

杏壇之光的太極拳教練

■ 撰文者 ■ 許文齡

李勝火

李勝火小檔案

出生地：桃園縣新屋鄉
學歷：省立台北師範畢業、國立台灣師範畢業、國立政大教育研究所結業
經歷：中小學教師主任18年、縣督學2年
1974~1981年新竹縣立石光國中校長
1981~1986年桃園縣立龍潭國中校長
1986~1994年桃園縣立八德國中校長
專長：教學活動方面、太極拳、太極棒
座右銘：「強國必先強身，有強健的青年才有強盛的國家」
現職：桃園縣全民太極拳協會理事長、桃園縣體育會太極棒委員會副主任

委員

歷年成績：

- ◆1999第四屆中華盃國際太極拳錦標賽團體總冠軍
- ◆2000全國太極拳觀摩錦標賽榮獲器械組團體冠軍
- ◆2000第四屆中正盃全國太極拳錦標賽團體組冠軍、64式太極拳團體組季軍
- ◆2000縣運會當選桃園縣推行體育有功人員接受表揚
- ◆2001第十五屆中正盃全國太極拳錦標賽團體組亞軍
- ◆2002台北市中正盃全國太極拳錦標賽A隊榮獲13式冠軍、B隊31式13式雙料亞軍
- ◆2003挑戰萬人齊練太極拳突破金氏世界紀錄盛會圓滿成功
- ◆2004台北市青年盃太極棒錦標賽13式、31式雙料亞軍
- ◆2004台北市中正盃太極拳錦標賽13式冠軍、31式亞軍
- ◆2006台北市青年盃太極拳錦標賽13式、31式雙料冠軍
- ◆2006台北市中正盃太極拳錦標賽13式、31式雙料冠軍



與夫人一同參與第十四屆中正盃太極棒團體冠軍，太極棒團體季軍賽後留影。

前言

世界各國無不重視全民體育的推動，李勝火認為從學校教育開始，奠定國民體能的基礎，是最有效的策略之一，目前學校有體育課、校運會，國家有舉辦鄉鎮市運、縣市運、省市運及全國運動會等，這些活動無非是想推展體育活動，促進國民的健康與培養優秀的體育人才。要達成這些目標，除了有健全的組織，雄厚的財力及良好的設備外，最重要的是有優秀的教練來培育優秀的體育選手。

求學過程與經歷

✧ 立志以教育為終身事業

李勝火出生於桃園縣的純樸之農家，自幼就立志從事教育工作。1950年自台北師範畢業後便任教於小學，1956年榮獲縣優良教師表揚並保送師範大學深造，師大畢業後，李勝火歷任國中教師、組長、主任、縣督學、國中校長等共四十餘年，以教育為終身事業，為國家作育英才，榮獲記功與嘉獎兩百餘次，於1994年屆齡榮譽退休。

自幼生活在農村，幫助農事即是鍛鍊身體的健康，李勝火雖體格不算高大，但卻十分健康靈巧，對各項運動都願意且樂意去嘗試，當時還沒有升學考試的壓力，小學時期對體育活動也興致勃勃，在體育課練習跳箱、單槓、相撲、賽跑、跳高等等活動外，課後也會與同學當做遊戲在練習，因此在學校的運動會總是獲獎連連；就讀中歷農校時，除了有忙不完的農事、躲避美軍的空襲外，每週仍有兩小時的劍道課，既可訓練殺敵又可運動健身。李勝火記得某次比賽中，過關斬將打倒6人後，榮獲全校劍道冠軍；之後在北師時期，校運中也獲得鉛球、撐竿跳的獎項，雖沒有驚

人的成績，但對體育活動的熱誠，仍是難忘的回憶。

運動暨其他成就貢獻

✧ 推動五育均衡的教育及拳藝的重責

李勝火在擔任龍潭國中校長任內，積極推廣巧固球運動，於是鼓勵劉貞清教練加緊訓練巧固球隊，經過兩年的緊密訓練，果然有優異的表現，球隊於民國1983年及1985年奪得全國中正盃的冠軍，李勝火也於1985年12月接受推展巧固球有功人員表揚。服務於八德國中期間，八德劍道隊已稍有名聲，李勝火也很支持劍道，並請林益仁老師負責訓練，除了連霸數年全國冠軍外，並得到教育部經費補助到韓國、日本參加友誼賽。

李勝火感謝五育均衡的師範教育，他在從事教育工作時，除了加強升學的輔導外，更推動體育運動等五育並進，這樣的精神實在難能可貴。

他以退而不休之精神，受聘擔任桃園縣全民太極拳協會志工教練，為推動社區民眾的健康休閒活動而義務服務，由於同道的合



2003年11月挑戰金氏紀錄



2002年8月參加台北市中正盃太極棒錦標賽榮獲A隊13式冠軍，B隊13、31式雙料亞軍留影



2001年5月夫人當選中壢市模範母親時家族留影

作與支持，工作勝任愉快，由擔任教練、組長、副理事長，到現任太極棒委員會副會長、太極拳協會理事長等，能力相當受到大家的肯定。1998年參加太極拳省市級教練訓練，獲頒太極拳省市級教練証；2000年參加中華民國太極拳總會主辦，太極拳國家級教練訓練，獲得中華民國體育運動總會頒發國家級運動教練証，爾後就被推派為主任教練、組長、副理事長、理事長等職務，加重推廣拳藝的職責，有幸獲得同道的大力支持與合作，才有了之後豐碩的收穫。



1996年12月參加中華盃第三屆國際邀請賽榮獲91分特優獎紀念（任教練兼帶隊）

懂得學習人心理，且又要有豐富的專業知識和技術，李勝火期望在有生之年朝此目標前進，願與大家共勉之。

結語

太極拳是我國固有武術文
化之一，只要勤加練習，除了幫助血液循環外，對心臟病、中風等慢性病的預防與復健也特別有療效。李勝火為了健康的休閒活動，在1981年即偕同夫人參與練習太極拳。直到退休後，有更多時間參與活動，與同道間相互切磋。李勝火一路走來，自覺頗有成就而感到欣慰，願有生之年，繼續為推動有意義的太極拳活動而努力。



擔任台北市2002年度中正盃太極棒錦標賽總指揮留影



主持2002年度太極棒縣市級教練訓練，邀請亞運太極棒冠軍得主詹明樹國手擔任講師課後留影

期許與感想

✳ 健康的練拳活動，無私的熱誠奉獻

目前桃園縣全民太極拳協會的會員有三百餘人，每天清晨歡聚在中壢國小校庭、興國國小、聖德學院、巴里廟前等地練拳，相互照顧、情同手足，彼此為身體健康而活動，是一個可愛且有朝氣的團體。因為都是高齡人員所組成，因此協會的宗旨不在於比賽得獎，而是為身體健康而練拳，如遇有比賽則挑選較年輕會員加以訓練而參加。協會並沒有政府等機關的經費支援，所有的教練幹部都是志願者，大家是既熱心又無私。當一個稱職教練必須具備耐心、愛心、熱誠、