參加丹麥丹拿杯分齡賽，圖為主辦單位拍攝的官方合照，分別為陳鞠伎（後排右一）、陳淑菁（中排右二）及洪麗敬（前排右二）。

當時入選後並沒有馬上展開練習，直到過完暑假，地獄般的訓練生涯悄悄降臨。

入選足球隊，小學生苦練

陳淑菁回憶，好像從進入代表隊以後，天天都練球，而且整天都在練球，只是嚴格的訓練沒多久讓這些小學女生就把“足球”和“討厭”這兩個詞連在一起。陳淑菁回憶當時每天的生活就是“很辛苦”、“好累”、“真的好累”，幼小的心靈一想到足球就充滿排斥，她還在心中偷偷發誓：「上國中以後再也不要踢足球。」幾乎每天都想著怎樣才能趕快脫離痛苦的訓練生涯。

她從一開始正式接受足球訓練後，就打從心裡不喜歡，除了每天都接受逼近體能極限的訓練，晚上還會作惡夢，連夢裡都為了不知道明天要被“操”到什麼程度而感覺害怕，對一個才讀國小的女生來說，心頭的壓力可以算是超過負荷太多。早上七點開始體能訓練，八點多升旗，其他學生集合去升旗，足球隊還是繼續練，下午上完課又開始集訓，就算練到天黑也是稀鬆平常的事。

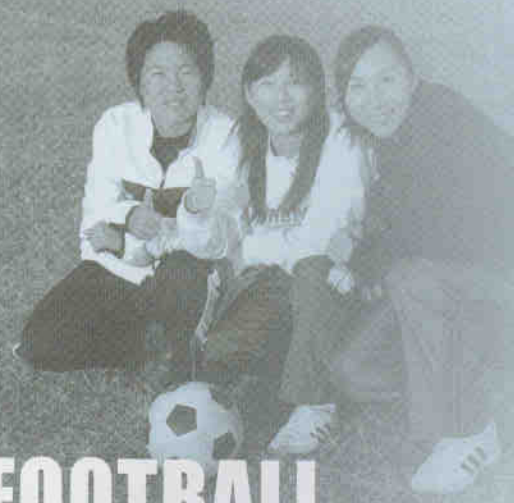
陳淑菁認為自己是自尊心很強的人，那時老師強制要求沒參加輔導課的小朋友在中午休息時間要背完一篇課文，老師每天都會抽背，背不出來就要打，家中經濟狀況一直不理想的她靠著意志力真的做到了。每天一早就要開始各項體能訓練，到中午早就累得半



●1999年木蘭隊贏得亞洲杯銀牌在球場上合影，分別為陳鞠伎（後排右一）、洪麗敬（前排右一）及陳淑菁（前排右二）。

死，不但不能休息，還要集中精神背書，還好她小時候本來就不愛午睡，還發揮驚人的毅力每天都利用不長的午休時間背完指定的課文，從來沒被老師打過，而且現在回想起來她還要感謝當年老師無情的嚴格，雖然記憶中很苦，但是她以實際行動證明自己做到了。

每一年挑選出的小選手都可能遇到不同的教練，訓練方法也不盡相同，陳淑菁遇到的教練相當嚴格，當時獲選足球校隊的小女生就算再苦也沒有人敢不繼續練，小學五、六年級時同一屆的女足隊員有十幾人，修德國小女足隊的成員幾乎就接棒進入學區內的明志國中，升學有了選擇是否繼續的機會，她這屆上國中後只剩九人繼續踢球，不少人都先後放棄足球員的夢想，還好每個年級都有代表隊成員，校隊出賽還



FOOTBALL

陳鞠伎運動成就：1994年第十二屆亞運會女子足球第三名

1999年第十二屆亞洲杯女子足球賽第二名

2001年第十三屆亞洲杯女子足球賽第五名

不成問題。

個頭嬌小的洪麗敏當年在修德國小的運動會上奪得全年級一百公尺第一名，依照陳淑菁的往例，能跑這麼快絕對會入選足球隊，不過因為個子矮人一截，老師並未挑選她成為足球隊員。

當時班上一名男同學因為調皮搗蛋在教室裡被罰半蹲，才沒幾分鐘就喊著受不了，身高全班最矮的洪麗敏坐在教室第一排第一個位子，就在這名半蹲同學的面前，眼看男同學哀嘆，她也很調皮，笑說男生怎麼那麼沒用，一邊說一邊還要和這名受罰的男同學比賽半蹲，看誰能撐得久，這一幕被老師發現，可能覺得這小女生頗有不服輸的精神，峰迴路轉決定讓她加入球隊。

