

田徑運動的搖籃推手

■ 撰文者 ■ 黃碧萍

游文龍

游文龍小檔案

出生地：桃園縣

學歷：國立體育學院二年制體育系

經歷：2001年迄今桃園國中體育組長

專長：田徑

指導教練：青溪國中卓清龍老師、成功工商王景成老師

座右銘：「為自己定目標，朝自己的理想發展」

現職：桃園國中體育組長

歷年成績：

指導選手姓名

◆黃偉銘 2001年中運國男100M、200M第一名

◆黃偉銘、夏漢青、林奇良、方智威 2001年中運國男400M接力第一名
(破紀錄)

◆方智威 2001年中運國男跳遠第一名

◆簡榮德 2002年中運國男400M第一名

◆簡榮德、陳裕承、賴文忠、林江榮 2002年中運國男400M接力第一名

◆王美惠、陳淑韻、許訪綺、陳嘉琳 2002年中運國女400M接力第一名

◆陳嘉琳 2002年中運國女跳遠第一名

◆簡亦辰、趙智宏、彭俊華、陳文進 2004年中運國男400M接力第一名

◆陳昌鴻 2004年中運國男鐵餅第一名

◆余雪安 2004年中運國女100M、200M第一名 (破紀錄)

◆彭俊華、林宗民、李長恩、王明恩 2005年中運國男400M接力第一名

◆王明恩 2005年中運國男跳遠第一名

◆李欣芳 2005年中運國女標槍第一名

◆邱佩蓮 2005年港都盃國女標槍第一名 (破中運)

◆桃園國中 2005年中運國男團體錦標冠軍

◆郭文熠 2006年中運國男100M第一名

◆林宗民、李長恩、李駿宏、郭文熠 2006年中運國男400M接力第一名

◆林宗民、李長恩、李駿宏、鄧旭倫 2006年中運國男1600M接力第一名

◆桃園國中 2006年中運國男團體錦標冠軍

◆吳思瑩 2006年中運國女跳遠第一名

◆游逸潔 2006年中運國女撐竿跳高第一名 (創紀錄)



榮獲 94年度全國青少年組績優教練

前言

桃園國中的田徑隊，在體育組長身兼田徑隊教練游文龍老師的指導下，以及校長、主任大力支持下，無論颶風下雨，烈日當空，莫不辛勤苦練，可堪稱是桃園縣的田徑運動搖籃的大本營，在這裡孕育了無數田徑好手！正因此，桃園國中因而榮獲教育部「95年推展學校體育績優團體及個人獎」的殊榮。

求的榮耀制服，因此游文龍下定苦心勤練田徑，以優異的成績表現奪得第一名，也打亮了田徑隊的名氣。

國中時的因緣際會，讓田徑教練發掘游文龍的體育資質頗佳，於是推薦他參加青溪國中田徑



與高中恩師王景成秘書長合影

隊，也因為游文龍本身對田徑的熱愛，他每天勤奮的練習，當母親看到排行老么的游文龍，常常因為練習而受傷非常心疼，母親開始很反對他參與田徑運動，但是因為游文龍的信念堅定，為田徑付出很多心血，並且在桃園縣參加多次田徑比賽，都能以破紀錄的成績奪冠，讓父母親感到相當榮耀，因為這樣的堅持及付出最後得到父母親的支持，一路朝著自己的體育夢想前進。

求學過程與經歷

✿ 堅持理想，朝夢想前進

出生於農村子弟的游文龍，國小四年級即開始參加體育活動，一開始是參加手球隊兼田徑隊，曾參加過蘆竹鄉鄉運比賽，當時游文龍參加比賽目的，是要贏得冠軍的獎品，那時冠軍的獎品，是一套讓運動員都夢寐以求的獎品，並且在比賽中打破縣運

400公尺及800公尺中長距離的紀錄，從此奠定了游文龍在田徑界扎實的基礎。高中畢業後在教練王景成老師的鼓勵下，游文龍考上國立台灣體育學院體育系、國立體育學院體育系，為自己的體育目標又向前邁開一步。

運動暨其他成就貢獻

✿ 掌握時機，創造奇蹟

在桃園國中擔任體育教練的游文龍，訓練選手的重點都擺在田徑的基層培訓工作上。現在他所指導的選手，個個都是田徑界的好手，這些耀眼的成绩，都是游文龍一點一滴辛苦

指導、認真負責，所帶領出來的。感謝余青忠老師的提攜及信任支持，讓愛女余雪安就讀體育班接受田徑訓練，93年全國中等學校運動會以12秒06破全國紀錄佳績榮獲100M金牌及200M雙料冠軍，現就讀桃園高中在會孝生教練的指導下代表國家參加2006年亞運會獲得女子4×100M接力銅牌為國爭光，深感與有榮焉。

94年全國中等學校運動會，游文龍的愛將邱佩蓮，是桃園國中女選手、奪金呼聲最高的一位，因手傷導致臨場失常僅獲銅牌，賽後邱佩蓮沮喪地低著頭迅速離場，為痛失金牌抱頭痛哭。游文龍指出，邱佩蓮的運動



參加2004年亞洲青年田徑賽與桃園高中教練余青忠老師合影於馬來西亞

協調性、爆發力、流暢度皆是上乘，實力早已超過同年紀的選手，足以與社會選手一較高下，前途非常值得期待，她也一心想在全中運奪金並破大會紀錄，可惜操之過急，自己把節奏打亂，是相當可

惜的事。游文龍告誡選手，不如意的事情，不要讓它變成人生的全部，一定要登峰造極，但一定要懂得讓自己保持在進步的狀態中，大家都要適時地掌握住關鍵時刻，才能在體壇上大放異彩。

期許與感想

✻ 練習用心，比賽盡心

游文龍給年輕的選手一個觀念，球類運動是屬於團體競賽，田徑是屬於個人競賽獨立性較強，需要靠自己不斷的磨練，先不要把選手的成績定得太重，要透過運動給選手一個健全的人格發展，正向的思考，肯定自我，才能穩住自己的實力，面對訓練要認真的練習、比賽要盡心的發揮實力，凡事要求自我實現，朝自己的目標前進。教練和選手是互相配合的，要有優秀的教練來啟發選手的潛能，要有具天份的選手來實現教練的能力，兩者之間相輔相成，才能培育出更出色的選手。

游文龍經常在訓練選手之餘要求



與榮獲02年田徑精英賽青少年女子組100M優勝選手余雪安合影

自己進修，實事求是，吸收相關訓練資訊，參加教練研習會教學相長，希望自己的訓練工作越來越好，要累積經驗、吸收經驗。游文龍目前所指導的選手都是國中學生，他希望能讓選手們在運動啟蒙及人格發展各方面，都能夠走上正確的路，走得扎實、走得快樂，在銜接高中的運動旅途上能一路順暢。游文龍更希望將來有機會，可以挑戰培養高中的田徑選手，孕育出更多傲視國際體壇的明日之星。

結語

游文龍所任教的桃園國中，經常協助辦理桃園縣內的田徑活動，皆能圓滿達成任務，更致力於發展學校體育特色，創造了無數輝煌的佳績，榮獲績優團體獎，為推展學校體育活動所作的傑出貢獻，受到大家肯定。



與背後默默支持付出的妻子合影

游文龍認為學童除了智能的開發外，體能的訓練與教育更是刻不容緩，必須向下扎根，才能強化國家競爭；讓體育活動成為全民的主要休閒活動，藉以強健莘莘學子的體魄，把運動休閒帶進生活，勇敢的面對訓練的考驗和挑戰，相信成功是可以預見的。



全家福合影

2005 比 刊