

國立臺灣體育運動大學競技運動學系
碩士學位論文

102 年中華民國全國運動會與 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力男子自由式得分技術之分析

THE COMPARISON OF SCORING CONTENTS IN
FREESTYLE WRESTLING BETWEEN THE
NATIONAL GAMES OF TAIWAN 2013 AND
NATIONAL GAMES OF THE PEOPLE'S REPUBLIC
OF CHINA 2013



研 究 生：張哲瑋 撰

指 導 教 授：張聰榮 教授

中 華 民 國 103 年 7 月

論文名稱：102 年中華民國全國運動會與 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力男子自由式得分技術之分析

總頁數：101 頁

校所組別：國立臺灣體育運動大學競技學系研究班

畢業時間及提要別：102 年度第 2 學期碩士學位論文提要

研究生：張哲瑋

指導教授：張聰榮博士

中文摘要

本研究目的是針對 102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由式與 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目男子自由式比賽選手進行得分分值與動作的統計，分成優秀組及一般組來比較有何差異。以影片觀察法將資料編輯處理進行統計分析，描述性統計進行各種不同分值與不同動作結果分析，以獨立樣本 T 檢定進行優秀組與一般組及兩賽會優秀組得分內容之差異。中國全運會取得資格的隊伍較平均，推展的比台灣還來的普及；以獎牌分布來看，顯示台灣角力發展過度集中於幾個有聘任專業角力教練的縣市。台灣優秀組五分動作顯著高於台灣一般組；中國優秀組所有分值都顯著高於中國一般組；台灣優秀組在兩分動作顯著優於中國優秀組，一分動作則是中國優秀組顯著高於台灣優秀組。台灣優秀組在五分的 Fall、兩分的側翻、一分的技術加分顯著高於台灣一般組；中國優秀組五分的 Fall、三分的擒抱摔及其他，兩分的側翻，一分的雙腳擒抱、跪姿反抱、技術加分、clinch 顯著高於台灣一般組；中國優秀組三分動作的其他顯著高於台灣優秀組；台灣優秀組在兩分動作的滾橋顯著高於中國優秀組，中國優秀組在一分動作的跪姿反抱顯

著高於台灣優秀組。優秀組任何分值的動作都優於一般組，證明了角力是需要積極得分的運動。Fall 是可以直接決定勝負且最重要的動作。

關鍵字：男子自由式角力、技術分析、得分動作。

Title: The Comparison of Scoring Contents in Freestyle Wrestling Between The National Games of Taiwan 2013 and National Games of The People's Republic of China 2013.

Name of Institute: Master Program of Department of Sport Performance, National Taiwan University of Physical Education and Sport

Student: Chang, Tse-Wei

Abstract

To clarify the winning respects, we compared the scoring contents and obtained scores in Freestyle wrestling between the elite groups and normal groups in The National Games Taiwan 2013 and The National Games of the People's Republic of China 2013 by the videos of whole games were collected and observed. The data were confirmed by experts' validation. The performances of candidates of top sixteen in final game in China were superior to in Taiwan. In Taiwan, the distribution of madels was concentrated in some local cites with professional coachs, however, not in China. The only five points scoring of elite group were obviously greater than normal group in Taiwan, however, all of the point scoring of elite group were greater in China. The Fall of 5 points, Overturn of 2 points and Bonus point of 1 point were greater in elite group. Comparing to the elite groups, the Fall of 5 points, Tackle of 3 points, Overturn of 2 points, Double leg of 1 point, Reversal, Bonus point and Clinch in China were greater than in Taiwan. The scoring contents of 3 points were greater in China than in Taiwan. The Bridge of 2 poins were greater in Taiwan than in China. The Reversal of 1 point were greater in China than in Taiwan. The greater obtained points in elite groups have showed that the wrestling is quite a skillful sport. The obtained point by Fall is critical to the win.

Key word: Freestyle wrestling, Technique analysis, Score action

謝誌

能完成我的論文要感謝的人非常多，首先要感謝我的指導教授-張聰榮教授，從我進入大學至研究所這段時間給予許多指導及照顧，除了學習到角力的專業知識之外，也提醒了我許多做人處事的道理，讓我獲益良多。再來要感謝我的口試委員陳裕鏞教授及林鼎政教授，在我撰寫論文的這段期間還要抽空給予我指導與協助，兩位教授不厭其煩的提醒我，讓我的論文能更為完整，十分的感激。也要感謝這兩年期間我研究所的兩位導師林華韋校長及張立羣主任，平時有您們的照顧及關懷，讓我備感窩心。

其次，也要感謝系辦的佩欣學姊給予的鼓勵及行政上的幫助，感謝 101 級競研所的各位同學，大家互相扶持一起討論課業一起成長，讓我體會到我們這個班的團結與溫暖。感謝吟龍學長及惠玲學姊，在忙於自己的研究同時，還不時叮嚀我、給予我指導與建議，使我可以克服重重困難去完成學業。還有許多給我加油打氣的朋友，您們的支持就是我完成論文的最大原動力，真的非常感謝您們。

最後要特別感謝養育我的父母親，因為有您們無怨無悔的支持與栽培，做我最大的後盾，讓我能無後顧之憂的去完成我的學業，將來我會努力的報答您們的。

張哲瑋 謹致

中華民國 103 年 7 月

目 錄

中文摘要	I
英文摘要	III
謝 誌	IV
目 錄	V
表 目 錄	VII
圖 目 錄	X
第壹章 緒論	1
第一節 研究背景與動機	1
第二節 研究目的	3
第三節 研究範圍與限制	4
第四節 操作型定義	6
第貳章 文獻探討	18
第一節 角力運動相關文獻	18
第二節 角力規則相關文獻	20
第三節 角力得分動作相關文獻	24
第參章 研究方法	26
第一節 研究對象	26
第二節 研究方法	29
第三節 研究流程	30
第四節 研究器材	31
第五節 研究步驟	32

第六節	資料處理	35
第四章	結果與討論	36
第一節	比賽各項資料與成績分析	37
第二節	不同組別不同得分分値之差異	46
第三節	不同組別不同得分動作之差異	53
第五章	結論與建議	75
第一節	結論	75
第二節	建議	77
參考文獻	78
中文部分	78
英文部分	80

附錄

表目錄

表 1-1	男子自由式各量級區分表	6
表 2-1	1985 年-2006 年國際角力比賽得分分值變化	21
表 2-2	奧運會角力體重量級的變化	22
表 3-1	102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由 式參賽人數、觀察比賽場次表	26
表 3-2	2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項 目男子自由式參賽人數、觀察比賽場次表	27
表 3-3	研究時間流程表	28
表 3-4	參與研究之專家學者名單	33
表 4-1	102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由 式參賽代表隊與選手人數	37
表 4-2	102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由 式參賽代表隊與選手人數	38
表 4-3	2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項 目男子自由式參賽代表隊與選手人數	39
表 4-4	2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項 目男子自由式參賽代表隊與選手人數	40
表 4-5	2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項 目男子自由式參賽代表隊與選手人數	40
表 4-6	2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項 目男子自由式參賽代表隊與選手人數	41
表 4-7	102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由 式獎牌表	42
表 4-8	2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項 目男子自由式獎牌表	43

表 4-9	台灣選手得分分值原始數據	46
表 4-10	中國選手得分分值原始數據	47
表 4-11	兩賽會優秀組選手得分分值原始數據	48
表 4-12	台灣優秀組與一般組不同分分之差異	49
表 4-13	中國優秀組與一般組不同分分之差異	50
表 4-14	台灣優秀組與中國優秀組選手不同分分之差異	51
表 4-15	台灣優秀組與一般組五分動作原始數據	53
表 4-16	台灣優秀組與一般組三分動作原始數據	54
表 4-17	台灣優秀組與一般組兩分動作原始數據	55
表 4-18	台灣優秀組與一般組一分動作原始數據	56
表 4-19	中國優秀組與一般組五分動作原始數據	57
表 4-20	中國優秀組與一般組三分動作原始數據	57
表 4-21	中國優秀組與一般組兩分動作原始數據	58
表 4-22	中國優秀組與一般組一分動作原始數據	59
表 4-23	台灣優秀組與中國優秀組五分動作原始數據	59
表 4-24	台灣優秀組與中國優秀組三分動作原始數據	60
表 4-25	台灣優秀組與中國優秀組兩分動作原始數據	61
表 4-26	台灣優秀組與中國優秀組一分動作原始數據	62
表 4-27	台灣優秀組與一般組五分動作次數之差異	63
表 4-28	台灣優秀組與一般組三分動作次數之差異	64
表 4-29	台灣優秀組與一般組兩分動作次數之差異	65
表 4-30	台灣優秀組與一般組一分動作次數之差異	66
表 4-31	中國優秀組與一般組五分動作次數之差異	66
表 4-32	中國優秀組與一般組三分動作次數之差異	67
表 4-33	中國優秀組與一般組兩分動作次數之差異	67
表 4-34	中國優與秀組一般組一分動作次數之差異	68

表 4-35	台灣優秀組與中國優秀組五分動作次數之差異	…69
表 4-36	台灣優秀組與中國優秀組三分動作次數之差異	…69
表 4-37	台灣優秀組與中國優秀組兩分動作次數之差異	…70
表 4-38	台灣優秀組與中國優秀組一分動作次數之差異	…71

圖目錄

圖 1-1	一分分值講解動作一	7
圖 1-2	一分分值講解動作二	7
圖 1-3	兩分分值講解動作一	8
圖 1-4	兩分分值講解動作二	8
圖 1-5	兩分分值講解動作三	8
圖 1-6	三分分值講解動作一	9
圖 1-7	三分分值講解動作二	9
圖 1-8	五分分值講解	10
圖 1-9	壓制獲勝講解	10
圖 1-10	單腳擒抱	11
圖 1-11	雙腳擒抱	11
圖 1-12	跪姿反抱	12
圖 1-13	失敗得分	12
圖 1-14	自由式 clinch	12
圖 1-15	滾橋	13
圖 1-16	頭滾橋	13
圖 1-17	腳滾橋	13
圖 1-18	頭手鎖	14
圖 1-19	頭手十字	14
圖 1-20	抱頭摔	14
圖 1-21	單臂摔	15
圖 1-22	肩車摔	15
圖 1-23	單臂外捲	15
圖 1-24	擒抱摔	16
圖 1-25	提抱摔	16

圖 1-26 後胸摔	16
圖 1-27 正胸摔	17
圖 3-1 研究流程圖	30

第壹章 緒論

第一節 研究背景與動機

角力運動被公認為世界上最早的競技運動，早在西元前776年古代奧運會裡就有的競賽項目，將近一千年在古代奧運會裡都是主要比賽項目之一（蘇盈慈，2012）。直到現在奧運會角力始終都是競賽項目之一，角力在奧運會裡佔有相當大的比重，一共有18面金牌數。1896年第一屆奧運會只有希羅式項目，而在1904年美國聖路易士舉辦的第三屆奧運會中加入了自由式角力項目，1912年國際角力總會（FILA）的正式成立後極力在世界各國推動角力運動，使得角力運動得以蓬勃發展，目前國際角力總會統計共有175個會員國，分布為：歐洲47個、非洲45個、亞洲37個、美洲31個、大洋洲15個國家等，還持續增加中；到了1984年開始增設女子組的比賽，女子組只有自由式一項，比賽規則與男子自由式一樣，1987年在瑞士舉辦了第一屆世界女子角力錦標賽；為了擠進奧運會，國際角力總會於1996年將男子自由式及希羅式角力各減兩個量級，女子自由式角力減少三個量級，到了2004年雅典奧運會女子自由式角力項目成為正式比賽項目之一。目前在奧運比賽中男子自由與希羅式各有七個量級，而女子自由式四個量級，合計18個量級（蔡勝良，2007）。

角力運動於比賽過程中是以選手一對一且未穿戴任何輔助用具之情況下進行徒手攻擊的一項對抗性運動（王瑩琪，2011）。每場比賽時間六分鐘，分為兩個回合，回合中間休息

三十秒，雙方分數差距達七分或使對方雙肩著地壓制（Fall）級贏得勝利並提前結束比賽。而裁判在比賽過程中間將選手有效攻擊動作判定為一分、二分、三分、五分或壓制勝（Fall），選手所獲得的分數必須由場中的執行裁判及場外記分裁判與主任裁判三位認可並同意時分數才成立。隨著時代的進步，角力運動也跟著進步，為了觀眾能更清楚瞭解角力比賽的進行，國際角力總會也會不斷的修訂比賽規則，鼓勵多進攻也對於消極的一方進行警告扣分，使得角力比賽呈現快節奏的攻擊型態。角力選手的訓練非常辛苦，除了角力技巧的訓練之外，還包括有氧及無氧方式的訓練，著重於提升心肺耐力以及上下肢各部位肌肉的強度與耐力，得以在6分鐘的比賽中獲得勝利(Horswill,1992)。

角力技術動作變化非常多，根據國際角力總會指出，角力攻擊動作命名的有300多種，而沒有命名的卻不計其數，每種動作都有進攻、防守、反攻的變化(林鼎政、張哲璋，2013)，而哪些動作在現今的角力比賽規則中是最適合最容易得分的，是非常值得探討的問題。

第二節 研究目的

基於前述的研究動機，本研究目的如下：

- 一、觀察兩賽會所有比賽之有效得分分值及有效得分動作統計分析。
- 二、比較兩賽會優秀與一般選手之間得分主要是哪種分值。
- 三、比較兩賽會優秀與一般選手之間得分主要是哪些動作。
- 四、比較兩賽會優秀選手之間得分主要分值與動作。

第三節 研究範圍與限制

一、研究範圍

(一)研究對象

本研究以 102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由式與 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目男子自由式，兩者第一至第七量級所有參賽選手為研究對象。組別分為台灣全運會共計 83 人；中國全運會共計 112 人，總計 195 人。

(二)研究項目

1. 觀察兩賽會所有比賽之有效得分分值及得分動作統計分析。
2. 觀察兩賽會優秀與一般選手得分分值主要是哪種分值。
3. 觀察兩賽會優秀與一般選手得分動作主要是哪些動作。
4. 觀察兩賽會優秀組選手使用得分分值與動作有何不同。

二、研究限制

102 年中華民國全國運動會角力男子比賽及 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力男子比賽影片皆由研究者親自前往拍攝蒐集資料，礙於場地、環境、拍攝位置、角度等限制，在 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力男子自由式因比賽場地過大無法清晰錄製所有賽程，而造成在分析影片資料過程中可能會有些許誤差，而造成分析上的影響。

2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力男子自由式比賽採用國際角力總會於 2012 年國際角力規則實施。最大的不同於 2013 年最新角力規則比賽時間是三分鐘兩回合，而 2012 年規則比賽時間是兩分鐘三回合，因此本研究不分析得分與比賽時間之間的關係。

本研究僅分析比賽選手之技術，無法深入了解選手本身之身、心理狀況與場地氣候因素是否有影響選手之運動表現。

第四節 操作型定義

一、男子量級區分

男子各量級區分，依據國際角力總會於 2013 年最新國際角力規則實施，男子自由式比賽量級共分為七個量級，適用於所有成人之比賽，如表 1-1 所示：

表 1-1、男子自由式各量級區分表

級別	體重區分
第一級	— 55kg (含 55kg)
第二級	— 60kg (55.1kg ~ 60kg)
第三級	— 66kg (60.1kg ~ 66kg)
第四級	— 74kg (66.1kg ~ 74kg)
第五級	— 84kg (74.1kg ~ 84kg)
第六級	— 96kg (84.1kg ~ 96kg)
第七級	— 120kg (96.1kg ~ 120kg)

二、優秀組與一般組區分

國際角力比賽獎勵辦法是各量級前三名(一、二、三、三)頒發金、銀、銅牌，優秀組定義此次兩賽會晉級前四強之選手，一般組就是各量級未晉級到四強之選手，以此方法來區分。

三、角力比賽之得分分值

(一) 一分 (One Points)

1. 選手於立姿或跪撐姿勢使用正確之擒抱動作，但並未將對手置於危險的摔倒狀態時。
 2. 選手在角力墊上由背後控制，並且控制對手於墊上時。
- (如圖 1-1)

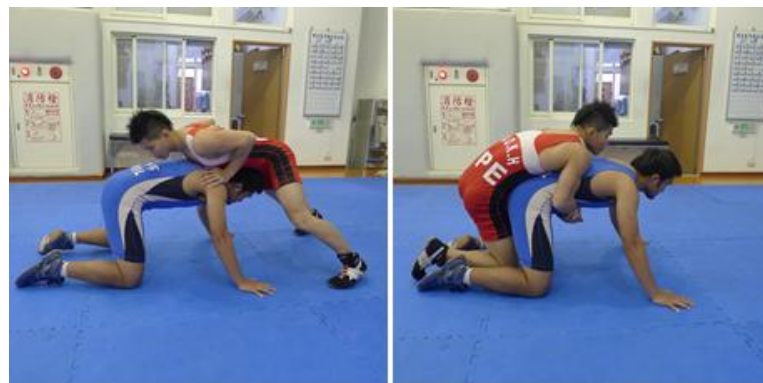


圖 1-1 一分分值講解動作一

3. 選手因對手使用犯規動作，故未能完成擒抱控制動作。
4. 選手進攻時對手故意逃出角力墊外。
5. 選手拒絕開始進行比賽或使用犯規動作及暴力行為。
6. 選手做滾橋攻擊時對手用雙手撐地，而手肘及雙臂未任何一手觸地時。(如圖 1-2)

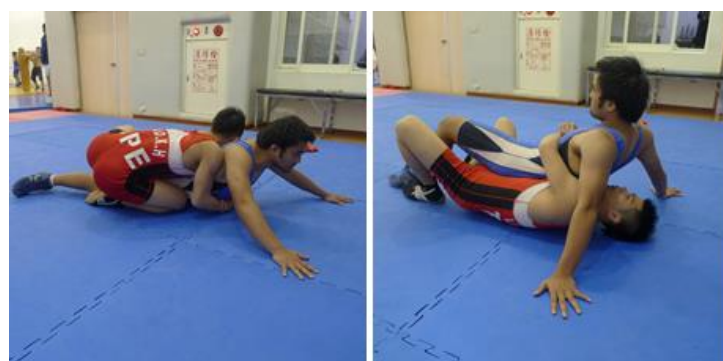


圖 1-2 一分分值講解動作二

(二)兩分(Two Points)

- 1.選手由後方將對手摔倒，並於其背後取得完全控制的狀態時三點觸地，兩手一膝或兩膝一手。(如圖 1-3)



圖 1-3 兩分分值講解動作一

- 2.在跪姿狀態時，將對手造成危險狀態或瞬間 Fall。(如圖 1-4)



圖 1-4 兩分分值講解動作二

- 3.攻擊選手使其對手滾動其肩膀。(如圖 1-5)