洪麗敏說，在修德國小足球本來就很有名，鄰居就有足球隊的學姐，自己小時候就很喜歡跑跑跳跳，好動的個性根本靜不下來，能入選足球隊真的很開心，她也覺得自己天生就有運動員的個性，平常在力行市場擺地攤的爸爸，下午生意做完，常常會繞到學校探視女兒練球的狀況。

和洪麗敏同一屆的陳鞠伎，原本也沒有入選足球隊，反而是同班同學中另一名很要好的同學參加賽跑，結果被老師挑中，希望加入足球隊，不料那位同學堅持不肯踢球，老師可能是半哄半騙地答應，要求她必須幫忙找一個人頂替，這名同學和陳鞠伎還是住同一條巷子的鄰居，從小一起長大，結果隨手一指就推薦她，老師看陳鞠伎身材還可以，就先讓她加入練球，經過幾次練習老師和教練都覺得不錯，就到家中登門拜訪勸說家長同意。

陳鞠伎在家中排行第五，她說，前面四個哥哥、姐姐都曾經先後被足球隊挑中，可是每次教練上門請家長同意孩子加入球隊，媽媽每次都不答應，沒想到這次陳華魁老師及李教練不知灌了什麼迷湯，已經拒絕四次的母親竟然被說服，她就這樣正式成為校隊隊員。

不過陳鞠伎當年卻好幾次有放棄的念頭，她說了好幾次不想再踢足球，“上了高中畢業開始講，專科畢業的時候又講，結果到現在還在踢”。

當時修德國小最有名的就是足球和體操，成為足球隊員後不光是負擔足球隊的日常訓練，因為練足球還要附帶大量的體能訓練，才能應付整場足球比賽來來回回在球場上奔跑的需求，足球隊兼田徑選手也是很正常的事。她們三個都曾經代表學校參加賽跑，從六十公尺、一百公尺到大隊接力、越野跑，都是小足球員兼差代打，而且從國小到國中，甚至大專還在繼續兼任田徑選手。

洪麗敏說，小學時足球隊訓練份量幾乎都比練田徑還重，當時學校又沒有另外成立田徑隊，不如乾脆就找足球隊參加田徑賽，到國中時體能“高人一等”的足球隊員還是一樣有實力，每逢田徑賽，學校不作第二人想。

像陳淑菁就讀二專時還是一樣兼任學校的田徑代表隊，還曾經拿過大專杯女子乙組一萬公尺賽跑第二名的佳績。

師父帶入門，教練風格大不同

洪麗敏和陳鞠伎兩人入選足球隊的經過都有些峰迴路轉，她們雖然只比陳淑菁晚一屆，從入選足球隊起的遭遇卻大不相同，四年級入選足球隊後沒有等到上五年級，馬上就開始足球的集訓，當時挑選她們加入的是級任導師陳華魁，其實陳華魁老師的專長是帶合唱團，奉校長之命成為那一屆的召集老師，一開始就是他帶著小朋友開始最基本的體能訓練，陳鞠伎說，陳老師的領導風格較偏像美國式的教育作風，強調“愛的教育”，通常都是用啓發、獎勵，甚至“利誘”小選手完成訓練。

譬如說，在練習吊球基本動作時，老師會在場上大聲說只要能吊過球門的人就送一支鉛筆或是吃甜不辣等獎勵，隊員們因而更賣力要把球踢好，有人就靠這樣累積好幾盒鉛筆。這樣的教學方式就現在而言並不特別稀奇。陳鞠伎說，當年像陳老師這樣教學風格的老師真得不多，雖然我們最後都知道老師只是隨口講講，但大家都是樂在其中，設定目標完成。老師的承諾重在鼓勵，當然也有真的"頒獎"(買了甜不辣或是鉛筆)，也有人畢業結算發現老師還欠好幾打鉛筆沒有發。心中並沒有責難，反而現在回想，真希望再回味那段快樂的時光。

