

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 **體育評論**

來源 **中國時報** 日期 **94. 7. 19** 版面 **C四版**



彭台臨
專欄

運動也要優雅

柯納 (Bart Conner) 指導我國體操選手時，對我說：「你們男子體操選手的體型與素質都很好，可惜的就是差了那麼一點點。」我請教他如何加強那「一點點」。柯納明確指出：「注意細節，堅持做好每個動作，與世界一流的教練與選手交流，培養美感與品味，動作就會優雅。」

運動員的培養，不僅指其專業活動的能力，也須將態度、知識與技術做整合，才可能有健全的發展。運動員的培養如僅強調以技術訓練為主，不但會限制了運動水準的提升，更影響了他們未來的生涯發展。

柯納的建議，影響我對奧運培訓理念極深。我特別要求教練與選手參加比賽時必須要做的兩個活動。一是邀請優勝隊聚餐，以表示敬意並請益成功之道；二是遊覽參賽城市，尤其是博物館與美術館。射箭隊在紐約參賽世界錦標賽時，賽後參觀大都會博物館、百老會與自由女神像等。跆拳道隊在巴黎參

觀羅浮宮、巴黎鐵塔與巴黎市的風情。有人好奇我為什麼要求運動員觀光遊覽？我認為觀光旅遊可以培養人對環境的注意力與認識。運動員觀察力不足，感受力不敏銳，對美的事物無動於衷，是不可能注重細節，講究精緻，追求卓越的。

高爾夫球名將老虎伍茲的父親在他到法國參加世界業餘賽時，借用了高球名將霍根 (Walter Hagen) 的話：「停下來聞聞花香。」建議伍茲多多觀摩法國的優雅。確實，運動不僅是競賽的勝負，也是與世界頂尖運動員交友與學習的最好時刻。在旅途中，了解各國人士風情，讓生活多采多姿樂在其中。我相信這可以有助於教練與選手開拓視野，培養美感和品味的。我觀察培訓期間，跆拳道與射箭選手不但競技實力提昇，氣質與談吐都有明顯的變化。有教練與選手不約而同的指出，他們參加多次的大型賽會以來，雅典奧運賽是大家最快樂、相處和諧、而且最團結。

(作者為體委會參事)