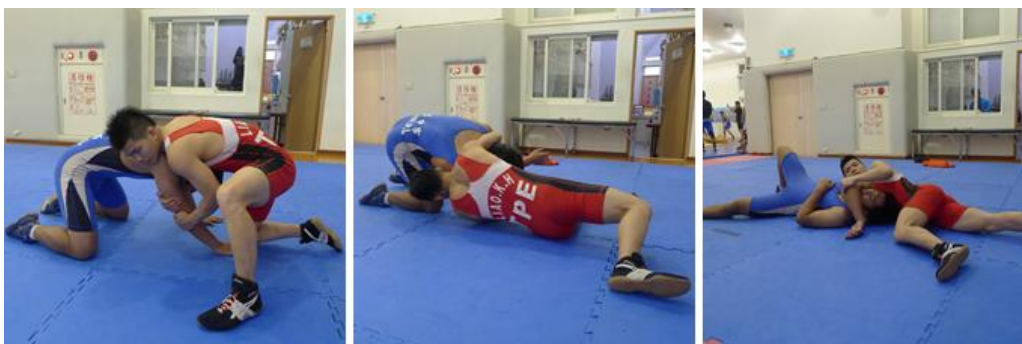


圖 1-5 兩分分值講解動作三

4. 攻擊選手其對手在危險狀態下逃離控制，並跳離場地。
5. 防禦選手當其對手為完成動作自己造成瞬間 Fall 或雙肩著地時。
6. 立姿時，當其被對手摔倒後瞬間阻止對手完成控制而造成的危險狀態。

(三) 三分 (Three Points)

1. 立姿時以小幅度將對手置於危險狀態。
2. 任何將對手由地面舉起，縱使其一個或二個膝蓋跪下，但將對手直接置於危險狀態。(如圖 1-6)



圖 1-6 三分分值講解動作一

3. 大動作摔倒，但未直接將對手置於危險狀態。(如圖 1-7)



圖 1-7 三分分值講解動作二

(四)五分(Five Points)

所有大幅度(高度)立姿動作,將對手高舉過肩膀摔下,直接將對手帶入危險動作。(如圖1-8)



圖1-8 五分分值講解

(五)壓制獲勝(Fall)

當防禦選手被其對手控制,背部雙肩著地有足夠時間讓執行裁判觀察到整個控制過程則可視為Fall壓制勝。(如圖1-9)



圖1-9 壓制獲勝講解

(六)警告得分(Legal Point)

裁判判定犯規之動作後,視犯規情況由對方獲得一分或兩分。
資料來源參考自-新、舊國際角力裁判規則之研究與探討
(張聰榮,2004)。

四、角力比賽之得分動作

根據國際角力總會所認定命名的角力動作有三百多種，而沒有命名的更是不計其數，為了方便統計比賽的得分動作，我們列出下列幾種動作，在依不同得分分值依序用圖片來介紹。

(一)一分動作(如圖 1-10~1-14)



圖 1-10 單腳擒抱



圖 1-11 雙腳擒抱



圖 1-12 跪姿反抱

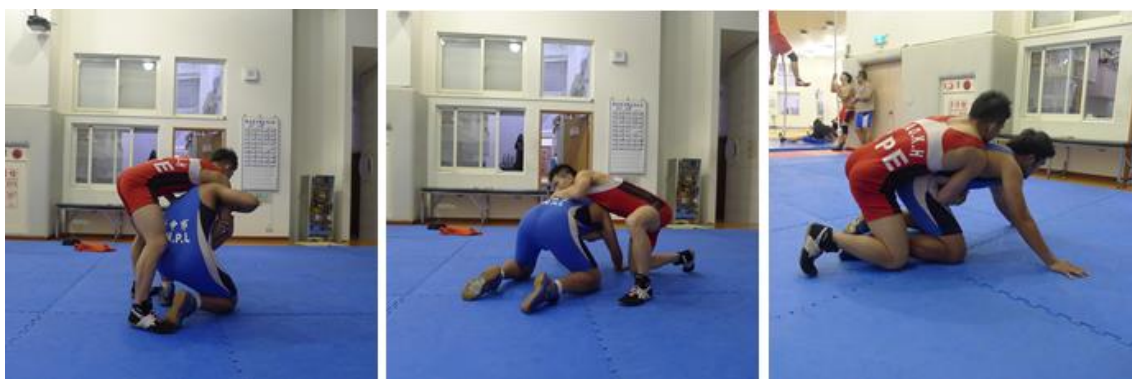


圖 1-13 失敗得分



圖 1-14 自由式 clinch

(二)兩分動作(如圖 1-15~1-19)



圖 1-15 滾橋

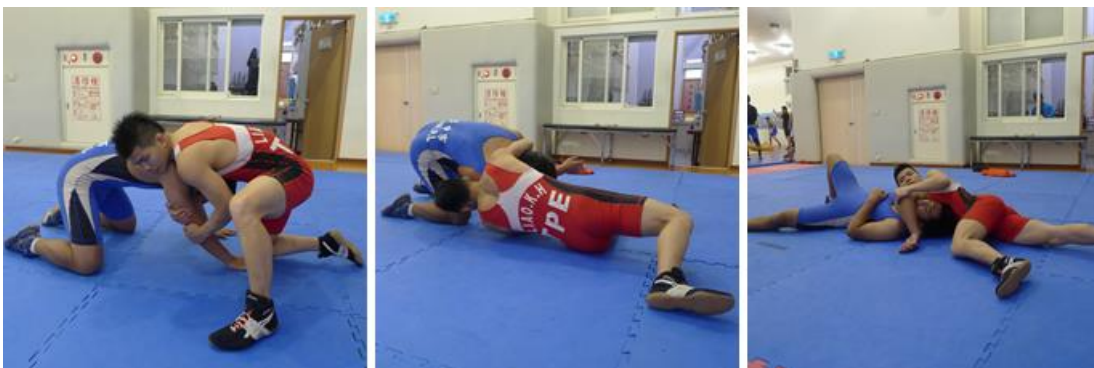


圖 1-16 頭滾橋



圖 1-17 腳滾橋



圖 1-18 頭手鎖



圖 1-19 頭手十字

(三) 三分動作 (如圖 1-20~1-27)



圖 1-20 抱頭摔



圖 1-21 單臂摔



圖 1-22 肩車摔



圖 1-23 單臂外捲



圖 1-24 掬抱摔



圖 1-25 提抱摔



圖 1-26 後胸摔



圖 1-27 正胸摔

資料來源：研究者自行整理

第貳章 文獻探討

本章共分為四節，包含角力運動、角力比賽規則、角力比賽得分與動作相關及小結，茲分述如下：

第一節 角力運動相關文獻

角力運動為一項分量級、體重之運動，屬於近身搏鬥且極具複雜與高度應變對抗的全面攻擊之技擊性運動（王瑩琪，2011），在對手雙方互相抗衡下沒有一定的比賽程序，以動作技術變化力量和速度來控制對方，在比賽過程當中由多個不同軸向之轉軸動力來完成攻擊或防禦動作（宋一夫，1997）。角力比賽中分別有希臘羅馬式（Greco-Roman）和自由式（Freestyle），希羅式角力又稱古典式角力，是由希臘、羅馬延伸出來所以稱希羅式，按體重分級進行比賽，規則不准用手和腿攻擊對手的下半身，只准用手抱對方腰以上部位作攻擊。而自由式角力是由英國人所創，由希羅式延伸而出，因攻擊部位為全身，所以稱為自由式比賽。與希羅式最大的不同在於准許手腳並用，也可以作出抱腿、勾腳的動作，而擒抱摔、腳滾橋等動作都是自由式常出現的技術（吳慧莉，1999）。古代人類日常生活中往往為了生活與自衛必須與野獸或敵人搏鬥，故常練習搏鬥的有效技巧。然而在世界各國民族傳統活動當中都有類似角力技術活動如中國的摔角、日本的柔道與相撲、伊朗的鼓斯帝、土耳其的維意那、蒙古的相撲、印度的邊丘斯、羅馬的角力（名叫托倫達）、瑞士的理貝爾等等，這些國家的傳統運動都和角力有著相關性的技術。中國摔跤的起源，在中國歷史上的記載，相傳是始於

黃帝時代。據龍于河突擊軒轅黃帝傳記載：蚩尤銅頭鐵額，則角觥之法始於蚩尤，角觥之法即為摔跤之濫觴。或許是因為這項運動為人類，為了爭取生存。摔跤是一項非常古老的體育運動項目，在中國數千年的歷史，經歷了許多變化。中國古代沒有【摔跤】一詞，最早用【角觥】【角力】，之後又有【手搏】、【摔胡】、【相撲】、【拍張】等詞。它的起源可以追溯到還沒有文字紀錄的遠古，大約距今四千六百多年前（任海，1994）。

角力運動雖然擁有悠久的歷史，但在台灣算是個新興運動。第一次參與國際賽事是1954年在菲律賓所舉行的第二屆亞洲運動會，中華民國角力協會成立於1973年，是為我國與國際角力總會之接觸連絡唯一窗口。而最初我國參與角力運動的人口都是由柔道選手兼任，因為柔道與角力有許多相同的摔倒動作，所以非常適合柔道選手參與。不過起初只參加自由式角力項目，直到1989年角力協會聘任韓籍教練徐薰教先生擔任1990年亞洲運動會國家隊教練，也引進了希羅式角力技術，讓台灣角力的實力有著明顯的進步，也帶入不一樣的風貌。而當初受韓籍教練訓練的選手現在大部分都轉任教練進行訓練選手的工作，讓台灣的角力運動繼續蓬勃發展。而近年來我國選手在國際賽上偶有佳作，但是在亞奧運會上至今還沒有人奪牌，相信只要在教練及選手認真訓練下總有一天會達成此目標的。

第二節 角力規則相關文獻

國際角力總會(FILA)近年來不斷更新規則，使比賽更加激烈，節奏更加快速，吸引更多觀眾，目的就是為了促使角力運動不斷發展，賦予角力運動更具有生命力（張瑞興、沙玲莉，2002）。一場比賽的勝負，與規則有著密不可分的關係。換言之，誰能了解最新的比賽趨勢，將是比賽的常勝軍。所以教練、選手必須了解最新比賽趨勢及最新的角力比賽規則（林鼎政、阮昇浩，2009）。

在角力競賽史中，有一場比賽竟連續角逐9個小時之久仍分不出勝負最後經裁判商議宣佈平手，為何會有時間如此久的角力比賽，原因在於當時角力比賽規定必須將對手摔倒在地且雙肩著地壓制才能定勝負，沒有其他得分計算方式。二人並列第二名，這也是奧運史上比賽沒有第一名的項目（湯銘新，1996）。1912年第五屆奧運會開始規定，如果比賽時間內任何一方沒有獲得雙肩著地壓制，按得分的多少來判定勝負，一開始只有1個技術分，不管使用甚麼技術都只有1分，後來根據使用動作的質量和倒地情況有1分2分3分4分5分之別，後來因為給分方式太多不易認定分數又取消4分的記分方式，只有四個得分的標準即1分2分3分5分。直到1920年第七屆奧運會時，才規定希羅式比賽時間為15分鐘，自由式比賽時間為10分鐘，時間到還是沒有取得雙肩著地壓制勝（Fall），則在延長20分鐘來決定勝負。但這樣的比賽時間還是過於冗長而喪失了競賽的激烈性，之後比賽時間又逐步縮短。分數差距優勢勝利的分數也由15分、12分、10分（張連強，1998）。現今的國際角力比賽規則沿於1981年，由於世界各國的角力比賽規則有些微的差異處，國際角力總會

(FILA) 在 1983 年成立了規則審查小組，邀請各洲角力裁判長及國際角力裁判委員會所屬之技術委員，針對現行角力比賽規則重新審查、研討、制訂，國際角力總會 (FILA) 於 1987 年 1 月 1 日正式修訂頒佈國際角力比賽規則並實行至今 (張聰榮, 2004)。國際角力總會於 2013 年五月更改了比賽時間，而最新的比賽時間為兩回合各 3 分鐘，中間休息 30 秒，國際角力比賽得分分值與時間變化如下表 2-1。

表 2-1、1985 年 -2006 年國際角力比賽得分分值變化

年份	1分	2分	3分	3+1分	4分	5分	5+1分	Fall
1985	有	有	有	有	有	無	無	有
1990	有	有	有	有	有	無	無	有
1995	有	有	有	有	無	有	有	有
2000	有	有	有	無	無	有	有	有
2004	有	有	有	無	無	有	有	有
2006	有	有	有	無	無	有	有	有

資料來源：蔡勝良、張聰榮 (2006)。

在1896年第1屆現代奧運會的角力比賽，是不分體重量級進行比賽，這種不分體重量級的比賽是非常不公平的競賽。而現代角力比賽是以體重來劃分量級，從1896年至今，角力比賽體重量級變化如下表：

表 2-2、奧運會角力體重量級的變化

年份	變更內容
1896-1903	希羅式不分量級
1904-1905	希羅式、自由式分7個量級
1906-1907	希羅式分輕中重3個量級
1908-1911	希羅式分4個量級自由式分5個量級
1912-1919	希羅式分5個量級
1920-1923	希羅式分5個量級自由式分5個量級
1924-1931	希羅式分6個量級自由式分7個量級
1932-1947	希羅式分7個量級自由式分7個量級
1948-1971	希羅式分8個量級自由式分8個量級
1972-1995	希羅式分10個量級自由式分10個量級，第10級為100kg以上
1996-1999	希羅式分10個量級自由式分10個量級，第10級限制為100-130kg以下
2000-2003	希羅式分8個量級自由式分8個量級
2004-至今	希羅式分7個量級自由式分7個量級，女子自由式分4個量級

資料來源：張聰榮（2004）。

想要了解一個運動最基本的就是要了解它的規則。該如何去熟習因應所修改的新規則，就是要熟讀它，進而去改變平時的訓練方式去適應，如果熟悉了比賽規則，等於是贏得了一半的勝利，所以如何了解修訂後新規則真正意涵，來因應比賽上的需求去奪取在場上的優勢是個值得深入探討的議題。

第三節 角力得分動作相關文獻

角力是以徒手方式來實施各種技術動作進行比賽，例如：擒抱、絆倒、擠壓、滾翻、肢體扭轉、捨身摔倒、後拋等(童國勝，1999)。目前角力比賽的得分分值分別有一分、二分、三分及五分，而不同的分值是以動作的完整度、流暢度以及選手被摔倒後身體接觸角力墊之情形來判別，再由場中的執行裁判及場外記分裁判與主任裁判三位認可並同意時分數才成立。蔡勝良、林德榮及張聰榮曾於2006年做過相關研究，結果指出，2006年全國精英角力賽女子選手得分情形總計，獲得一分次數共計144次，獲得兩分次數共計92次，獲得三分次數共計23次，獲得五分則為0次，而壓制獲勝共計出現20次，結果顯示得分次數出現最多為一分，而最少為五分0次。另外在100年全國角力錦標賽大專及社會男子自由式比賽中，總共進行了95場次的比賽(不包含選手棄權)，其中Fall壓制勝利有佔10.44%，五分動作0%，三分動作佔15.57%，兩分動作佔33.15%，而一分動作佔了最大部份的39.74%，也是一分分值得犯規也佔了1.1%(林鼎政、張哲瑋，2013)，結果顯示與上述研究結果相同。

由以上結果可以得知，角力比賽中最容易出現一分及二分的動作，王慶(2000)曾研究1996年奧運角力比賽與1997年世界角力錦標賽結果顯示，背後控制技術(為一分技術)與滾橋技術(為二分技術)於比賽過程中對於勝負確實佔有非常重要之比例。國際角力總會(FILA)於2005年將規則修改後，原本只能使用一次的滾橋技術改成可連續使用(林鼎政、阮昇浩，2009)。導致一分與兩分的動作比三分與五分動作多出許多，由此可得知有效攻擊次數得分多寡也是影響比賽

結果的一個重要因素這可能是原因之一。張聰榮（2004）曾指出角力為積分制，其比賽最大勝負為壓制勝，近年來因規則改變因此於比賽當中若先取得分數領先，就代表已先贏得一半的比賽，所以選手在比賽當中若有機會得分盡量採取積極攻擊之策略以增加獲勝機會。

蔡勝良於2007年研究亞洲成人女子角力錦標賽得分內容之分析結果顯示，在7個量級的比賽中整體結果為：一分總計183次，兩分總計90次，三分總計45次，五分總計0次，壓制獲勝18次，犯規得分21次，總和次數計357次。在這七個量級中平均以獲得一分為最多次，當中以第一級獲得一分次數最多36次占19.67%，而五分則為0次（蔡勝良，2007）。而蘇盈慈研究2009年亞洲角力錦標賽女子自由式決賽中發現，各級冠亞軍賽總攻擊次數分別是第一級30次，第二級31次，第三級19次，第四級14次（蘇盈慈，2012），顯示與上述研究結果相同。

從上述的研究中發現，體重越輕的選手因為體型較輕盈及身體靈活度有著較大的優勢，所以攻擊的次數越多，且在比賽中盡量已較容易獲得的一分動作為主進行積極攻擊已拉開比數。而重量級選手是以力量來補足速度與靈活上的不足如果，大部分以兩分動作為主，如過能把握這些觀念訊息，在訓練中加以整合，應該對於成績有著明顯的提升。

第參章 研究方法

本章根據研究動機及目的，以相關文獻探討的結果，作為研究的架構依據。本研究以影片分析為主要之研究方法，本研究方法分為研究對象、研究流程、研究器材、研究步驟、及資料處理等，依序分節敘述。

第一節 研究對象

一、研究對象

本研究以 102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由式選手，第一至第七量級共計 83 人；中華人民共和國第十二屆運動會角力項目男子自由式選手，第一至第七量級共計 112 人，總計 195 人(如表 3-1、3-2)。

表 3-1、102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由式
參賽人數表

級別	參賽人數
第一級	11
第二級	14
第三級	10
第四級	14
第五級	14
第六級	9
第七級	11
總計	83

表 3-2、2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式參賽人數表

級別	參賽人數
第一級	16
第二級	16
第三級	16
第四級	16
第五級	16
第六級	16
第七級	16
總計	112

二、表 3-3 研究時間流程表

項目	地點	時間
拍攝影像	遼寧省體育局渾南訓練基地多功能館	2013.9.6~9
	台北市立松山高中綜合活動中心 3 樓	
文獻蒐集與編制比賽紀錄表	國立臺灣體育運動大學	2013.11.1~12.1
觀察比賽與紀錄比賽過程	國立臺灣體育運動大學	2013.12.1~12.31
資料整理與統計分析	國立臺灣體育運動大學	2014.1.1~2014.4.30
完成研究報告	國立臺灣體育運動大學	2014.4.30~2014.6.1

第二節 研究方法

本研究以 102 年中華民國運動會角力項目男子自由式與 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目男子自由式第一至第七量級所有選手為研究對象，將兩者比賽過程得分之內容進行研究與探討。

研究資料蒐集，兩賽會比賽過程研究者皆全程參與觀賞，並以攝影機將比賽過程錄下以及現場觀察記錄。將兩組以影片觀察分析法記錄選手於比賽中之得分分值、得分動作等相關資料，再以統計資料處理分析兩者之間差異處。