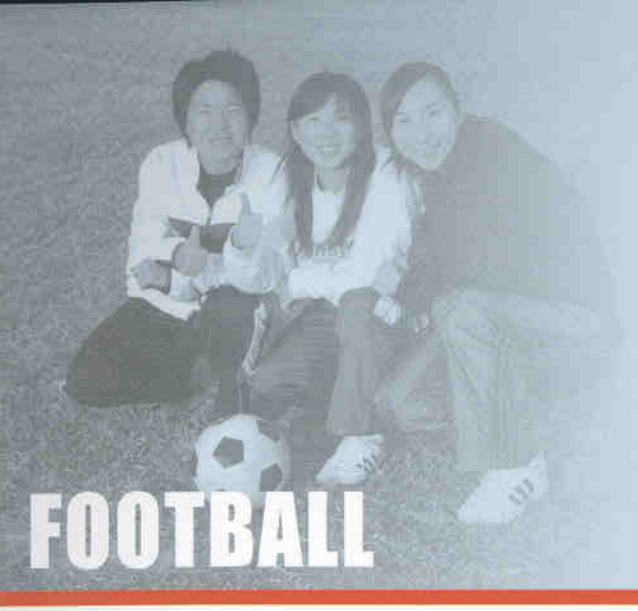
陳淑菁在踏入足球界的前幾年際遇似乎就差了一些，或許是老天有意要她多吃點苦頭，除了訓練特別嚴格，她們這屆的戰績始終不甚理想；所謂不理想，也只是和過去幾屆比較差了一些。客觀而言，小球員天生的條件不突出，她們並未像學姐們一樣繼續稱霸足壇，結果幾乎每位教練指導不久就走人，在她記憶中國小階段似乎一直在換教練，每位教練對她們的表現也是直搖頭，也因為成績不理想，在日常訓練時“操”得更兇，甚至被這些“朽木不可雕也”的學生氣走。

陳淑菁記得有一次為了比賽，老師和教練特地向晚一屆的足球隊借將集訓，那幾名學妹加入例常的訓練，才沒幾天已經因為繁重的體能訓練嚇得想逃，可見當時兩班所受待遇的差距有多大。

其實她們戰績不如過去輝煌的一部分原因是因為足球比賽採分齡制，在全國同年齡的學童中能排名第幾，有時也要碰運氣，陳淑菁國小五年級時出賽，對手學校幾乎都是六年級的“老手”，體型、經驗本來就差一截，卻不能當成落後的理由；洪麗敏和陳鞠伎差了一屆，四年級入選不久就準備出賽，這個齡級的對手打不贏她們，一枝獨秀也造就了好成績，成軍兩個月就拿到中正杯冠軍，馬上就能出國比賽，羨煞旁人，相較之下，當然又突顯陳淑菁這班表現差強人意，特別是教練的期待。

現在擔任明志國中體育組長的陳淑菁說，坦白說，很多教練帶球隊的目的也是希望能夠功成名就，最好能在短時間內贏得比賽，國際大型比賽更好，一兩次出賽成績不理想，有些教練就放棄，與其把一支實力普通的球隊訓練成百戰雄師，不如良禽擇木而棲，而且最好找一棵本來就很高大的樹，這種情況不只在國小階段的足球隊有，到了高中、大學也一樣，因為足球隊員升學時如果選擇繼續足球生涯，往往又都集中到特定的學校，有的教練接到幾乎一整支訓練有成的冠軍隊，毫不費力就能沾光，真正願意為基層培養好選手的教練實在有限。

修德國小的女足隊歷史上參加比賽抱回冠軍的機會不小，陳淑菁這班直到畢業前，才在自己學校承辦的“自強杯”留住了冠軍獎杯，雖然不是國內主要四大比賽：中正杯、李惠堂杯、區中運和足協杯之一，但是國內發展女足的幾所學校一樣全數到齊，競爭同樣激烈，這座獎杯總算對學校、教練長年的期許都有



FOOTBALL

了交待。

陳淑菁的家境並不理想，上國中後雖然也一度興起不要再踢球的念頭，不過為了減免學雜費、減輕家中的經濟負擔，最後她還是選擇繼續加入足球隊，可是足球對她來說不再是這麼痛苦的事，到了國中二年級，她甚至開始體會到踢足球的快樂，這一切變化都和教練的影響有關。

義務付出，李應偉教練影響三人最深

這要從洪麗敏和陳翰伎國小加入足球隊談起，當時挑選她們加入足球隊和接下來擔任五、六年級級任老師的陳華魁老師，雖然對學生相當有愛心和耐心，專長卻不是足球，他可以陪學生加強體能訓練，但仍需要一位專業的教練加入，陳老師透過私人關係找到曾經是足球選手的李應偉，雖然李教練已經有一段時間沒有指導足球，但還是拗不過陳老師的請託而重出江湖。