第三節 研究流程

本研究流程如圖 3-1 所示，在依照流程逐漸完成相關資料蒐集、文獻探討、觀察統計、統計分析結果，最後再進行各項相關結果的探討。

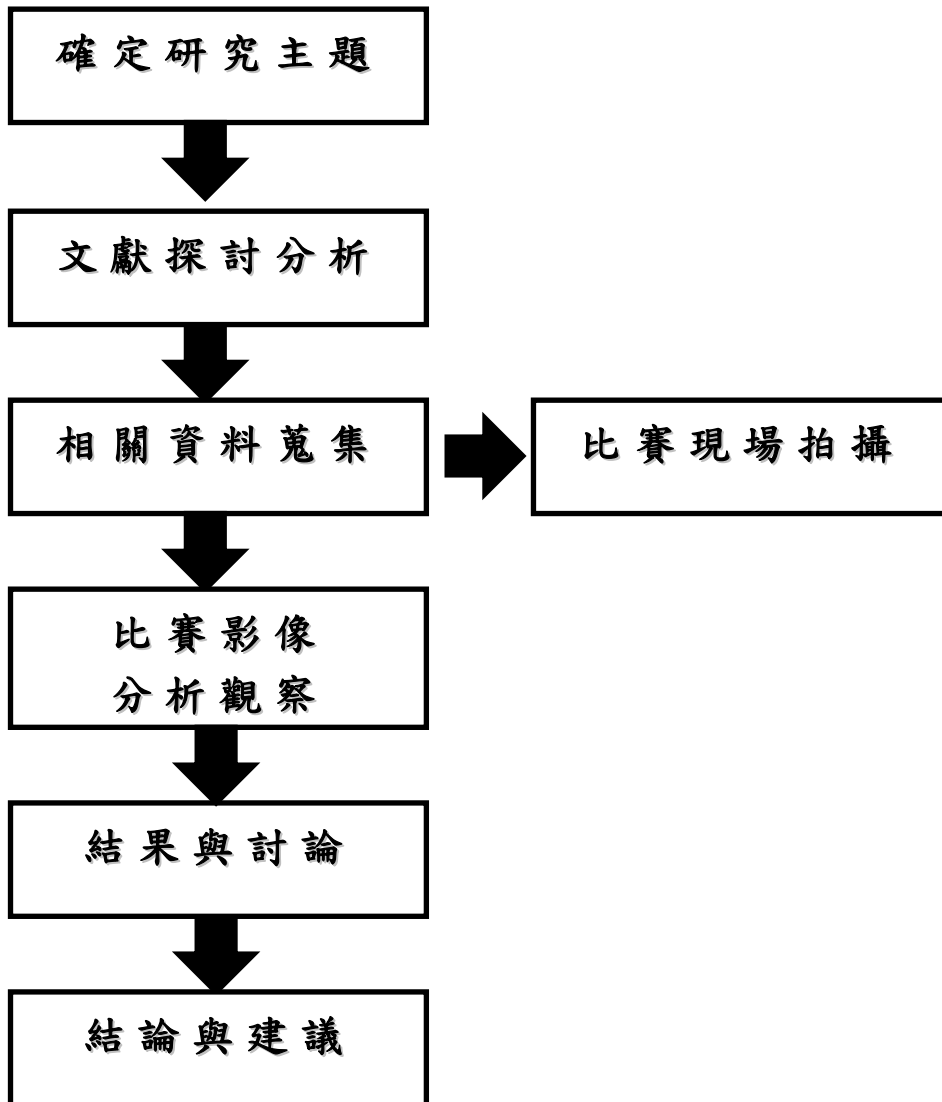


圖 3-1

第四節 研究器材

一、攝影器材

(一)日本製 SONY HDR-XR260V 攝影機兩部

規格:感光元件總畫數 543 萬，29 個框架/秒

二、影像撥放器

(一)ASUS 筆記型電腦三部

三、成績分析工具

(一)列表機一部

(二)動作技術分析統計表

四、統計軟體

(一)Microsoft Excel 2010 版資料處理系統

(二)SPSS 18.0 for Windows 電腦統計軟體系統

第五節 研究步驟

一、選手基本資料蒐集

所有選手資料皆由研究者親自至比賽會場蒐集紀錄，並至 102 年全國運動會官方網站及 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會官方網站再加以核對；資料包括：代表單位、姓名、參賽量級與每場比賽過程與結果。

二、比賽現場實況錄影

(一) 儀器設備

本研究主要攝取之資料透過 2 台日本製 SONY HDR-XR260V 攝影機全程錄影比賽過程，DVD 光碟輸出，並以 ASUS A45V 電腦紀錄統計。

(二) 實施過程

表格之製作：賽後場錄影紀錄表、比賽攻擊型態紀錄總表。

資料蒐集時間與地點：為 2013 年 9 月 6~9 日於中國遼寧省體育局渾南訓練基地多功能館，與 2013 年 10 月 21~23 日於台北市立松山高中綜合活動中心現場錄影資料。

(三) 研究分析步驟

所有比賽過程皆由研究者於當天比賽於比賽場地二樓看台全程錄影與紀錄。資料的收集由本人及專家學者分別實施攻擊得分畫記，紀錄角力比賽。

三、影像分析

將兩組選手比賽影像以影片觀察法進行分析，並於觀察過程中詳細記錄研究對象於比賽過程中得分分值與得分動作等資料，為了要求資料正確每場比賽於反覆確認該場比賽資料無誤後在進行下一場次比賽觀察與紀錄，如有疲勞反應出現，即刻休息。

四、信效度之考驗

為確保本研究觀察值的正確性，在影片分析過程當中，三位觀察者針對同一影片進行同步分析，並同時觀察102年中華民國全國運動會角力男子自由式及2013年中華人民共和國第十二屆運動會角力男子自由式大會競賽記錄表來做為有效判斷之依據，比賽中的裁判都具備國家A級裁判資格，而這份記分表有一定的信效度。所有得分必須達到觀察者看法一致確定有效，如有相異時，三位專家共同討論出一致的結果以確保資料收集和統計之信度(如表3-4)。

表 3-4、參與研究之專家學者名單

姓名	現任職務	專業經歷
張哲璋	國立臺灣體育運動大學 競技運動系研究班	中華民國角力國家級教練 中華民國角力國家級裁判
林鼎政	景文科技大學	中華民國角力國家級裁判 中華民國角力國家級教練
劉文等	國立臺灣體育運動大學	國際角力總會第二級裁判 中華民國角力國家級教練

資料來源：研究者自行整理

五、資料處理

影片資料蒐集完成後進行資料處理與分析，以描述統計與次數分配百分比，所有資料用 Microsoft Excel 2010 版進行統整，再將資料以 SPSS 18.0 for Windows 電腦統計軟體系統進行分析與比較。

第六節 資料處理

研究所得資料利用 SPSS 18.0 for Windows 電腦統計套裝軟體系統分別進行下列統計分析：

一、描述性統計

兩賽會選手有效得分及得分動作次數來計算所得資料變化與分佈之情形。

二、獨立樣本 T 檢定

所得資料以獨立樣本 T 檢定來進行兩組優秀組與一般組選手之間有效得分次數及得分動作有何差異。

三、本研究顯著水準為 $P < .05$ 。

第肆章 結果與討論

本研究以影片觀察分析法，分析 102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由式與 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目男子自由式兩者之第一級至第七級所有選手分為優秀組及一般組來討論有效得分分值及有效得分動作之差異。

全章共有三節，第一節比賽各項資料與成績分析；第二節不同組別不同得分分值之差異；第三節不同組別不同得分動作之差異。

第一節 比賽各項資料與成績分析

本次研究對象共有 195 位選手，台灣全運會共有 83 位選手；分別為中國全運會共 112 位選手，而比賽各項資料與成績如下：

一、參賽代表隊及選手名單

而從表 4-1 與 4-2 可以得知，參與 102 年中華民國全國運動會的 17 個代表隊共 83 位選手，參加中華民國全國運動會角力比賽資格在競賽規程中有寫到，每單位每量級可註冊 1 名選手，每 1 選手以參加 1 式 1 個量級為限，參加選手須經各縣市公開選拔出第一名才能代表參賽。其中以地主台北市、新北市、台中市、嘉義縣及桃園縣均派出 7 位選手；嘉義市派出 6 位，而連江縣、南投縣、高雄市及屏東縣派出 5 位；雲林縣、台東縣及苗栗縣派出 4 位選手；彰化縣 3 位，宜蘭縣及新竹縣派出 2 位，而台南市只派 1 位選手參賽。

表 4-1、102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由式
參賽代表隊與選手人數

	台北市	新北市	台中市	桃園縣	嘉義縣	嘉義市	屏東縣	連江縣	高雄市
第一級	1	1	1	1	1	1	1	1	無
第二級	1	1	1	1	1	1	1	1	1
第三級	1	1	1	1	1	無	無	1	無
第四級	1	1	1	1	1	1	1	1	1
第五級	1	1	1	1	1	1	1	1	1
第六級	1	1	1	1	1	1	無	無	1
第七級	1	1	1	1	1	1	1	無	1
總計	7	7	7	7	7	6	5	5	5

表 4-2、102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由式
參賽代表隊與人數

	雲林縣	台東縣	苗栗縣	彰化縣	宜蘭縣	新竹縣	台南市	總計
第一級	1	無	1	無	無	無	無	11
第二級	1	無	1	1	無	1	1	14
第三級	無	1	1	無	無	無	無	10
第四級	無	1	無	1	無	1	無	14
第五級	1	1	無	1	1	無	無	14
第六級	1	1	無	無	無	無	無	9
第七級	1	無	無	無	1	無	無	11
總計	5	4	4	3	2	2	1	83

註：無＝沒有選手參加比賽

資料來源：102 年中華民國全國運動會角力項目秩序冊

由表 4-3、4-4、4-5、4-6 得知，此次參與的 32 個代表隊總共 112 位選手，中華人民共和國第十二屆運動會有參賽門檻，在比賽六個月前會有個資格賽，由各代表隊派出選手參賽，每個量級打入前十六強為參賽門檻，而同代表隊同量級最多 3 位選手，這點與中華民國全國運動會規則中，各代表隊在每個量級只能推派一名選手有所差別。而各代表隊拿到資格人數分別是北京 11 人，地主遼寧、內蒙古及解放軍 8 人；山東 7 人，雲南、河南、甘肅 6 人；廣東、四川、火車頭體協 4 人；新疆、河北、陝西、安徽、黑龍江、福建及山西 3 人；廣西、湖南、青海、江蘇及重慶 2 人；寧夏、湖北、西藏、浙江、吉林、新疆生產建設兵團與煤礦體協各只選上 1 人。

表 4-3、2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式參賽代表隊與人數

	北京	遼寧	解放軍	內蒙古	山東	雲南	河南	甘肅
第一級	1	1	無	無	1	1	無	1
第二級	2	1	2	2	無	2	1	無
第三級	1	2	1	無	無	2	3	3
第四級	2	1	無	無	3	1	1	無
第五級	2	1	3	3	無	無	1	2
第六級	2	2	無	1	2	無	無	無
第七級	1	無	2	2	1	無	無	無
總計	11	8	8	8	7	6	6	6

註：無 = 沒有選手參加比賽

表 4-4、2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式參賽代表隊與人數

	火車頭 體協	廣東	四川	新疆	河北	陝西	安徽	黑龍江
第一級	1	2	1	1	1	1	無	無
第二級	1	無	無	1	無	無	1	無
第三級	1	無	無	1	無	無	無	無
第四級	1	無	無	無	無	1	無	1
第五級	無	無	2	無	無	無	1	無
第六級	無	1	1	無	1	1	1	1
第七級	無	1	無	無	1	無	無	1
總計	4	4	4	3	3	3	3	3

註：無＝沒有選手參加比賽

表 4-5、2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式參賽代表隊與人數

	福建	山西	廣西	湖南	青海	江蘇	重慶	寧夏
第一級	無	無	1	1	無	無	無	1
第二級	1	無	無	無	1	無	無	無
第三級	1	無	無	1	無	無	無	無
第四級	1	1	1	無	無	1	無	無
第五級	無	無	無	無	無	無	無	無
第六級	無	無	無	無	無	無	1	無
第七級	無	2	無	無	1	1	1	無
總計	3	3	2	2	2	2	2	1

註：無＝沒有選手參加比賽

表 4-6、2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式參賽代表隊與人數

	湖北	浙江	西藏	新疆生 產建設 兵團	天津	吉林	煤礦體 協	總計
第一級	1	無	無	無	無	無	無	16
第二級	無	1	無	無	無	無	無	16
第三級	無	無	無	無	無	無	無	16
第四級	無	無	無	無	無	無	無	16
第五級	無	無	1	無	無	無	無	16
第六級	無	無	無	1	1	無	無	16
第七級	無	無	無	無	無	1	1	16
總計	1	1	1	1	1	1	1	112

註：無＝沒有選手參加比賽

資料來源：2013 年中華人民共和國第十二屆運動會秩序冊

二、比賽各量級成績

從表 4-7 中得知，102 年中華民國全國運動會角力男子自由式獎牌數的第一位是台中市的 2 金 1 銅；新北市以 1 金 4 銀 1 銅奪下第二位；嘉義市一金一銀第三位；南投縣拿到 1 金 2 銅居總獎牌數第四位；而台北市及雲林縣各拿下 1 金 1 銅，為獎牌數第五位，排名後面依序還有嘉義縣 2 銀及台東縣 1 銅。

表 4-7、102 年中華民國全國運動會角力項目男子自由式
獎牌表

排名	代表隊	金	銀	銅
1	台中市	2	0	1
2	新北市	1	4	1
3	嘉義市	1	1	0
4	南投縣	1	0	2
5	台北市	1	0	1
5	雲林縣	1	0	1
7	嘉義縣	0	2	0
8	台東縣	0	0	1

資料來源：102 年中華民國全國運動會官方網站

<http://www.sport102.taipei.gov.tw/>

從表 4-8 得知，此次 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力男子自由式以北京代表隊的 2 金 1 銀最為優異。之後的廣東、甘肅、安徽、重慶及山西各拿 1 面金牌並列第二；而內蒙古以 2 銀 2 銅排名第三位；解放軍拿到了 2 銀 1 銅的成績為總獎牌數的第四位。而後面排名依序是遼寧、陝西各 1 銀，山東 1 銅，火車頭體協及廣西各 1 面銅牌。

表 4-8、2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式獎牌表

排名	代表隊	金	銀	銅
1	北京	2	1	0
2	廣東	1	0	0
2	甘肅	1	0	0
2	安徽	1	0	0
2	重慶	1	0	0
2	山西	1	0	0
7	內蒙古	0	2	2
8	解放軍	0	2	1
9	遼寧	0	1	0
9	陝西	0	1	0
11	山東	0	0	2
12	火車頭體協	0	0	1
13	廣西	0	0	1

資料來源：2013 年中華人民共和國第十二屆運動會官方網站

<http://www.liaoning2013.com.cn/>

三、討論

參與中國全運會的代表隊一共有 37 個，而各單位參賽情況因為要事先參與資格賽的選拔才能參賽，在經過激烈選拔後還有高達 31 個代表隊選手能參賽，可以看出中國的角力發展比台灣還來得全面，而台灣運動會代表隊共有 22 個，有參加角力項目的共有 17 個。再以比賽成績來看，中國全運會與台灣全運會的七個量級金牌分散在六個不同的代表隊中，雖然參賽代表隊比例與金牌數的分布相差不大，但如果以前三名成績來看，中國全運會的 21 面獎牌分散在 13 個代表隊，而台灣全運會只有 8 個代表隊有奪牌，如果把成績往前推至前兩屆全運會，有奪牌的代表隊與本屆全運會幾乎完全一樣，從此現象可以看出台灣的角力發展都集中在幾個縣市，例如：新北市、台中市、台北市等，而這些縣市角力發展的共同點就是有聘任角力專任教練，在文獻探討中有提到台灣角力發展較晚，又因角力與柔道有許多動作類似，許多縣市都是以柔道出身的教練在教導角力隊，但其他縣市有了專業角力教練的教學，可以學習到更精細的角力技巧，立刻就提升了整體的水準。而中國角力水準雖然在世界不是頂尖的，但在亞洲也算名列前茅，根據研究者本身帶領過國家隊到中國移地訓練的經驗，台灣的選手來源從少年到成年選手大多是來自學校，每天訓練時數大約 3~5 小時。而中國少年選手有體育專業學校訓練，優秀的少年選手年紀約 12 歲時會進入各省的體育工作隊集體訓練，由各省體育局發放薪水，每天訓練時間至少 5 小時以上，再依每位選手的比賽成績發放營養金，而各省體育工作隊最優秀的選手在集合到國家訓練中心集訓形成一條鞭訓練模式，而把所有優秀選手做長期的集

合訓練自然而然就會提升所有選手的水準，此種訓練方法值得台灣角力運動學習。

第二節 不同組別不同得分分値之差異

本節為探討不同組別選手有效攻擊得分分値之差異，以台灣優秀組與一般組、中國優秀組與一般組、台灣優秀組與中國優秀組來相互比較，依據比賽規則進行分類陳述，分為獲得五分動作、三分動作、兩分動作、一分動作共四種得分分値項目，以影片觀察分析後統計結果如下：

一、不同組別不同得分分値次數統計

(一) 台灣優秀組與一般組不同得分分値次數

台灣全運會選手有效攻擊次數最多的是兩分動作共353次，之後依序是一分動作93次、三分動作69次和五分動作37次(如表4-9)。如果分成優秀組與一般組來比較，五分動作台灣優秀組有27次、一般組10次，三分動作優秀組41次、一般組28次，兩分動作優秀組247次、一般組106次，一分動作優秀組有50次、一般組有43次，優秀組在各種分値都明顯高於一般組。

表4-9、台灣選手得分分値原始數據

	台灣優秀組	台灣一般組	總計
五分動作	27	10	37
三分動作	41	28	69
兩分動作	247	106	353
一分動作	50	43	93

(二)中國優秀組與一般組不同得分分值次數

中國全運會選手有效攻擊次數最多的是一分動作共333次，之後依序是兩分動作105次、三分動作45次和五分動作18次(如表4-10)。而把所有資料分成優秀組與一般組來比較，五分動作中國優秀組有14次、一般組有4次，三分動作優秀組27次、一般組18次，兩分動作優秀組63次、一般組42次，一分動作優秀組有177次、一般組則有156次。

表4-10、中國選手得分分值原始數據

	中國優秀組	中國一般組	總計
五分動作	14	4	18
三分動作	27	18	45
兩分動作	63	42	105
一分動作	177	156	333

(三) 台灣優秀組與中國優秀組不同得分分值次數

如果以兩賽會的優秀組選手來比較不同分值動作的話，台灣優秀組共出現365次的得分動作，而中國優秀組共出現了281次得分等動作(如表4-11)。五分動作台灣優秀組有27次、中國優秀組有14次，三分動作台灣優秀組有41次、中國優秀組有27次，兩分動作台灣優秀組有247次、中國優秀組有63次，一分動作台灣優秀組有50次、而中國優秀組有177次。台灣優秀組在五分、三分、兩分動作次數高於中國優秀組，而中國優秀組的一分動作次數高於台灣優秀組。

表 4-11、兩賽會優秀組選手攻擊得分分值原始數據

	台灣優秀組	中國優秀組
五分動作	27	14
三分動作	41	27
兩分動作	247	63
一分動作	50	177
總計	365	281

二、不同組別不同得分分分之差異

此小節探討不同組別選手不同得分分分之差異，以台灣優秀組與一般組、中國優秀組與一般組、台灣優秀組與中國優秀組來相互比較，分為五分動作、三分動作、兩分動作、一分動作四種項目，以獨立樣本T檢定進行差異考驗後統計結果如下：

(一)台灣優秀組與一般組不同得分分分之差異

台灣優秀組的五分動作($M=1.69\pm0.602$)顯著高於台灣一般組($M=1.11\pm0.333$)， $T=2.638$ ， $P<.01$ (如表4-12)。而三分、兩分及一分動作皆未達顯著的差異。