這位李應偉教練以義務的性質帶領學校足球隊，帶這一班到畢業時，決定離開國小，跟著學生一起升上國中，陳淑菁已經在明志國中一年，這一年比賽成績還是一樣不太有起色，教練如走馬燈轉換的命運還沒結束，這時要升上二年級，原來的教練決定離開，學校體育組長急著要找到替代人選，就情商李應偉兼任二年級的教練；這位李教練也是臺北縣足球界赫赫有名的人物，這些年來他都選擇留在基層培養新生代的選手，從修德國小、明志國中到現在的國立三重商工，培養的英才無數，卻始終保持義務教練的身分，只因為心中對足球運動的熱愛，不計較付出，李教練也是她們三人至今依舊感恩在心的精神導師，更是她們未來努力看齊的目標。

洪麗敏說，學生在比賽表現好壞，直接影響到教練的資歷和成績，有些教練會挑學生，看到學生資質平凡就覺得索然無味，在國中的教練總是巴不得能接收國小冠軍隊的畢業生，可是李教練不會，他自有一套訓練的方法，從來不會一味填鴨式地要求學生反覆苦練特定幾個姿勢，在訓練過程中並不是單向的傳授技巧，而是經常會要求受教的學生回饋，要學生提出意見，師生之間從中再討論學習、訓練的方法是否正確，不少足球教練的要求，好像總得在戶外練到汗流浹背才算是達到目標，李教練卻從這些問答中要求學生靜下來用大腦思考，在各種狀況下如何臨場反應，實地測試學生到底有沒有吸收正確的觀念，在訓練課程中還多了很多室內課，這也是她們感到相當新鮮的部分，例如教練會在黑板上畫出球場位置圖，抽問學生該如何跑位，考驗平常練習時到底有沒有用心學習，有沒有學會如何應變，一般教練幾乎不會用到這種“紙上談兵”的訓練法，即使到現在也很少。

陳淑菁認為李應偉的作法絕對不是偷懶，反而在各種動作和臨場反應的要求上更為嚴格，不像部分教練只會拚命壓迫學生苦練體能，總是迷信上場打球唯一能依靠的就是體能，不時還嫌棄學生本身的條件差。李應偉一直勇於接受挑戰，而且還認為能把條件不好的學生訓練到成為冠軍強隊才是真正有挑戰性的工作，所以像她們這些原本應該被一般教練嫌棄的學生，也有機會重新體驗練足球的成就和喜悅。

即使上的是室內課，學生未必就不會汗流浹背，陳淑菁說，李教練上室內課的頻率算相當高，雖然體力需求不大，心理壓力卻很大，其他教練往往是一個命令、一個動作，李教練卻會不斷要求學生回答問題，測試學生有沒有專心聽、用心學，幾乎沒有人敢分心。

陳翰伎說，當年能入選足球隊的學生幾乎都不會輕言退訓，學生來源不成問題，李應偉卻不會像其他教練挑學生，例如有的學生身高並不夠高，教練也會一一找出選手的特長，採取不同的方法訓練，在比賽時也會利用整體搭配，讓每一名選手都能發揮所長，大部分小學球隊教練總是教大腳球、或用速度去衝，要求小選手有機會就快速向前衝，或是一腳把球猛力往前踢，求勝就好，他卻能找出每個學生的特性，讓學生從基本動作紮實練起，回想起來令人相當佩服。

洪麗敏和陳翰伎這一班在國小四年級剛組隊不久，就幸運地拿到當時足球界每年最重要比賽的中正杯冠軍，這項比賽對每一所發展足球的學校以及選手、教練來說，最重要的意義就是可以獲得教育部全額補助出國比賽。因此，每所學校都把贏得中正杯當成每年最重要的目標。她們兩人小學四年級就因此有機會出國，陳淑菁卻沒有，當李教練接手指導明志國中，為了準備年度大賽，從暑假就開始集訓，雖然學



●入選木蘭隊國手的三人到北京參加比賽之餘合影留念，露出活潑的一面，分別為陳淑菁（左一）、洪麗敏（左二）、陳翰伎（右一）。



FOOTBALL

生都是住在學區內的孩子，住家離學校再遠也不過十幾分鐘路程，入選的球員不論要升二年級還是剛要入學的國一新生，一律全體住校，接受賽前特訓，除了白天全天的各種技巧訓練、體能訓練，晚上還有十二碼球特訓，生活管理和團隊默契也是重點。