表4-12、台灣優秀組與一般組不同分分之差異

	台灣優秀組	台灣一般組	顯著性	T值
五分動作	1.69±0.602	1.11±0.333	.01*	2.638
三分動作	1.78±0.998	1.65±0.862	.718	0.449
兩分動作	8.82±4.555	3.66±2.979	.051	5.085
一分動作	2.17±1.669	2.15±1.663	.813	0.047

註：* $p<.05$

(二) 中國優秀組與一般組不同得分分數之差異

優秀組的五分動作 ($M=1.56\pm1.014$) 顯著高於一般組 ($M=1$)， $T=1.069$ ， $P<.045$ 。優秀組的三分動作 ($M=1.8\pm1.014$) 顯著高於一般組 ($M=1.2\pm0.414$)， $T=2.121$ ， $P<.001$ 。優秀組的兩分動作 ($M=3\pm2.074$) 顯著高於一般組 ($M=1.83\pm1.267$)， $T=2.289$ ， $P<.011$ 。優秀組的一分動作 ($M=6.81\pm3.112$) 顯著高於一般組 ($M=2.94\pm2.421$)， $T=6.056$ ， $P<.019$ (如表 4-13)。

表 4-13、中國優秀組與一般組不同分數之差異

	中國優秀組	中國一般組	顯著性	T值
五分動作	1.56 ± 1.014	1	.045*	1.069
三分動作	1.8 ± 1.014	1.2 ± 0.414	.001*	2.121
兩分動作	3 ± 2.074	1.83 ± 1.267	.011*	2.289
一分動作	6.81 ± 3.112	2.94 ± 2.421	.019*	6.056

註：* $p<.05$

(三) 台灣優秀組與中國優秀組不同得分分分之差異

台灣優秀組的兩分動作 ($M=8.82\pm4.555$) 顯著高於中國優秀組 ($M=3\pm2.074$)， $T=5.439$ ， $P<.008$ 。一分動作則是中國優秀組 ($M=6.81\pm3.112$) 顯著高於台灣優秀組 ($M=2.17\pm1.669$)， $T=-6.372$ ， $P<.000$ (如表 4-14)。

表 4-14、台灣優秀組與中國優秀組不同分分之差異

	台灣優秀組	中國優秀組	顯著性	T值
五分動作	1.69±0.602	1.56±1.014	.233	.411
三分動作	1.78±0.998	1.8±1.014	.835	-.052
兩分動作	8.82±4.555	3±2.074	.008*	5.439
一分動作	2.17±1.669	6.81±3.112	.000*	-6.372

註：* $p<.05$

三、討論

從原始數據看來很明顯的不管是任何分分動作都是由優秀組高於一般組，優秀的角力選手必須要有多變且準確的有效攻擊技術，才是掌握比賽勝負的主要關鍵(蘇盈慈，2012)，角力比賽屬於積分制，所以要不斷的進攻得分去贏得比賽。

不論台灣或中國的優秀與一般組有顯著差異的都有五分動作，但多半是Fall壓制的動作，但是其他摔倒的動作非常少見，五分動作需要將對手高舉過肩膀摔下，直接將對手帶入危險動作，如果沒有非常好的技巧及力量是非常困難成功得分的。而兩個對照組的三分動作沒有達到顯著的差異，可以看出在全國運動會這種水準較高的比賽中做攻擊動作瞬間使對手雙肩著地是有一定的難度，畢竟除了要自己做出有效及壓迫的攻擊以外，對手的防禦也是很重要的原因，如果對

方採保守防禦策略，相對的也不好攻擊得分。

台灣優秀組與中國優秀組來比較兩組有得名選手到底常用哪些分值的動作得分去贏得比賽，台灣優秀組的兩分動作顯著高於中國優秀組，此現象與2013年國際角力總會的新規則有關，舊規則中只要攻擊方把對手控制跪趴在地上就可以得一分，但新規則中更改為以站立的姿勢攻擊後控制對手跪趴在地板就可得兩分，因為這原因使台灣選手的兩分動作高於中國選手。而中國選手的一分動作顯著高於台灣選手，原因之一就是上述新舊規則的改變造成影響以外，還有因為舊規則中時間到0:0平手後要「clinch」強制攻擊，而為什麼會有許多clinch動作的出現，有可能是因為中國全運會選手有經過資格賽的選拔，最後能參加比賽的16名選手都是菁英實力都非常頂尖，導致比賽正規時間結束還無法有一方得分，最後要靠強制攻擊來決定勝負。

第三節 不同組別不同得分動作之差異

本節為探討不同組別選手不同得分動作之差異，以台灣優秀組與一般組、中國優秀組與一般組、台灣優秀組與中國優秀組來相互比較，分為五分動作、三分動作、兩分動作、一分動作共34種不同的動作項目，以影片觀察分析後統計結果如下：

一、不同組別不同得分動作統計

(一)台灣優秀組與一般組不同得分動作次數

台灣全運會選手五分動作攻擊次數最多的是Fall有36次、擒抱摔有1次，而其他五分動作例如後胸摔及正胸摔在此次賽會都沒有出現過(如表4-15)。

表4-15、台灣優秀組與一般組五分動作原始數據

	台灣優秀組	台灣一般組	總計
FALL	26	10	36
擒抱摔	1	0	1

三分動作攻擊次數最多的是擒抱摔21次、抱頭摔10次、單臂摔9次、正胸摔9次、肩車摔8次、其他6次、側胸摔2次、後胸摔2次及單臂外捲1次(如表4-16)。除了單臂摔、提抱摔及單臂外捲以外，其他動作都是優秀組高於一般組。

表4-16、台灣優秀組與一般組三分動作原始數據

	台灣優秀組	台灣一般組	總計
擒抱摔	15	6	21
抱頭摔	5	5	10
單臂摔	2	7	9
正胸摔	6	3	9
肩車摔	6	2	8
其他	4	2	6
側胸摔	2	0	2
提抱摔	0	2	2
後胸摔	1	1	2
單臂外捲	0	1	1

兩分動作攻擊次數最多的是(如表4-17)滾橋127次、雙腳擒抱68次、單腳擒抱61次、側翻50次、其他21次、腳滾橋11次、頭手鎖8次及頭滾橋7次，頭手十字在這次比賽中沒有選手使用，而只有頭滾橋是一般組高於優秀組，其餘動作都是優秀組高於一般組。

表4-17、台灣優秀組與一般組兩分動作原始數據

	台灣優秀組	台灣一般組	總計
滾橋	96	31	127
雙腳擒抱	45	23	68
單腳擒抱	45	16	61
側翻	35	15	50
其他	12	9	21
腳滾橋	8	3	11
頭手鎖	5	3	8
頭滾橋	1	6	7

一分動作攻擊次數最多的依序是技術加分33次、場外32次、跪姿反抱18次、犯規4次、滾橋及單腳擒抱各2次、雙腳擒抱及其他各1次，而失敗得分、clinch跟消極則沒有出現過（如表4-18）。

表4-18、台灣優秀組與一般組一分動作原始數據

	台灣優秀組	台灣一般組	總計
技術加分	23	10	33
場外	15	17	32
跪姿反抱	7	11	18
犯規	1	3	4
滾橋	2	0	2
單腳擒抱	1	1	2
雙腳擒抱	1	0	1
其他	0	1	1

(二) 中國優秀組與一般組不同得分動作次數

中國全運會選手使用最多的五分動作是Fall有17次，擒抱摔有1次，後胸摔及正胸摔則沒有出現過(如表4-19)。

表4-19、中國優秀組與一般組五分動作原始數據

	中國優秀組	中國一般組	總計
FALL	13	4	17
擒抱摔	1	0	1

三分動作攻擊次數最多的是擒抱摔20次、其他9次、正胸摔4次、抱頭摔、單臂摔、側胸摔、後胸摔各2次，肩車摔及單臂外捲各1次(如表4-20)。除了後胸摔、提抱摔及肩車摔以外，其他動作都是優秀組高於一般組。

表4-20、中國優秀組與一般組三分動作原始數據

	中國優秀組	中國一般組	總計
擒抱摔	14	6	20
其他	7	2	9
正胸摔	2	2	4
抱頭摔	2	0	2
側胸摔	1	1	2
單臂摔	1	1	2
後胸摔	0	2	2
提抱摔	0	2	2
單臂外捲	1	0	1
肩車摔	0	1	1

兩分動作攻擊次數最多的是(如表4-21)滾橋37次、側翻29次、腳滾橋27次、其他6次、頭滾橋5次及頭手鎖1次，頭手十字、雙腳擒抱及單腳擒抱在這次比賽中沒有選手使用，所有動作都是優秀組高於一般組。

表4-21、中國優秀組與一般組兩分動作原始數據

	中國優秀組	中國一般組	總計
滾橋	15	22	37
側翻	16	13	29
腳滾橋	24	3	27
其他	4	2	6
頭滾橋	3	2	5
頭手鎖	1	0	1

一分動作攻擊次數最多的依序是場外85次、單腳擒抱67次、跪姿反抱65次、clinch44次、技術加分35次、雙腳擒抱19次、失敗得分13次、其他3次，而滾橋、消極、犯規則沒有出現過(如表4-22)。

表4-22、中國優秀組與一般組一分動作原始數據

	中國優秀組	中國一般組	總計
場外	38	47	85
單腳擒抱	29	38	67
跪姿反抱	36	29	65
clinch	26	18	44
技術加分	23	12	35
雙腳擒抱	10	9	19
失敗得分	12	1	13
其他	3	2	5

(三)台灣優秀組與中國優秀組不同得分動作次數

優秀組選手使用最多的五分動作是Fall有53次，擒抱摔有2次，後胸摔及正胸摔則沒有出現過，台灣優秀組的Fall次數高於中國優秀組(如表4-23)。

表4-23、台灣優秀組與中國優秀組五分動作原始數據

	台灣優秀組	中國優秀組	總計
FALL	36	17	53
擒抱摔	1	1	2

優秀組選手使用最多的三分動作有效攻擊次數最多的是擒抱摔29次、其他11次、正胸摔8次、抱頭摔及側胸摔各7次、肩車摔6次、單臂摔及側胸摔各3次、單臂外捲及後胸摔各1次(如表4-24)，提抱摔在優秀組選手的比賽中都沒有使用，除了其他動作以外其餘動作都是台灣優秀組高於中國優秀組。

表4-24、台灣優秀組與中國優秀組三分動作原始數據

	台灣優秀組	中國優秀組	總計
擒抱摔	15	14	29
其他	4	7	11
正胸摔	6	2	8
抱頭摔	5	2	7
肩車摔	6	0	6
單臂摔	2	1	3
側胸摔	2	1	3
單臂外捲	0	1	1
後胸摔	1	0	1

兩分動作攻擊次數最多的是(如表4-25)滾橋118次、側翻48次、單腳擒抱及雙腳擒抱各45次、其他14次、腳滾橋11次、頭滾橋10次及頭手鎖5次，頭手十字在優秀組選手的比賽中都沒有使用，所有動作都是台灣優秀組高於中國優秀組。

表4-25、台灣優秀組與中國優秀組兩分動作原始數據

	台灣優秀組	中國優秀組	總計
滾橋	96	22	118
側翻	35	13	48
單腳擒抱	45	0	45
雙腳擒抱	45	0	45
其他	12	2	14
腳滾橋	8	3	11
頭滾橋	8	2	10
頭手鎖	5	0	5

一分動作攻擊次數最多的依序是場外53次、技術加分46次、跪姿反抱43次、單腳擒抱30次、clinch26次、雙腳擒抱11次、失敗得分12次、其他3次、滾橋2次、犯規1次、消極則沒有出現過(如表4-26)，除了滾橋及犯規之外的其餘動作都是中國優秀組高於台灣優秀組。

表4-26、台灣優秀組與中國優秀組一分動作原始數據

	台灣優秀組	中國優秀組	總計
場外	15	38	53
技術加分	23	23	46
跪姿反抱	7	36	43
單腳擒抱	1	29	30
clinch	0	26	26
失敗得分	0	12	12
雙腳擒抱	1	10	11
其他	0	3	3
滾橋	2	0	2
犯規	1	0	1

二、不同組別不同得分動作之差異

本節為探討不同組別選手得分動作之差異，以台灣優秀組與一般組、中國優秀組與一般組、台灣優秀組與中國優秀組來相互比較，分為五分動作、三分動作、兩分動作、一分動作共34種不同的動作項目，以獨立樣本T檢定進行差異考驗後統計結果如下：

(一)台灣優秀組與一般組不同得分動作之差異

在所有五分動作中，Fall的動作台灣優秀組(M=1.73±0.594)顯著高於台灣一般組(M=1.11±0.333)，T=2.869，P<.028(如表4-27)，而後胸摔、正胸摔、擒抱摔因為沒有出現或是有一組沒有數據所以無法進行統計分析。

表4-27、台灣優秀組與一般組五分動作次數之差異

	台灣優秀組	台灣一般組	顯著性	T值
FALL	1.73±0.594	1.11±0.333	.028*	2.869

註：*p<.05

三分動作中所有動作台灣優秀組與一般組皆未達顯著差異(如表4-28)。抱頭摔、單臂外捲、後胸摔、側胸摔、提抱摔、其他因為沒有出現或有一組沒有數據所以無法進行統計分析。

表4-28、台灣優秀組與一般組三分動作次數之差異

	台灣優秀組	台灣一般組	顯著性	T值
單臂	2	1.40±0.548	.	1.000
肩車	1.5±1	1	.116	.667
擒抱摔	1.50±1.08	1.20±0.447	.155	.587
正胸摔	1.5±0.577	1	.	1.464

註：*p < .05

兩分動作中的「側翻」，台灣優秀組 ($M=2.19\pm1.223$) 顯著高於台灣一般組 ($M=1.25\pm0.452$) $T=2.519$ ， $P=<.032$ (如表 4-29)。其他動作均未達顯著差異，頭手十字因為在這次比賽沒有選手使用過所以無法進行統計分析。

表 4-29、台灣優秀組與一般組兩分動作次數之差異

	台灣優秀組	台灣一般組	顯著性	T值
頭滾橋	1	2±1.732	.	-.500
滾橋	4.17±2.691	2.58±1.832	.086	1.832
腳滾橋	1.6±1.342	1	.092	.750
頭手鎖	1.25±0.5	1.5±0.707	.541	-.516
單腳擒抱	2.25±1.372	1.6±1.075	.244	1.307
雙腳擒抱	2.37±1.383	1.64±0.929	.278	1.698
側翻	2.19±1.223	1.25±0.452	.032*	2.519
其他	1.5±1.069	1.5±0.548	.408	.000

註：* $p<.05$

一分動作中的「技術加分」，台灣優秀組 ($M=1.64\pm0.929$) 顯著高於台灣一般組 ($M=1.11\pm0.333$) $T=1.639$ ， $P=<.010$ (如表 4-30)。其他動作均未達顯著差異，而單腳擒抱、雙腳擒抱、滾橋、消極、失敗得分、clinch 及其他因為沒有出現或是有一組沒有數據所以無法進行統計分析。

表 4-30、台灣優秀組與一般組一分動作次數之差異

	台灣優秀組	台灣一般組	顯著性	T值
跪姿反抱	1.17 ± 0.408	1.22 ± 0.441	.623	-.246
場外	1.36 ± 0.674	1.55 ± 1.809	.327	-.312
技術加分	1.64 ± 0.929	1.11 ± 0.333	.010	1.639
犯規	1	1.5 ± 0.707	.	-.577

註：* $p<.05$

(二) 中國優秀組與一般組不同得分動作之差異

在所有五分動作中 Fall 壓制的動作，中國優秀組 ($M=1.44\pm0.726$) 顯著高於中國一般組 ($M=1$)， $T=1.194$ ， $P<.009$ (如表 4-31)。而後胸摔、正胸摔、擒抱摔皆沒有出現或是有一組沒有數據所以無法進行統計分析。

表 4-31、中國優秀組與一般組五分動作次數之差異

	中國優秀組	中國一般組	顯著性	T值
FALL	1.44 ± 0.726	1	.009*	1.194

註：* $p<.05$

使用「擒抱摔」次數，中國優秀組(M=1.56±1.13)顯著高於中國一般組(M=1) T=1.189, P<.008。使用「其他」次數，中國優秀組(M=1.4±0.548)顯著高於中國一般組(M=1) T=0.976, P<.002(如表4-32)。抱頭摔、單臂、肩車、單臂外捲、後胸摔、正胸摔、側胸摔及提抱摔因為沒有出現或是有一組沒有數據所以無法進行統計分析。

表4-32、中國優秀組與一般組三分動作次數之差異

	中國優秀組	中國一般組	顯著性	T值
擒抱摔	1.56±1.13	1	.008*	1.189
其他	1.4±0.548	1	.002*	.976

註：*p<.05

使用「側翻」次數，中國優秀組(M=1.45±0.522)顯著高於中國一般組(M=1.08±0.289) T=2.135, P<.000(如表4-33)。頭手鎖、頭手十字、單腳擒抱、雙腳擒抱及其他因為沒有出現或是有一組沒有數據所以無法進行統計分析。

表4-33、中國優秀組與一般組兩分動作次數之差異之差異

	中國優秀組	中國一般組	顯著性	T值
頭滾橋	1.5±0.707	1	.	1.000
滾橋	1.67±1.118	2±1.342	.503	-.595
腳滾橋	2.67±1.5	1.5±0.707	.166	1.041
側翻	1.45±0.522	1.08±0.289	.000*	2.135

註：*p<.05

使用「雙腳擒抱」次數，中國優秀組(M=2±1.414)顯著高於中國一般組(M=1.29±0.488) T=1.256，P<.002。使用「跪姿反抱」次數，中國優秀組(M=2±1.085)顯著高於中國一般組(M=1.26±0.619) T=2.751，P<.006。使用「技術加分」次數，中國優秀組(M=1.53±0.915)顯著高於中國一般組(M=1.09±0.302) T=1.536，P<.005。使用「clinch」次數，中國優秀組(M=1.63±0.957)顯著高於中國一般組(M=1.13±0.342) T=1.967，P<.000。滾橋、消極及犯規因為沒有出現或是有一組沒有數據所以無法進行統計分析(如表4-34)。

表4-34、中國優秀組與一般組一分動作次數之差異

	中國優秀組	中國一般組	顯著性	T值
單腳擒抱	1.61±0.608	1.73±1.032	.123	-.421
雙腳擒抱	2±1.414	1.29±0.488	.002*	1.256
跪姿反抱	2±1.05	1.26±0.619	.006*	2.751
場外	2.11±1.53	1.42±0.663	.072	2.236
失敗得分	1.5±0.756	1	.	.624
技術加分	1.53±0.915	1.09±0.302	.005*	1.536
clinch	1.63±0.957	1.13±0.342	.000*	1.967
其他	1.5±0.707	1		1.000

註：*p<.05

(三) 台灣優秀組與中國優秀組不同得分動作之差異

在所有五分動作中台灣優秀組與中國優秀組 Fall 未達顯著差異(如表 4-35)，而擒抱摔、後胸摔及正胸摔因為沒有出現或是有一組沒有數據所以無法進行統計分析。

表 4-35、台灣優秀組與中國優秀組五分動作次數之差異

	台灣優秀組	中國優秀組	顯著性	T值
FALL	1.73±0.594	1.44±0.726	.465	1.062

註：*p < .05

使用「其他」次數，中國優秀組(M=1.4±0.548)顯著高於台灣優秀組(M=1) T=-1.44, P<.000(如表 4-36)，抱頭摔、單臂摔、肩車摔、單臂外捲、後胸摔、側胸摔、提抱摔因為沒有出現或是有一組沒有數據所以無法進行統計分析。

表 4-36、台灣優秀組與中國優秀組三分動作次數之差異

	台灣優秀組	中國優秀組	顯著性	T值
擒抱摔	1.5±1.08	1.56±1.13	.837	-.11
正胸摔	1.5±0.577	1	.	1.155
其他	1	1.4±0.548	.000*	-1.44

註：*p < .05

使用「滾橋」次數，台灣優秀組 ($M=4.17\pm 2.691$) 顯著高於中國優秀組 ($M=1.67\pm 1.118$) $T=2.684$ ， $P < .014$ (如表 4-37)。頭手十字、單腳擒抱、雙腳擒抱因為沒有出現或是有一組沒有數據所以無法進行統計分析。

表 4-37、台灣優秀組與中國優秀組兩分動作次數之差異

	台灣優秀組	中國優秀組	顯著性	T值
頭滾橋	1	1.5 ± 0.707	.	-.577
滾橋	4.17 ± 2.691	1.67 ± 1.118	.014*	2.684
腳滾橋	1.6 ± 1.342	2.67 ± 1.5	.474	-1.320
頭手鎖	1.25 ± 0.5	1	.	.447
側翻	2.19 ± 1.223	1.45 ± 0.522	.099	1.865
其他	1.5 ± 1.069	1	.065	.913

註：* $p < .05$

使用「跪姿反抱」次數，中國優秀組 ($M=2\pm 1.085$) 顯著高於台灣優秀組 ($M=1.17\pm 0.408$) $T=-1.817$ ， $P<.023$ (如表 4-38)。滾橋、消極、失敗得分、clinch、其他及犯規因為沒有出現或是有一組沒有數據所以無法進行統計分析。

表 4-38、台灣優秀組與中國優秀組一分動作次數之差異

	台灣優秀組	中國優秀組	顯著性	T值
單腳擒抱	1	1.61±0.608	.	-.979
雙腳擒抱	1	2±1.414	.	-.645
跪姿反抱	1.17±0.408	2±1.085	.023*	-1.817
場外	1.36±0.674	2.11±1.53	.245	-1.524
技術加分	1.64±0.929	1.53±0.915	.907	.320

註：* $p<.05$

四、討論

(一) 台灣優秀組與一般組有效得分動作之差異

兩組選手有達顯著差異的分別是五分動作的 Fall、兩分動作的側翻、一分動作的技術加分，這些動作從結果得知台灣優秀組皆比一般組來的好。也會增加 Fall 的機率，這樣會更容易贏得比賽。角力比賽時間為六分鐘，但是在比賽中使用 Fall 壓制的動作可以直接結束整場比賽，就算比分落後也能直接勝利，而在排名上也可以拿到最高的積分 5:0，在比賽中選手們只要一抓到機會就會嘗試，就因為在比賽中 Fall 可以直接造成比賽的勝利，所以優秀組的出現的次數比一般組來的多。由於自由式比賽可以攻擊全身比賽的節奏快，需要有敏銳的反應能力來進行比賽間的任何動作，「側翻」就是個典型的需要快速反應能力的動作，不論是攻擊或防守

時，動作中反應過來的第二動作讓對手瞬間翻身得到兩分，在數據中優秀組比一般組來的高，所以看得出來此動作在比賽中是非常重要的。技術加分在角力比賽中是攻擊成功後持續控制住對方在危險狀態中的動作之一，也是需要有良好的控制能力，不要攻擊完後就讓對手逃開，控制的好無形中

(二) 中國優秀組與一般組有效得分動作之差異

兩組選手有達顯著差異的分別是五分動作的 Fall、三分動作的擒抱摔與其他動作、兩分動作的側翻，一分動作的雙腳擒抱、跪姿反抱、技術得分及 clinch，這些動作從結果得知中國優秀組皆比一般組來的好。

五分動作的 Fall、兩分動作的側翻及一分的技術得分都與上述台灣優秀與一般組一樣的情況，而在中國全運會中，三分動作的擒抱摔跟其他動作有達到顯著的差異，「擒抱摔」是自由式角力攻擊動作中最基本的動作之一，擒抱對方的身體或雙腳衝倒造成雙肩著地，在中國優秀組比一般組次數還來的多，證明了擒抱摔是非常重要的動作，擒抱摔的技術及使用時機好的話就增加比賽中奪勝的機會。角力攻擊動作當中有許多未命名的動作，在比賽中只要站立時使用任何動作造成對手瞬間雙肩著地就是可得三分，所以「其他」的次數也非常多。一分動作的雙腳擒抱是以擒抱摔的動作攻擊但未能直接使對手雙肩著地後繞到背後抱腰得分，能完成此動作需要被對手防禦後持續向前才有機會得分；跪姿反抱是屬於防禦型動作，被對手攻擊後還沒完全控制時立刻轉身控制得分，而抱到腰後還能連續使出滾橋動作進而得到更多的分數；clinch 是強制擒抱的意思，中國全運會使用的 2012

年規則如果回合中時間到雙方 0 比 0 的話要進行強制擒抱，只有有一方得分就贏得該回合，而中國全運會中由於選手間實力伯仲之間，所以常時間到還未得分，clinch 的規則就是要讓消極選手獲得處罰，讓積極的選手具有攻擊的機會（蔡勝良、張聰榮，2006），能把握住 clinch 的時機就能贏得比賽。在角力比賽中只要有一方消極不攻擊，裁判會暫停比賽口頭警告，警告後再沒積極攻擊，就會判消極的一方犯規警告，而對方得一分，而在中國全運會中完全沒有犯規的出現，經研究者在現場觀察後發現，因為中國全運會跟奧運會一樣四年一屆，但中國當局把全運會看的比奧運會還重要，而導致比賽中裁判不敢判犯規，盡量讓選手自己得分，雖然這樣算是違背了比賽規則，但這樣也讓落後的選手能更積極的搶攻，比賽節奏更加緊湊，讓比賽更有可看性。

（三）台灣優秀組與中國優秀組有效得分動作之差異

兩組選手有達顯著差異的分別是三分動作的其他、兩分動作的滾橋、一分動作的跪姿反抱有達顯著差異，而其他及跪姿反抱兩個動作是中國組比台灣組次數還多，滾橋則是台灣組優於中國組。

其他動作及跪姿反抱兩個動作在上述結果中有討論到，要完成這些動作需要有良好的反應能力，也顯現出中國選手在攻擊失敗後不會因失敗而停止動作而是能快速的反擊，這也是台灣選手可以去學習的地方。而台灣選手的滾橋動作次數明顯高於中國選手，以筆者在現場觀察所以比賽後發現，或許是因為台灣優秀組與一般組實力有差距，角力運動在台灣並不是熱門運動，有些縣市參賽的選手還是練柔道，所以摔的技巧比較熟悉，但滾橋這種屬於跪臥於地板的

攻擊動作，而地板的動作在角力運動中難度較高，需要經過專業角力訓練才能了解此動作，所以才會造成此現象的發生。

第五章 結論與建議

第一節 結論

本研究目的是想深入探討國內選手與中國選手兩者比賽得分內容有何差異之處，以 102 年中華民國全國運動會角力男子自由式及 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力男子自由式比賽選手為研究對象，經由使用描述性統計、獨立樣本 T 檢定分析結果後得到以下結論：

- 一、中國全運會因為有資格賽各單位競爭激烈，所以各代表對人數都分布較平均，沒有一個單位可以取得優勢性的勝利；而台灣全運會參賽單位人數不一，獎牌較集中在固定幾個有專業訓練角力運動的縣市。
- 二、以不同組別來比較不同分值動作的差異來看，優秀組任何分值動作都會優於一般組，證明了角力是個需要積極得分的運動。而台灣優秀組的選手最常使用兩分動作去贏得比賽，因為新規則中以站立姿勢攻擊對手跪趴在地板後可得兩分，使兩分動作大幅增加；而中國優秀組的一分動作高於台灣優秀組，因為中國全運會選手實力相當接近，需要靠強制攻擊來決定勝負。
- 三、以不同組別來比較不同得分動作的差異來看，兩賽會優秀組 Fall、側翻與技術加分動作都顯著高於一般組，Fall 動作是比賽中可以直接決定勝負且最重要的動作；做出側翻動作需要良好的反應能力，在比賽中因為無法預測對方下一步動作所以需要上述的能力；技術加分需要良好控制對手的技巧，持續進攻的心態才能完成。其他動作、跪姿反抱在中國優秀組顯著高於台灣優秀組，角

力攻擊動作有許多未命名的動作，只要站立時使用任何動作造成對方瞬間雙肩著地就可得三分，跪姿反抱是瞬間轉身控制對手的動作；而滾橋是是台灣優於中國，滾橋的攻守在角力運動中難度較高的技巧，台灣全運會有些選手沒有受過專業角力訓練，所以造成此現象的發生。

第二節 建議

- 一、本次研究只針對 102 年中華民國全國運動會角力男子自由式及 2013 年中華人民共和國第十二屆運動會角力男子自由式之比較，建議之後的研究可以設定台灣國、高中全國賽前三名之優秀選手做至少四年的長期比賽追蹤，紀錄選手得分狀況及得分動作，並蒐集分析國外優秀選手比賽技戰術及訓練內容，去學習國外優秀選手的優點以提升自己的實力。
- 二、台灣選手過去最為人所詬病的就是攻擊次數少又單調，建議教練訓練時教導選手多點不同的攻擊動作，用不同的動作連貫搭配攻擊可以使對手措手不及防守，勇於嘗試三分或是五分的大動作來增加自己領先的分數。
- 三、台灣全運會得牌單位都是長期發展角力運動的縣市，縣市內都有專任角力運動教練在各單位訓練選手學習最新角力技術，而有些縣市只能以柔道技術來參加角力比賽，這不是長久之計，因為台灣每年角力比賽少之又少，角力在每年學生運動最重要的全中運及全大運都不屬於必辦項目，所以有些縣市並不重視，但角力在奧運會一共有 18 面金牌，而分量級的角力比賽也很適合亞洲人參加，希望各縣市體育局能增聘角力專任教練，使全台灣角力水準提升，進而創造更好的比賽佳績。

參考文獻

一、中文部分

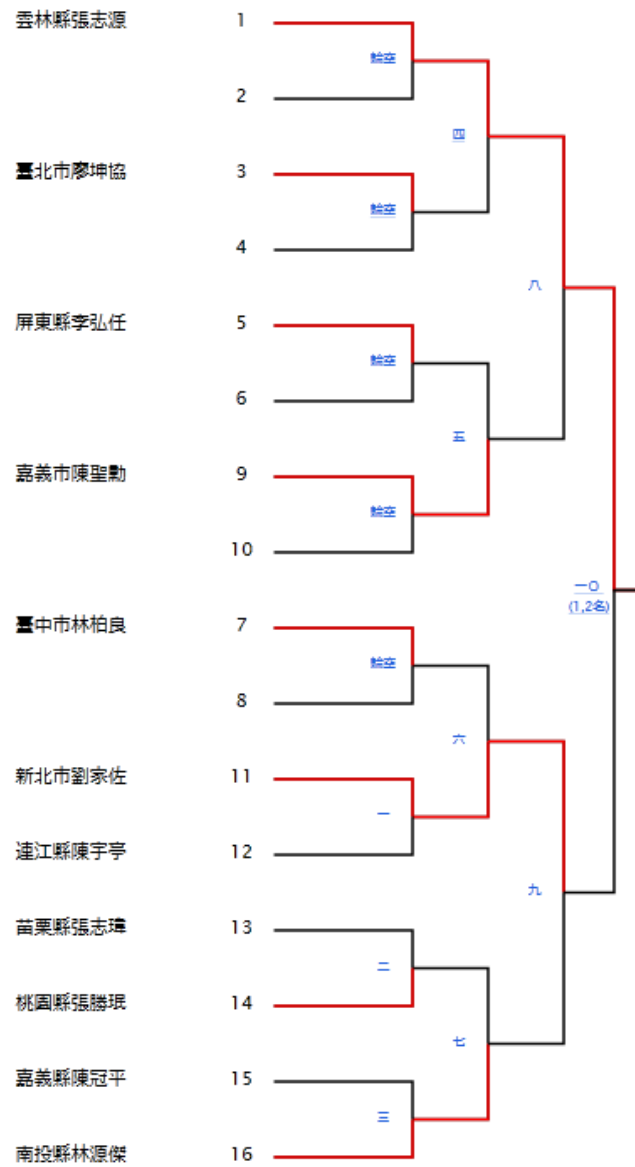
- 中國國家體育總局(2001)。中國體育教練員崗位培訓教材
古典式、自由式摔跤。北京市：人民體育出版社。
- 王瑩琪(2011)。2009年全民運動會與2010年亞洲運動會
女子自由式角力得分內容之探討。未出版碩士論文，國
立臺灣體育學院，臺中市。
- 王慶(2000)。從世界摔跤錦標賽成績看亞特蘭大奧運會。
中國國家體育總局。北京市：人民體育出版社。
- 任海(1994)。中國古代體育。台北市：台灣商務印書館股份
有限公司。
- 宋一夫(1997)。角力運動特性及專項體能素質之探討。大專
體育，34，112-115。
- 吳慧莉(1999)。角力擒抱摔專項肌力研究。未出版碩士論文，
中國文化大學，臺北市。
- 林鼎政、張哲璋(2013)。101年全國角力錦標賽公開組角力
選手有效得分動作及得分等級分析。未投稿
- 林鼎政、阮昇浩(2009)。國際角力規則修訂後的訓練方式與
戰術策略。大專體育，102，107-114。
- 湯銘新(1996)。奧運百周年發展史。臺北市：中華台北奧會。
- 張瑞興、沙鈴莉(2002)。中國古代角抵運動歷史之探討。文
化體育。18，89-92。
- 張連強(1998)。現代角力與訓練。西安：陝西民眾出版社。
- 張聰榮(2004)。新舊國際角力裁判規則之研究與探討。台北
市：中華民國角力協會。
- 童國勝(1998)。最大肌力與速度肌力訓練對角力手臂迴旋技

- 術之影響。未出版碩士論文，中國文化大學，臺北市。
- 蔡勝良(2007)。亞洲女子角力選手比賽得分內容之分析。未出版碩士論文，國立臺灣體育學院，臺中市。
- 蔡勝良、林德榮、張聰榮(2006)：2006年全國精英角力賽女子選手得分類別與次數之探討。2006年台灣體育運動與健康休閒發展趨勢研討會。嘉義縣：吳鳳技術學院。
- 蔡勝良、張聰榮(2006)：國際角力比賽規則新、舊制強制性擒抱(Clinch)條文之探討。中華民國95年全民運動學術研討會。臺中市：國立臺灣體育學院。
- 蘇盈慈(2012)。亞洲角力錦標賽得分動作之探討以2009年亞洲角力錦標賽女子自由式角力為例。未出版碩士論文，國立臺灣體育運動大學，臺中市。

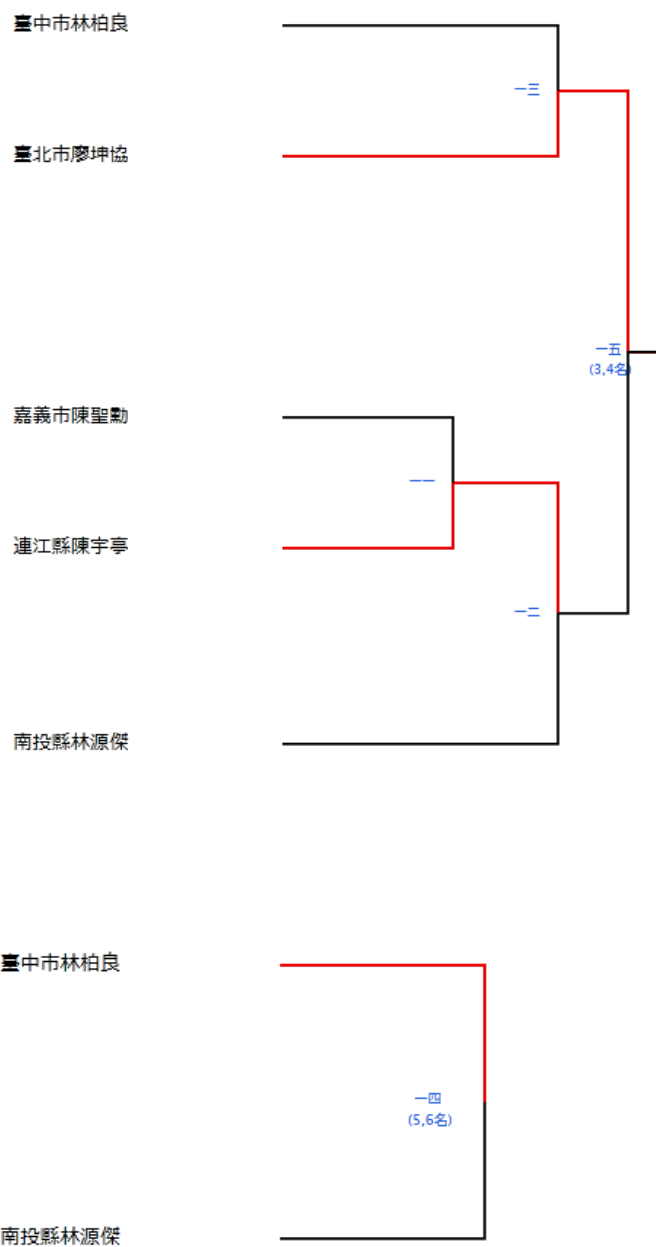
二、英文部分

Horswill, C. A. (1992). Applied physiology of amateur wrestling. *Sports Medicine*, 14, 114-143.