那年，這群國中一、二年級學生拼湊成的學校代表隊，擊敗其他多半由國中三年級生為主力的學校，為明志國中再添一座中正杯冠軍。

當時的喜悅沒有維持太久，因為接下來年度四大杯賽中的球王李惠堂杯和臺灣區中等學校運動會，她們輸掉了學校連續稱霸多年的輝煌戰果，衛冕冠軍失敗，到學期末好像又從惡夢中甦醒，再從谷底爬起，抱回足協杯冠軍。

陳翰伎記得，從國小開始，每天一早練球從熱身完畢，就由隊長帶頭先練習傳球、盤球、停球一整套基本動作，光是盤球就包括十幾、二十種動作，從國小到國中三年級畢業為止幾乎每天必備，每天早上李教練一開始總是站得遠遠，看到她們做完這些才會走到球場來，李教練對球員的基本要求從來沒有改變過，每一年的學生只要被李教練帶到一定會照表操課，長年勤練基本動作效果也很明顯，連其他教練只要見過李教練帶出來的選手，都會特別誇讚基本動作平均水準比其他選手好很多。

洪麗敏說，其實訓練一名成熟的足球選手，國小階段的紮根真的很重要，如果基本訓練夠，以後再接手的教練根本不用怎麼教，像李教練這樣能夠長年在幕後付出真的很偉大，尤其像她們都是從小到大經歷好多教練，比較起來更覺得李教練針對基本動作、戰術要求特別嚴格。

很多人都以為小學生踢足球恐怕也不會有什麼特別的戰術，李教練卻曾經很自豪地對她們說，當年能在帶隊兩個月就拿下全國冠軍，其實他是很懂得戰術運用的，不過學生總認為當時能贏球是因為運氣好，只記得教練要她們在迎球時要散開，現在回想起來，因為小學生踢足球沒什麼章法，往往一大群人都是往球的方向衝，擠成一團，看到前面沒人就往前踢，那裡懂得什麼盤球技巧，擠成團反而不利傳球推進，李教練簡單的方法卻正好讓對手防守散開，增加禁區空檔，讓我方能快速切入、攻門。

三、運動成就

出國比賽拿金牌，學生難忘回憶

這些球員從小就被精挑細選成為學校榮譽的捍衛者，像修德國小足球隊的名聲早就已經非常響亮，這種壓力也或多或少轉嫁在這些小球員身上。在學校裡，大家總認為足球隊拿好成績是理所當然的，像陳淑菁這屆遇到的各方對手實力都很堅強，比賽成績平平，不僅訓練加倍，恐怕連老師、教練的壓力都不小。陳翰伎和洪麗敏國小四年級被挑進足球隊，組隊兩個月就拿到全國冠軍，她們想起來都覺得幸運，馬上就能出國參加國際賽，還不滿12歲，同場較勁的外國球員年齡都大上1、2歲，卻未必是她們的對手。

當時國內國小、國中足球隊出國比賽，最常到丹麥、芬蘭、瑞典等歐洲國家參加分齡賽，她們分別在國中一、二年級那次贏得中正杯冠軍，出國參加國際分齡賽，拿下瑞典戈夏杯冠軍、丹麥丹拿杯亞軍。

因為踢足球而能從小就有機會出國的洪麗敏說，那時候能出國是多光榮的事，在國內拿到中正杯冠軍大家就知道可以出國比賽，小孩子更是開心得不得了，出國前開心到好幾天睡不著覺，連作夢都會笑，因為自己家境不好，爸媽都沒有出過國，沒想到讀國小就因為參加足球隊可以出國，而且在那個年代出國能到日本就已經很不得了了，她們還可以繞過半個地球到歐洲比賽，一去就是二十幾天。她記得國小第一次出征，參加挪威杯、瑞典達里卡拉杯，兩個比賽都抱回冠軍。

洪麗敏說，出國比賽雖然球衣上沒有像現在繡著"中華臺北"，但我們是繡上中華民國國旗，當時和歐洲當地人解釋，我們來自"臺灣"，對方總是似懂非懂，最後拿出地圖來仍然找不到臺灣。當時的臺灣經濟才剛剛起飛，在國際間還沒什麼名氣，不過國外已經可以看到不少"Made in Taiwan"的產品，這些對小學生來說都不是關心的重點，能有機會坐上飛機就夠興奮好久。