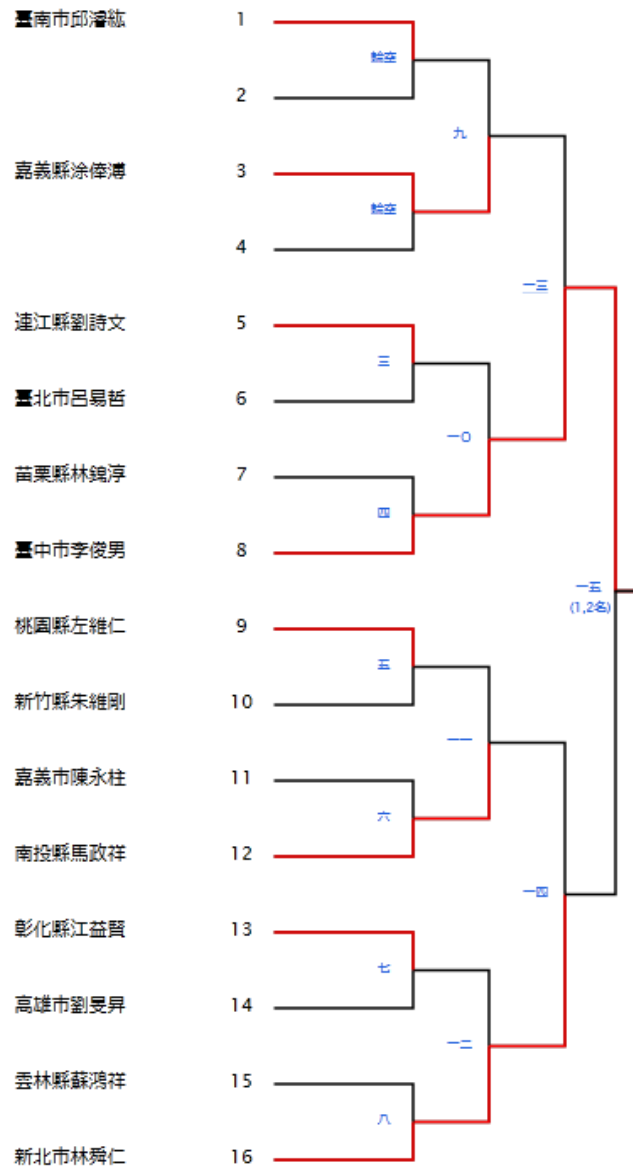
附錄一、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第一量級賽程表



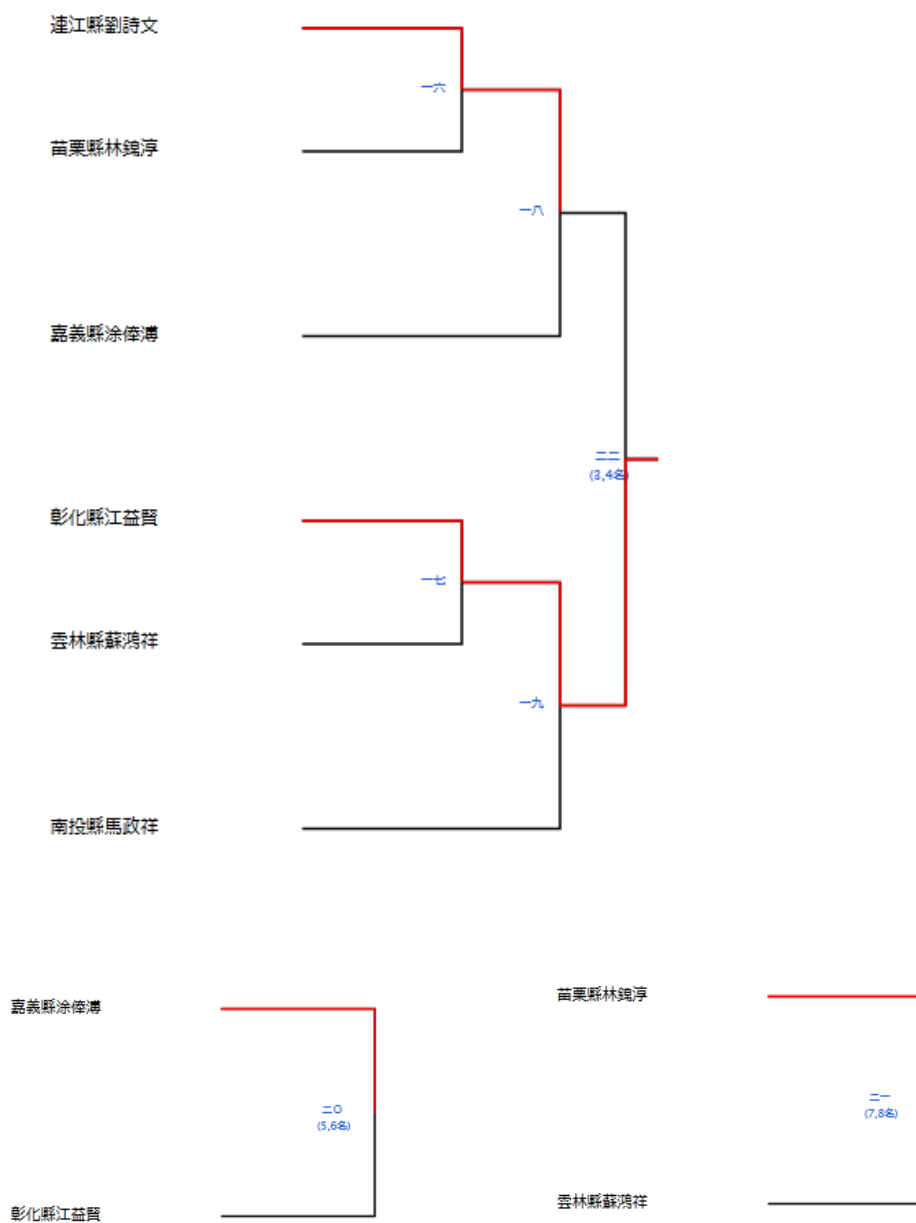
附錄二、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第一量級敗部復活賽程表



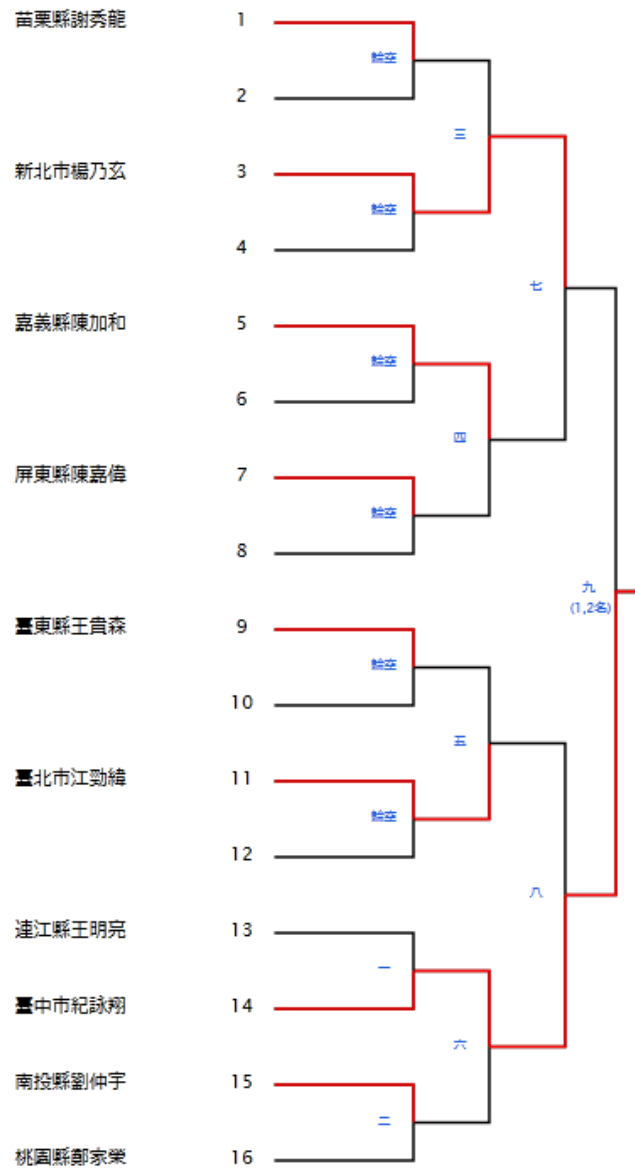
附錄三、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第二量級賽程表



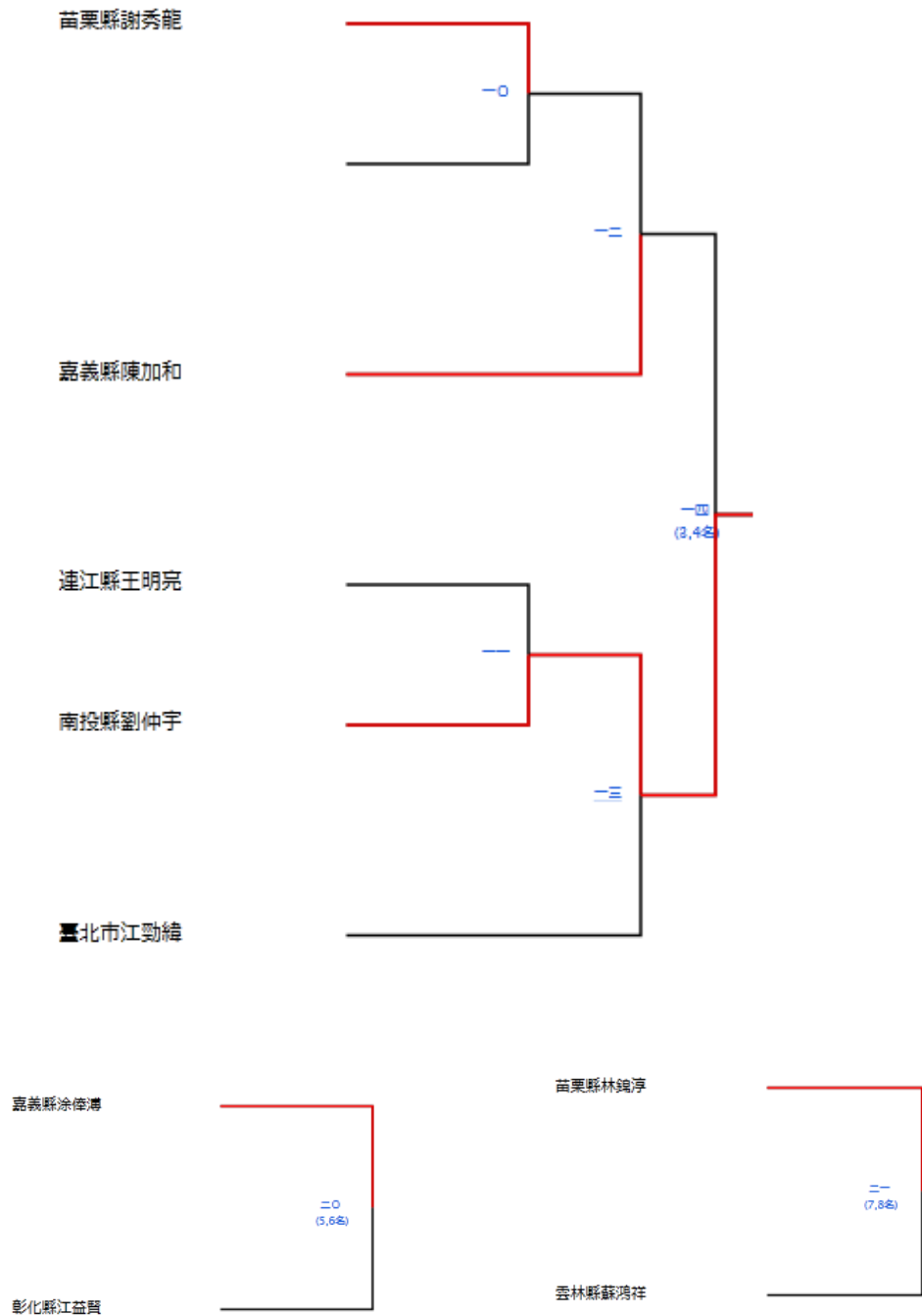
附錄四、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第二量級敗部復活賽程表



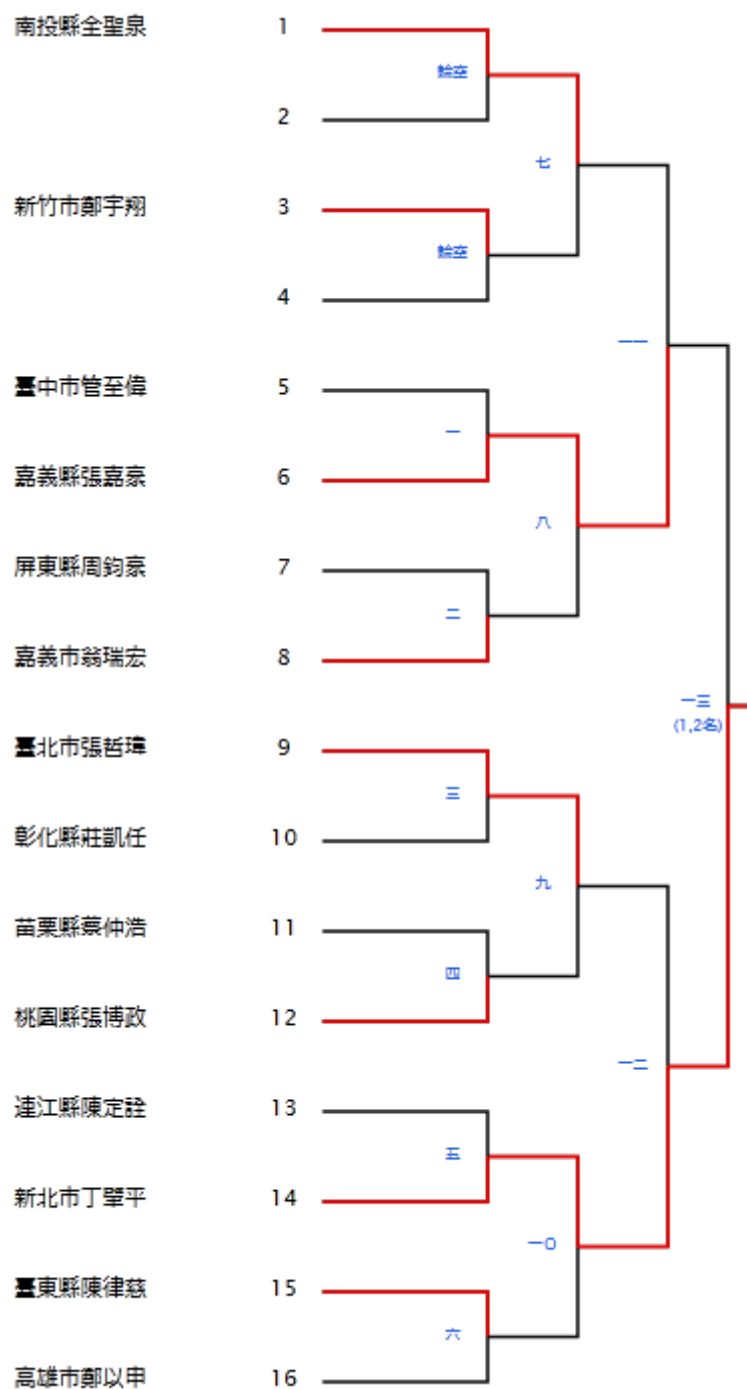
附錄五、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第三量級賽程表



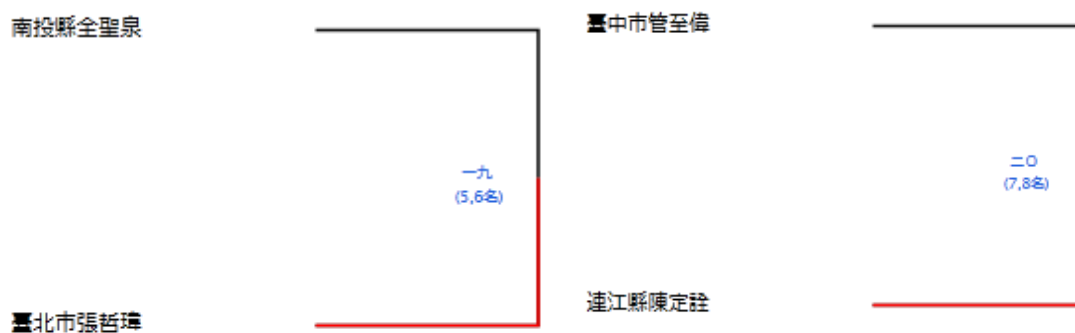
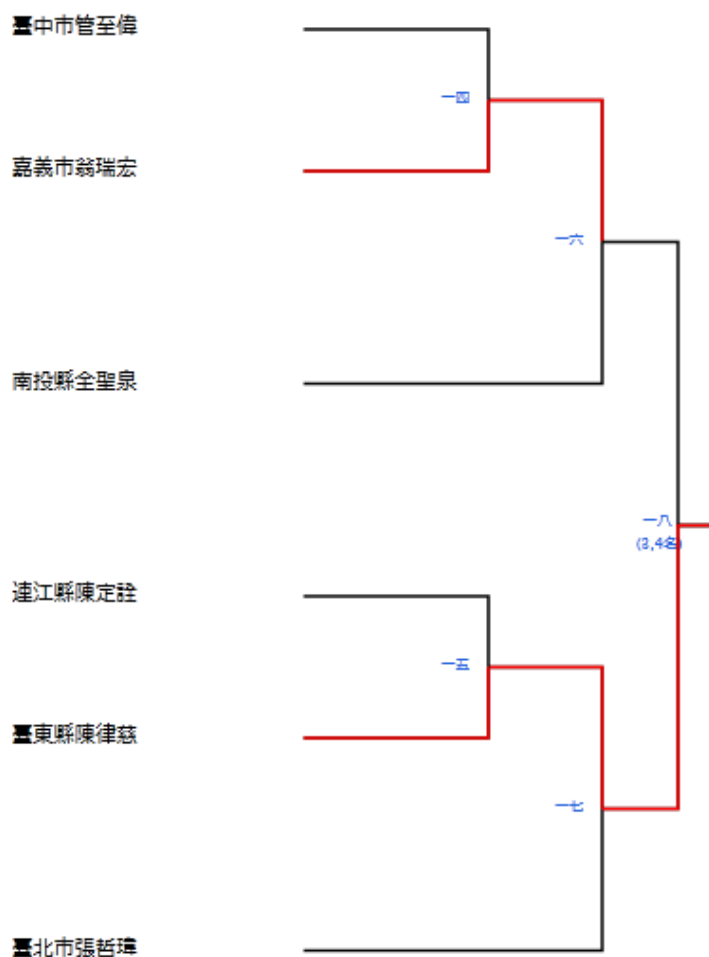
附錄六、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第三量級敗部復活賽程表



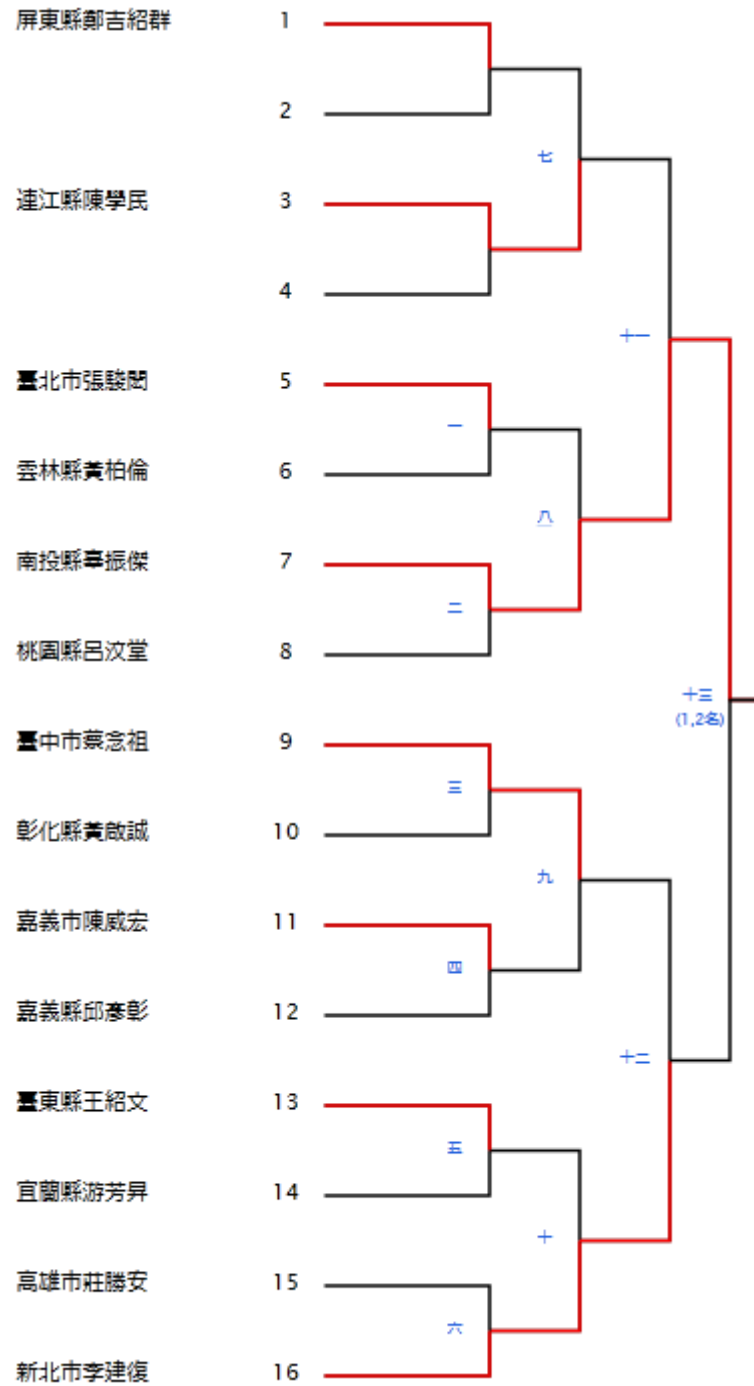
附錄七、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第四量級賽程表



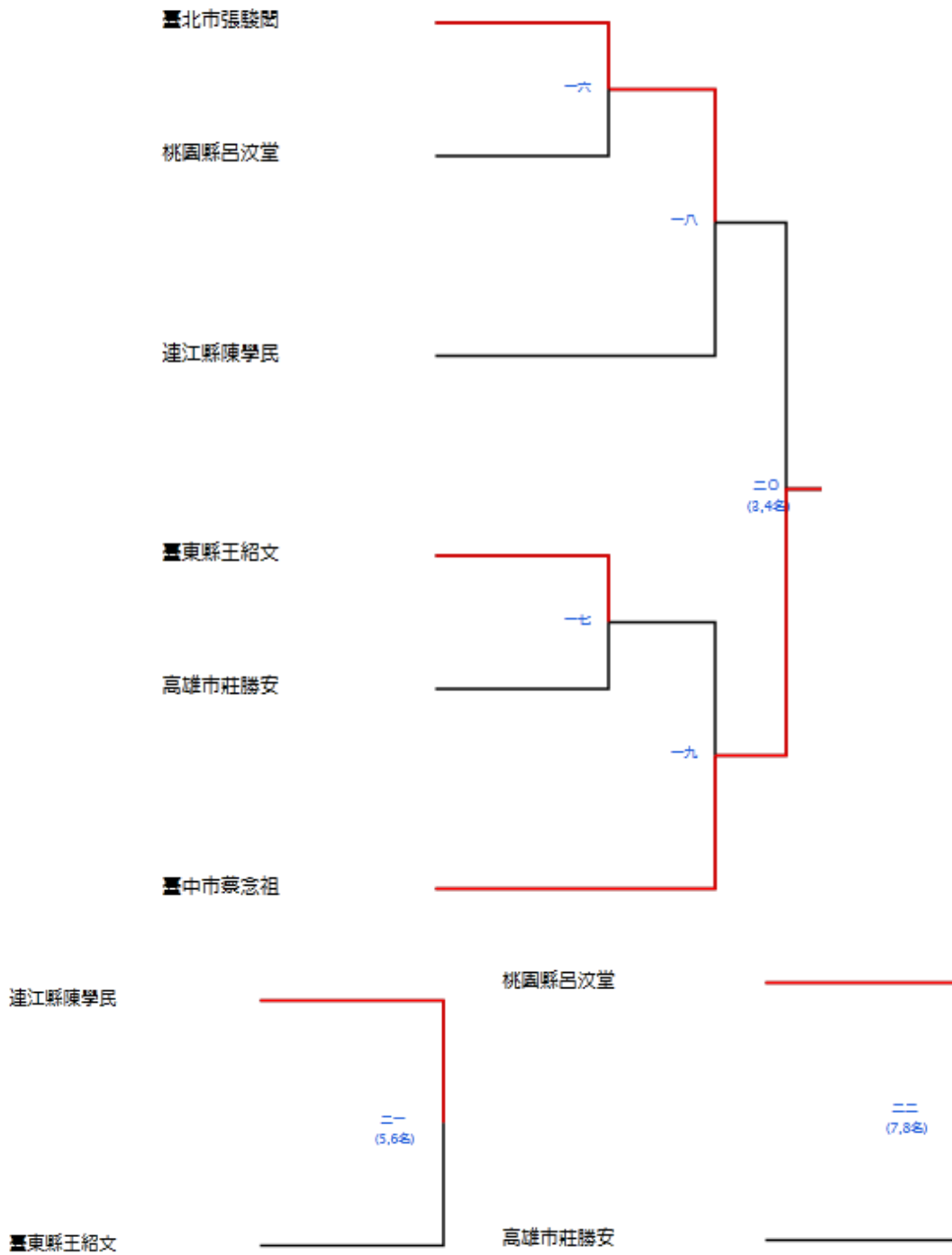
附錄八、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第四量級敗部復活賽程表



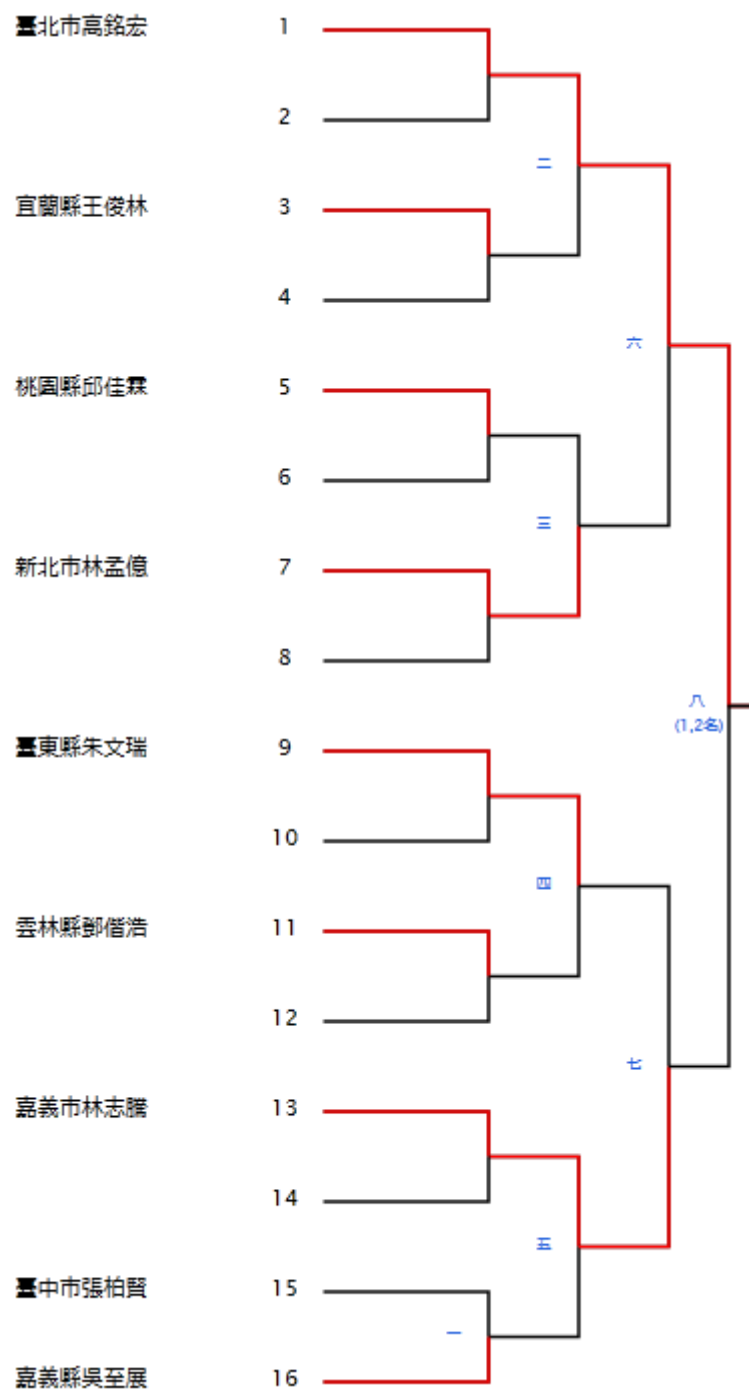
附錄九、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第五量級賽程表