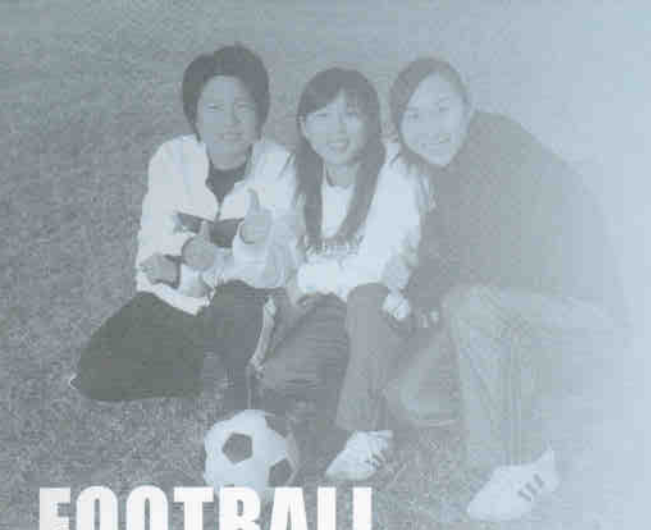
她們還記得達里卡拉杯的獎杯是一隻木馬，造型非常特別；而挪威杯是所有分齡賽中最難打的一項，光是參賽隊伍就上千隊，在一望無際的大草原上劃分場地，同時可以容納幾十隊進行比賽，打進冠亞軍賽，大會還會發給雙方各一套正式的球衣，還有現場電視轉播。

陳淑菁解釋，在臺灣只有少數學校有足球隊，而且都是經過挑選、嚴格訓練的學校代表隊，在歐洲足球風氣很盛，採俱樂部制，家長花錢讓小朋友進俱樂部長期學足球培養興趣，比較起來，歐洲的小球員速度快、身材好，隨著年紀漸長，在球場上的表現越來越強，日後從俱樂部再打進球團的第三隊、第二隊、第一隊，甚至有機會還可進入職業隊，和臺灣的體育培育環境差異很大。

在李應偉指導下，她們三人國中時連續三年都有機會出國比賽，連大一屆的陳淑菁已經升上高一，還被學校"借"回來打比賽，洪麗敏記得，像到挪威比賽時，全挪威的華僑只不過一、兩百人，到場為她們加油的就有五、六十人，而且僑胞都好熱情，不僅大老遠趕來，其中不少開餐館的僑胞還親自



●先後曾效力中華女足的中鋒陳淑菁（左）、前鋒洪麗敏（中）和後衛陳翰伎（右）號稱女子足球三劍客。



FOOTBALL

準備魯肉飯、便當讓遠赴海外的小球員也能嘗到家鄉味，尤其打入晉級時，僑胞更對小選手疼愛有加。

在她們年年爭取佳績的同時，家人也是背後支持的最大力量之一，洪麗敏的爸爸就是最忠實的球迷，從她在國小入選球隊開始就很支持她往足球發展，也希望從小好動的孩子能在教練引導下往運動場上發展，除了平常一有空閒就會到學校看孩子練球，每到比賽時，寧可地攤不擺也都會到場觀戰，有時候對裁判的處置不滿意，還會義憤填膺地高聲罵裁判，這些年下來早已經從球迷進階到可以當球評了，甚至一起參加比賽的隊友沒看到洪麗敏的爸爸到場加油，都會覺得渾身不自在。洪麗敏說，每次爸爸在別人面前介紹她，都會特別強調她是“國腳”，言詞間充滿以她為榮的驕傲。



●洪麗敏（前排右二）和陳翰伎（前排右五）及修德國小四年級出國比賽贏得兩座冠軍獎杯凱旋，與啓蒙教練李應偉（後排左二）合影。

陳淑菁的父母也是忠實的球迷，後來她的姐姐還會帶小孩一起觀戰，爸爸看足球看得多了，有時候還會忍不住技癢，中場休息時也湊過來指導隊員幾句：像這樣的家長在修德國小、明志國中很多，孩子參加足球隊不光是為父母增添光彩，也因為自己的孩子學足球，通常對足球都很陌生的家長就算不親自踢球，也都因為常常看球成了半個專家。

四、運動對人生的影響

足球員生涯，求學路並進

陳淑菁國中畢業後，跟著同學一起選擇到銘傳商專就讀五專，那年也是五專最後一屆招生，只讀了一個學期，她就決定轉學到景文高中。她強調，自己雖然好動不太喜歡唸書，可是學業成績從來不輸人，只是不想花時間在書本上，因為那不是她的興趣。

她說，當時轉回景文的賭注很大，如果留下來念五專，至少可以穩穩地成為專科畢業生，可是她因為種種因素選擇離開，幸運的是在高中畢業前，景文專校成立，她又順利升上二專就讀，可是始終沒有放棄讀大學的夢想，畢業前正好贏得一項大型比賽成績可供插班大學，她決定插班回到改制後的銘傳大學，後來又幸運地獲得佳績有資格報考研究所；她笑稱自己讀的書比另兩人多，因為她二專念了三年，插班到銘傳大學也念了三年，研究所也念了三年。在國小升國中時就因為家中經濟能力有限，父母一手要帶大五個小孩，後來一度還失業，她選擇繼續加入足球校隊減免學雜費，幸好這一路都是校隊，學費也都可免，直到大四她決定離開校隊，這時候她已經有能力繳學費，她換個方式說：「光是這些年比賽拿的獎金也夠繳學費了。」

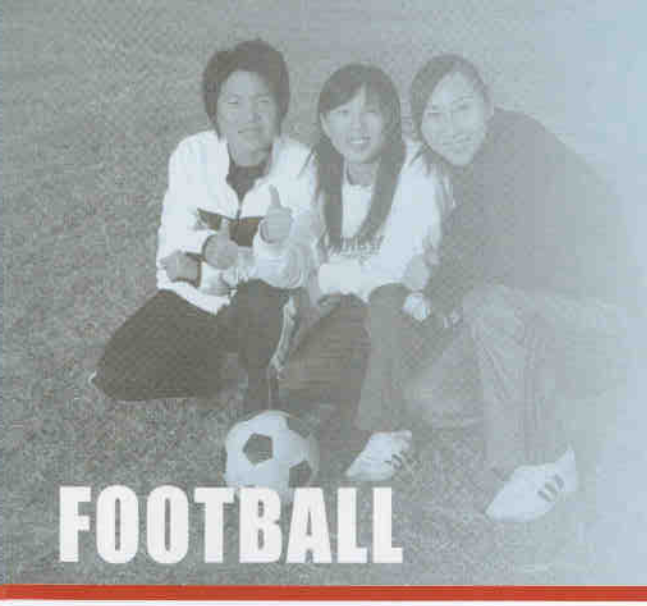
洪麗敏和陳翰伎在升學路上就沒有這麼多考慮，當她們國中畢業，已經不招收五專生，在北部唯一的選擇就是跟著學姐到景文高中及景文專科學校，景文專科學校升格為技術學院，她們則繼續完成了二年制技術學院的課程。目前陳淑菁已經完成國立體育學院教練研究所的學業，回到明志國中任教，陳翰伎和洪麗敏現在也都是國立體院教研所的學生，陳翰伎已經是研究所三年級(教育學程二年級)，洪麗敏因為考運差一點，現在讀研一。



輸沒關係，要踢得漂亮

陳淑菁記得李應偉總把一句話掛在嘴邊：他寧可學生比賽時把球踢漂亮，也不要亂打打到贏

●洪麗敏（左）和陳淑菁（右）穿上臺北縣代表隊服裝，參加全運會會前練習賽。



球。

洪麗敏認為即使在最緊張的比賽中，李教練也會隨時安定選手的心情，尤其國小足球賽選手都只是小朋友，很多教練乾脆只要學生大腳快攻，李教練除了有戰術應對，常常在輸球時也會安慰學生說沒關係，把球打漂亮就好，就算輸球也要輸得漂亮，她記得教練說，反正輸球回去也是教練去面對校長，要球員不必擔心，就算只是小學生，聽到教練這樣講，反而會激發鬥志，更拚命爭取佳績。

李應偉從來不罵學生，可是到了球場上，一旦認為裁判判決不公往往當場忍不住痛罵一頓，甚至會衝動到想上前“修理”裁判，就像洪麗敏形容“鋒頭健的教練難免會成為別人注意的目標”。陳淑菁說，李教練是她生命中的貴人，不但朋友多，敵人也多。李教練還會調侃自己，因為過去參加比賽的“不良紀錄”，要是繼續掛名總教練出賽，可能連裁判判決都會因此不利我方。

李應偉帶給她們的影響很大，也影響了很多從修德國小、明志國中一路升學上來的足球選手，後來不少都成為國家足球代表隊的主力成員，陳淑菁說，其實自己從上高中以後球技似乎就沒有明顯的突破，幾乎所有的基礎都是在國中以前打下的，國中畢業後，她又恢復不斷換教練的命運，後來也曾遇過不少“名教練”，練球時根本聽不到吩咐些什麼，只能跟著資深學姐的動作一邊做一邊猜，可能因為歷來修德、明志一路上來的學姐都很優秀，能接受到這批學生升學上來的教練帶隊出戰成績都不差，根本不必費心教球，輕而易舉就撿到一支冠軍隊。

在他們心中李應偉教練已經是一種典範，她們異口同聲地說，未來一定會把李教練當成努力的目標，以後帶基層球員也會特別要求選手從基本動作練起。

五、自我期許及建議

接棒傳承，期盼足運發展振興

她們三人現在仍然是場上的足球選手，跟隨著昔日教練，與一群從明志國中升上三重商工的年輕後輩球員組成三重市代表隊，參加國內的甲組聯賽，同時也提供這些新生代更多實戰經驗，不過和16、7歲的年輕選手在一起，將近30歲的三人在隊中都算“高齡”，洪麗敏笑說，現在真的上場踢球反而越來越覺得有點拖累其他人，不過國內的比賽變得更少了，繼續發展足隊的學校也少了，新一代的選手更需要磨練的機會。

洪麗敏說，以前是教練可以選才，幾十個學生裡面挑一個，也因為人多，踢不好就叫妳回去，現在連有學生願意踢都求之不得，連湊足上場的球員數都很困難。

陳淑菁說，和現在比起來，從前的訓練比較紮實，選手的基本動作比較純熟，看到現在國中選手的表現實在差了太多，可是臺灣和國外的環境及情況不同，在臺灣大部分這些從小培養的選手通常到大學畢業就沒有機會再踢球，因為社會沒有這種環境，洪麗敏和陳翾伎都是因為還留在學校工作，才有機會繼續上場。

陳翾伎說，以前讀書時足球校隊下午三點後為練球時間，可以不用上課皆請公假。現在小朋友課業壓力大、課外輔導課程多，只有等到課後才能練球，練習的時間有限，是所有基層教練最難為之問題。

陳淑菁說，以前選拔的制度比較嚴謹，選拔委員會親自觀看比賽才決定是否能入選，千中選一，每個入選的都是一時之選，後來制度改由代表隊總教練自己挑選，大概三分之二都是挑自己學校的門生，不管選手好不好，變得浮濫，越來越多人質疑選拔制度不公平，甚至批評入選也沒什麼了不起，或許從另一個角度看，教練絕對會照顧自己培養的選手，保障她們有進入國家隊的機會，可是以大局來看就有些自私，對國家代表隊的實力也沒有幫助。

其實要振興臺灣足球也不是沒有辦法，像她們都願意要為足球奉獻心力，甚至夢想將來推動女子五人制足球，只要國內的協會組織能更重視未來足球的發展，足球人共同努力，相信臺灣足球依然能邁向高峰。

六、結語

“妖精”陳淑菁守中場，負責供輸的重任，號稱是球場上的靈魂，“小猴子”洪麗敏是前鋒，負責衝鋒陷陣進取搶分，“蟾蜍”陳翾伎專守後衛，以前三人還並稱“三劍客”。

她們三人都曾經入選國家代表隊，成為著名的“木蘭隊”成員，可是對國家代表隊她們卻是有褒有貶，也不禁為發展足球運動的前景擔憂。

對於未來，洪麗敏希望能有機會發揮所長，現在她在學校擔任行政職員，希望研究所學業完成後可以轉職，未來也可以有當教練、當老師的機會；陳翾伎的方向更清楚，既然已經讀到教練研究所及修習教師資格課程，未來當然希望能朝教練及老師工作發展。

如果將來她們結婚生子，只要有機會，還是會希望孩子也能成為足球員，洪麗敏說，如果小孩對讀書沒什麼興趣，不如往運動方面發展，或許也能有像她一樣的際遇，最重要的是得像她們一樣擁有對足球的熱愛和認真的態度，否則就算有再好的教練也沒用。



●洪麗敏（右）參加第十二屆亞洲杯贏得第二名，返國後接受當時足協理事長黃石城頒獎表揚。