附錄十、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第五量級敗部復活賽程表

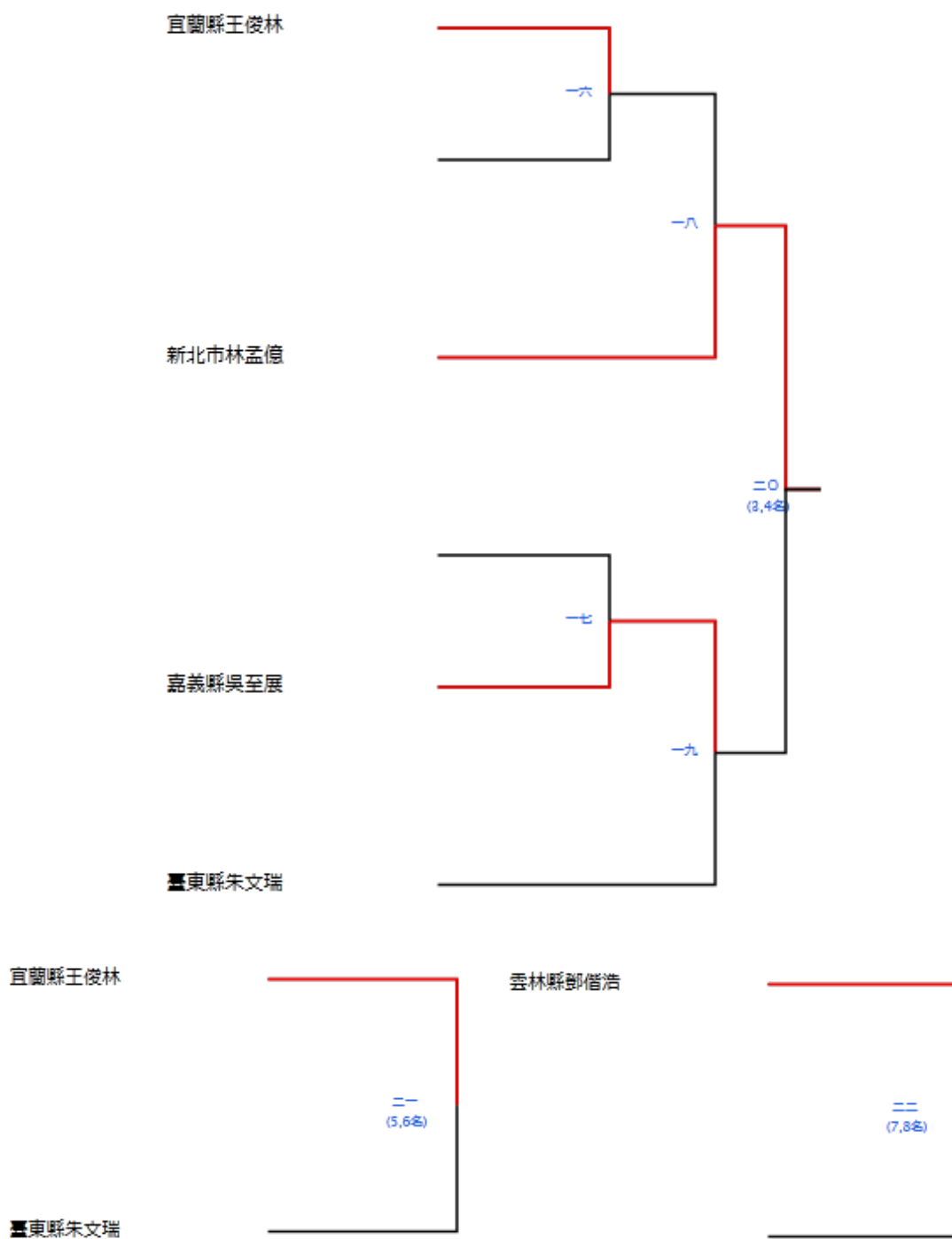


附錄十一、102年中華民國全國運動會角力項目
男子自由式第六量級賽程表



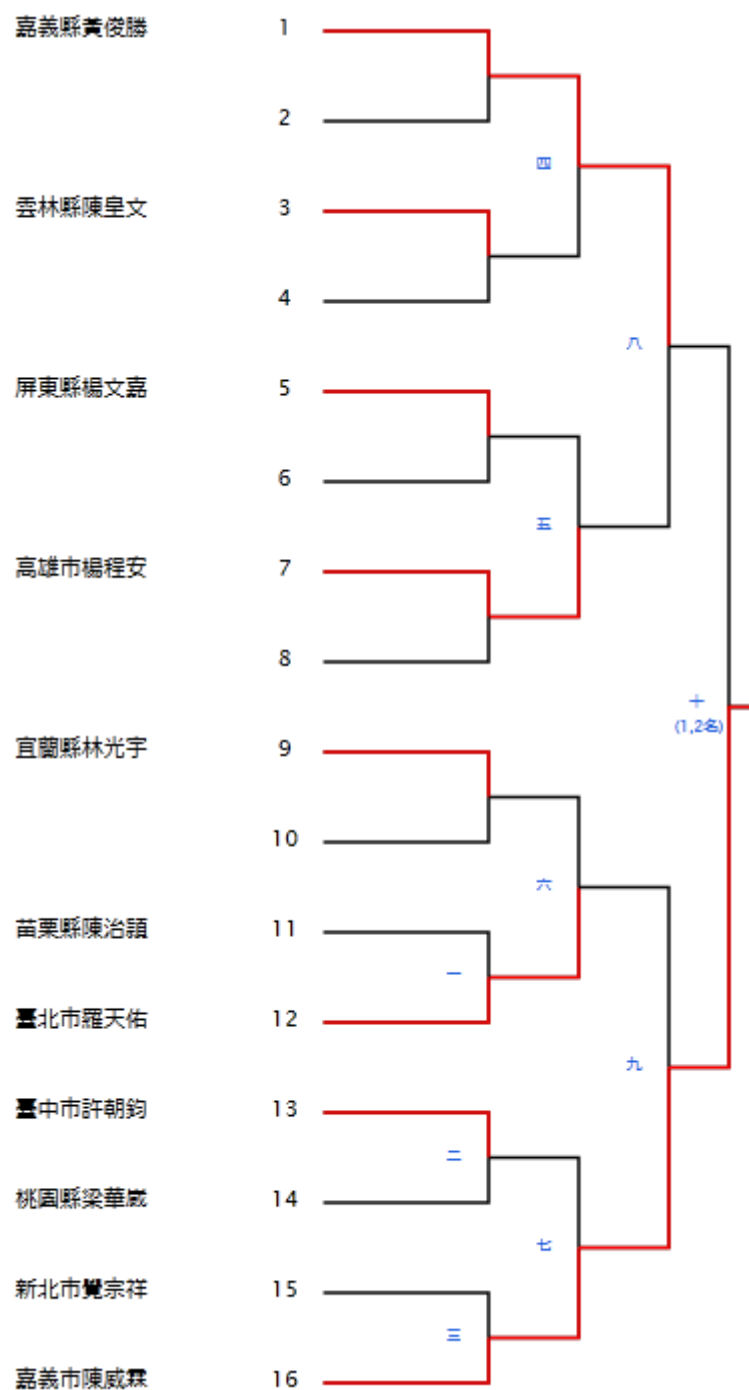
附錄十二、102年中華民國全國運動會角力項目

男子自由式第六量級敗部復活賽程表



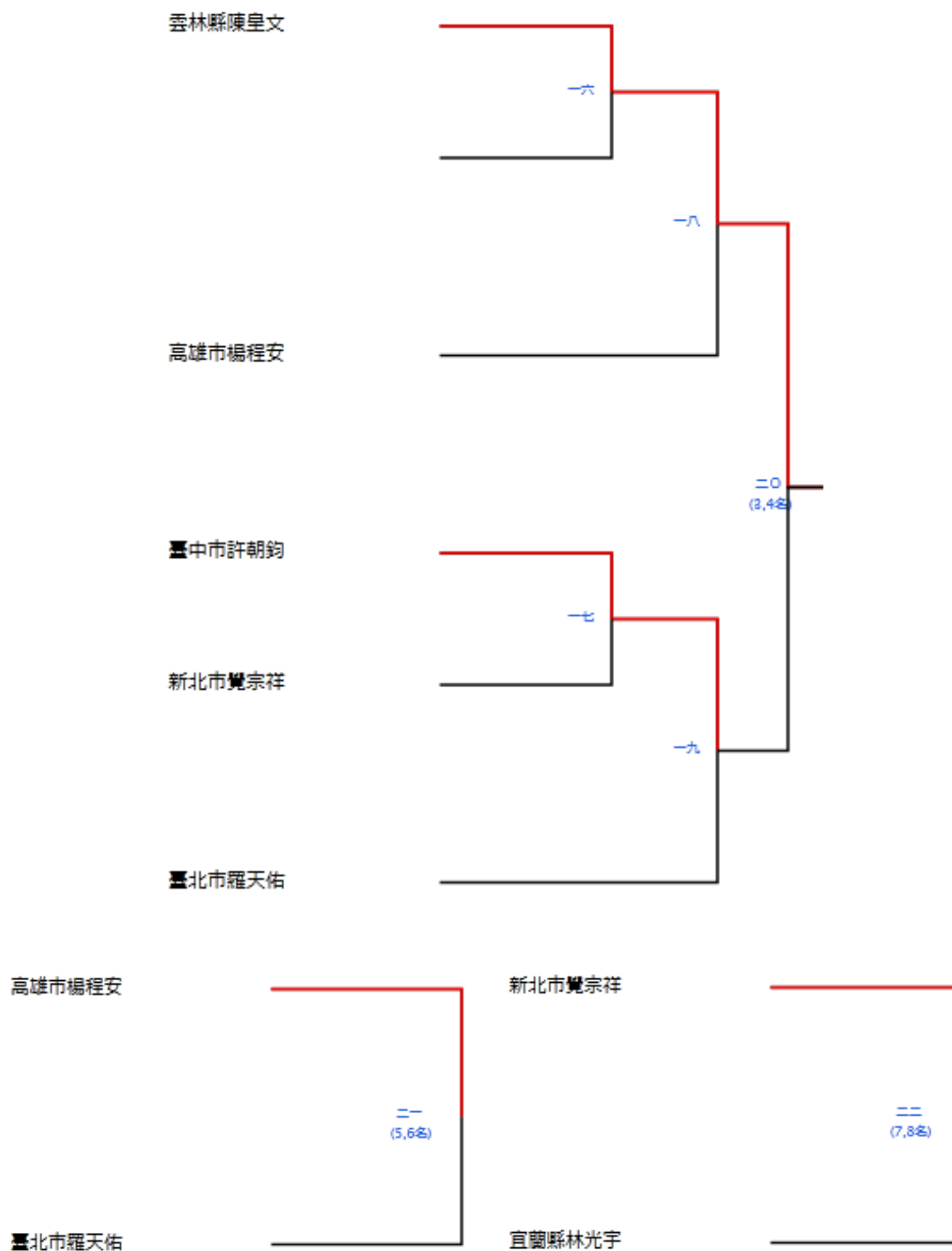
附錄十三、102年中華民國全國運動會角力項目

男子自由式第七量級賽程表

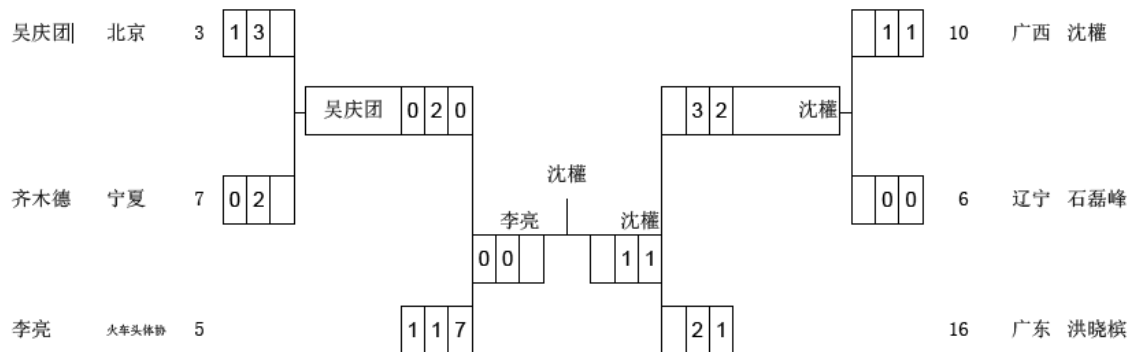
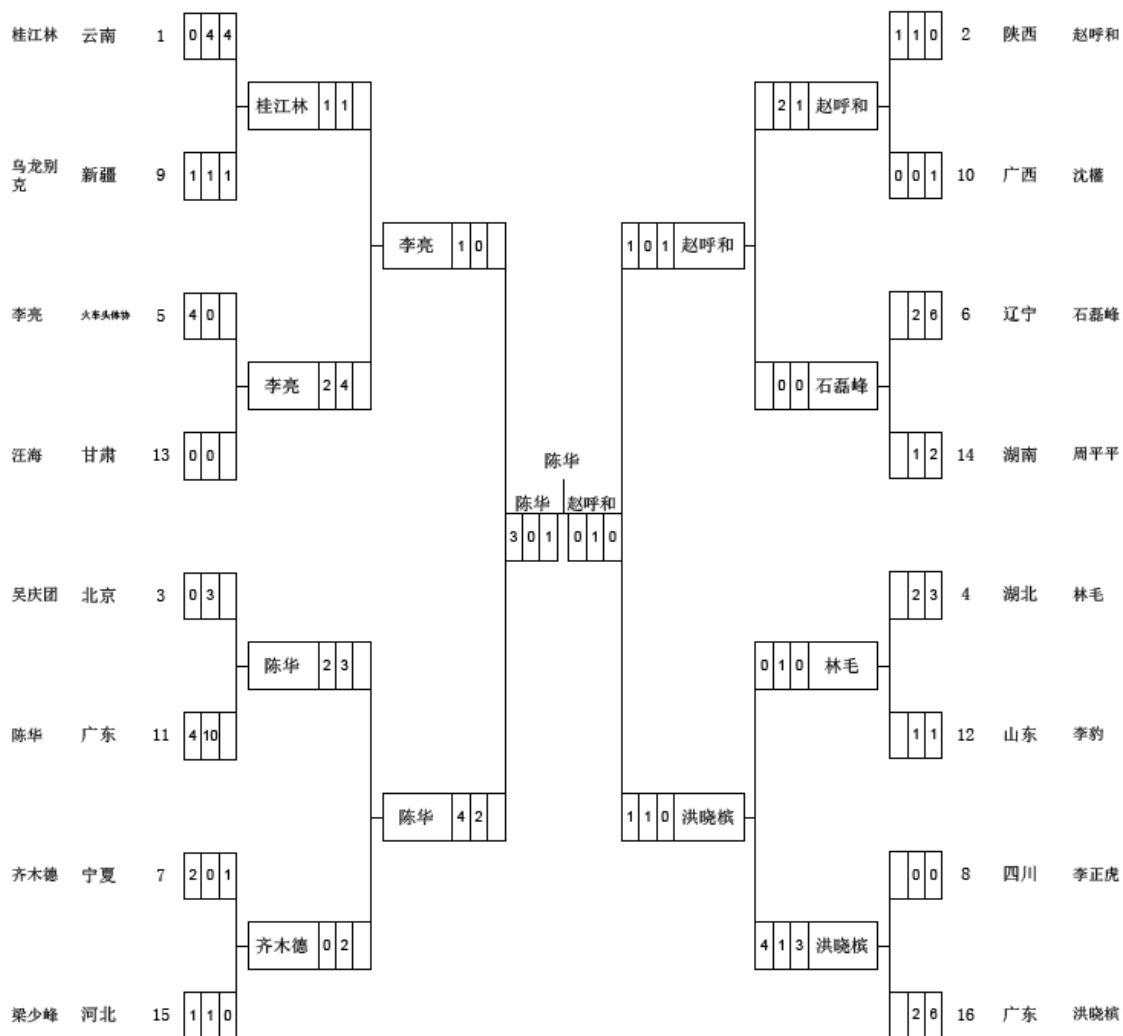


附錄十四、102年中華民國全國運動會角力項目

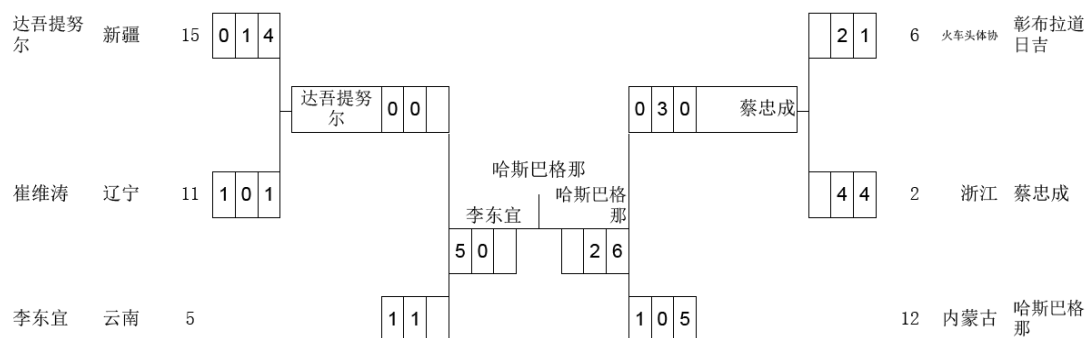
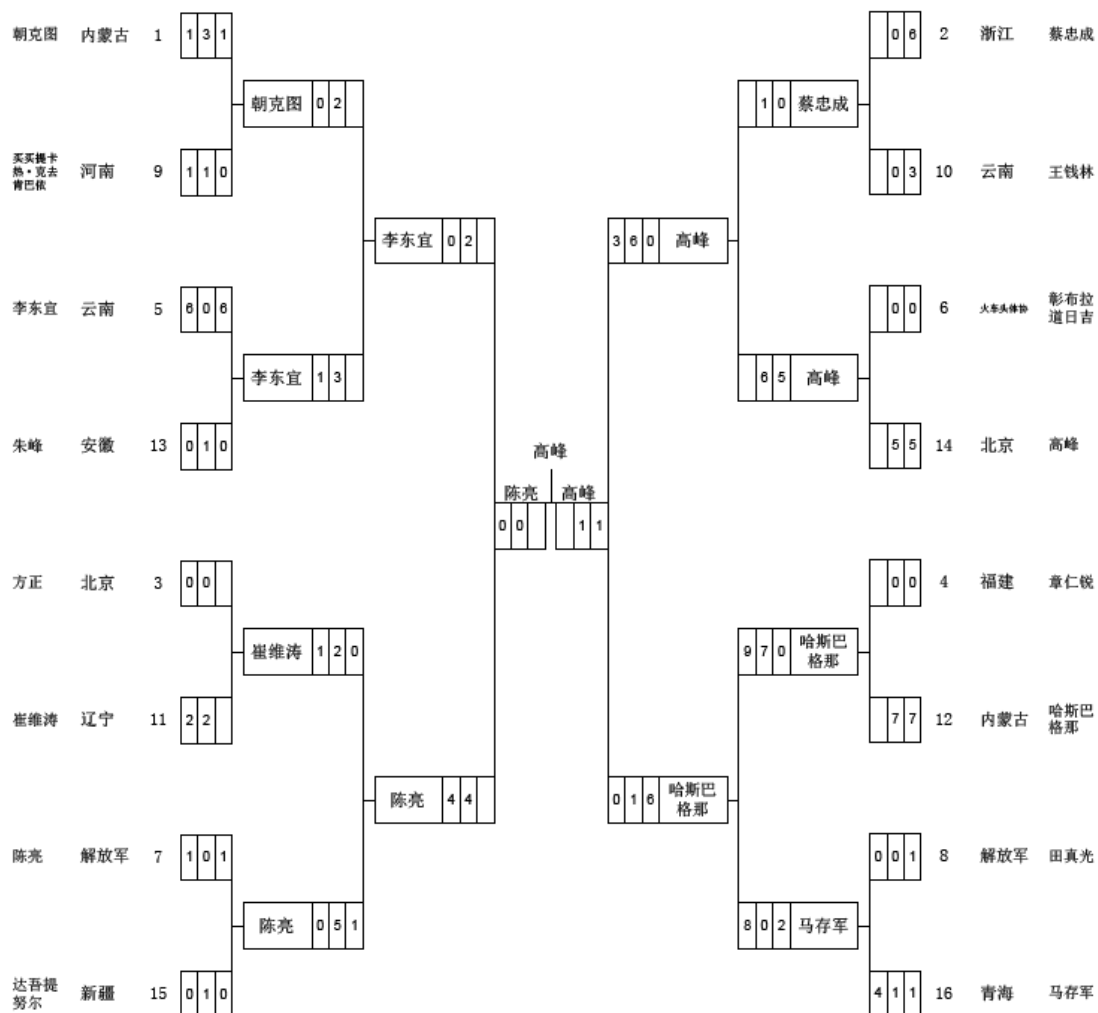
男子自由式第七量級敗部復活賽程表



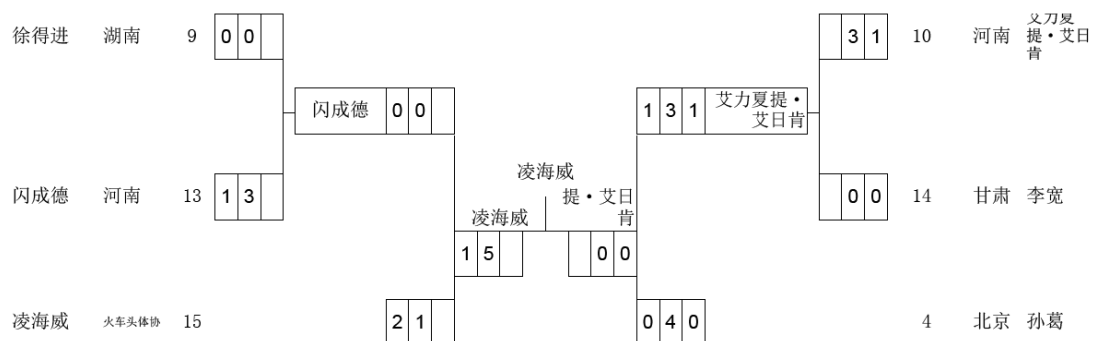
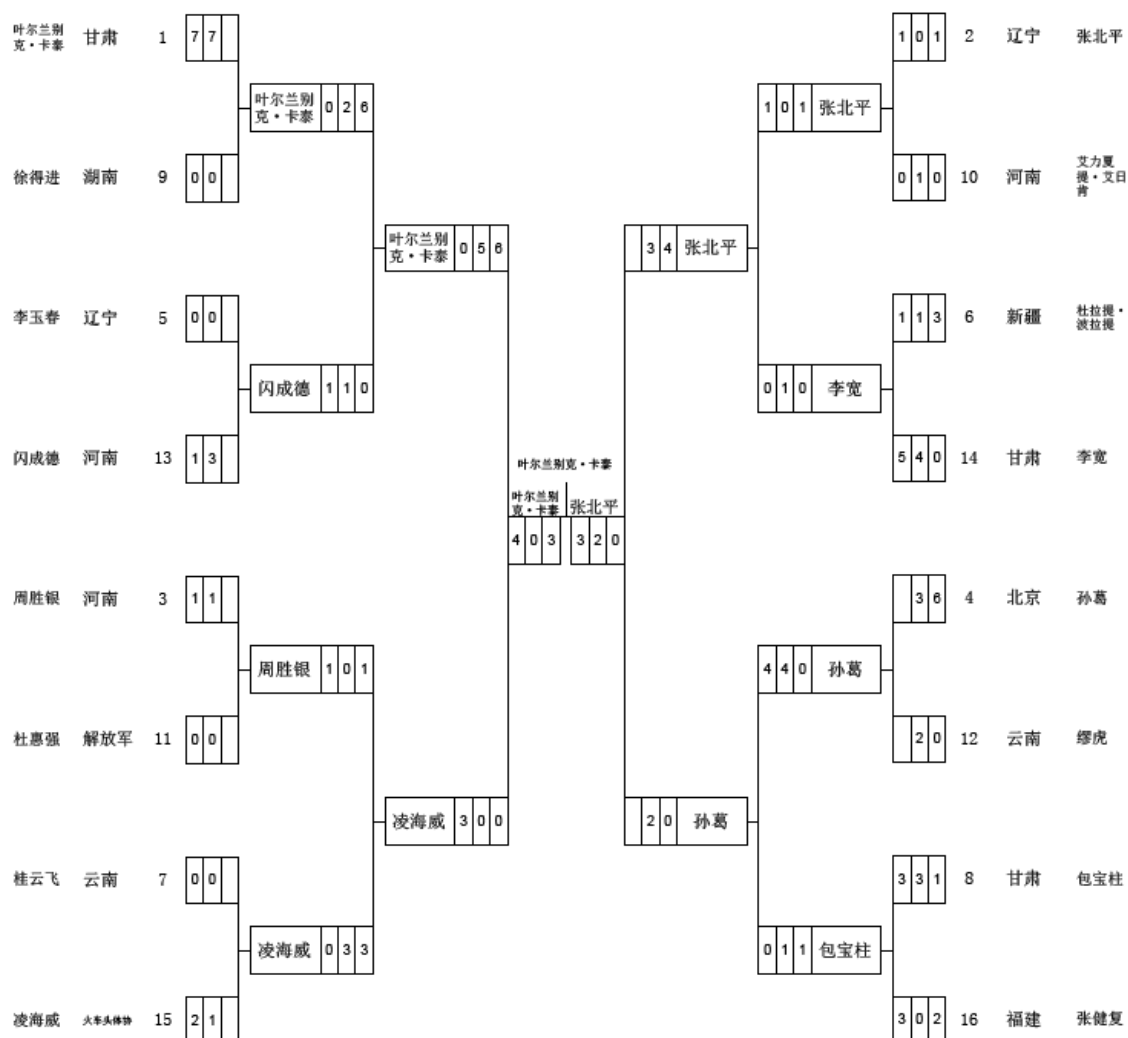
附錄十五、2013年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式第一量級賽程表



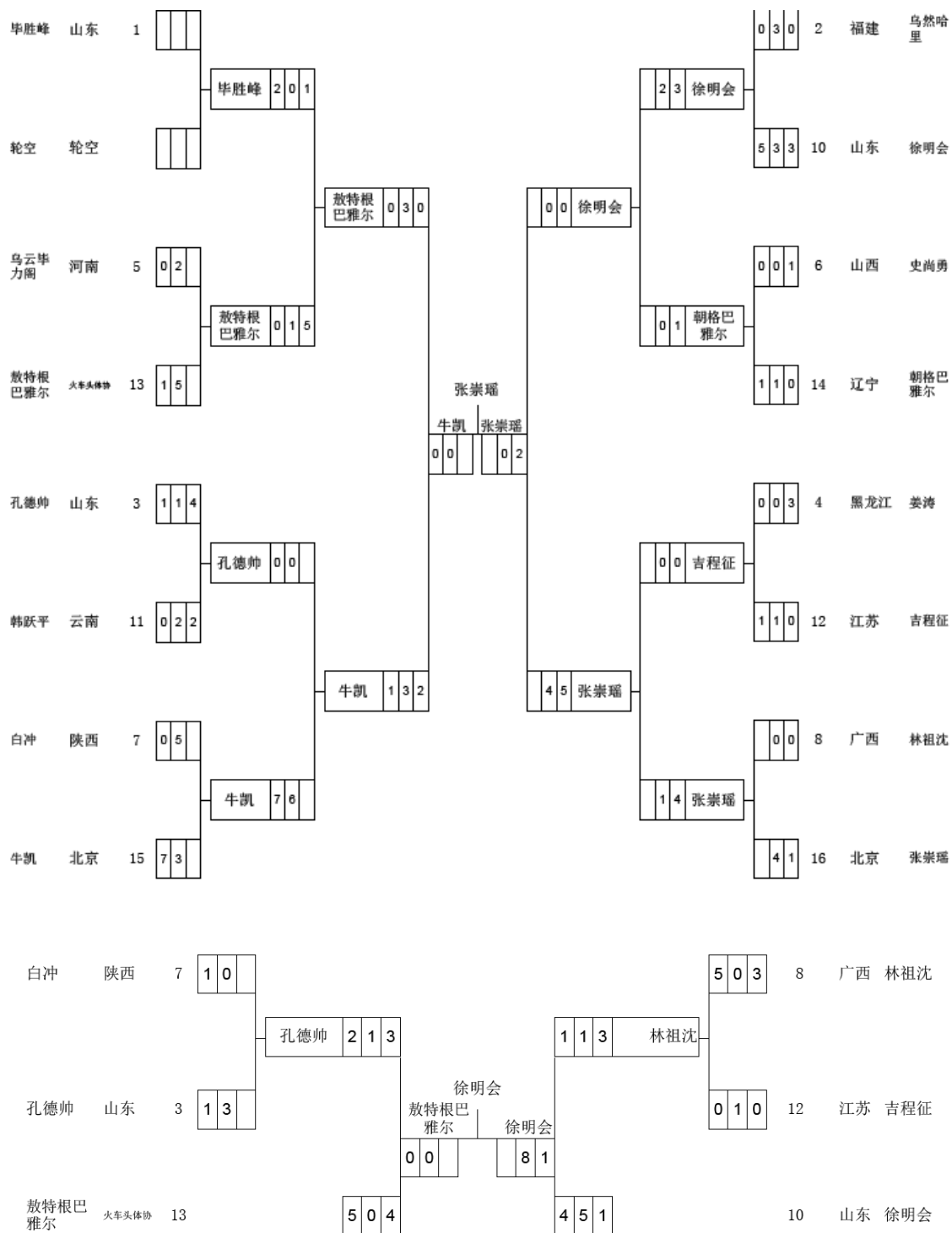
附錄十六、2013年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式第二量級賽程表



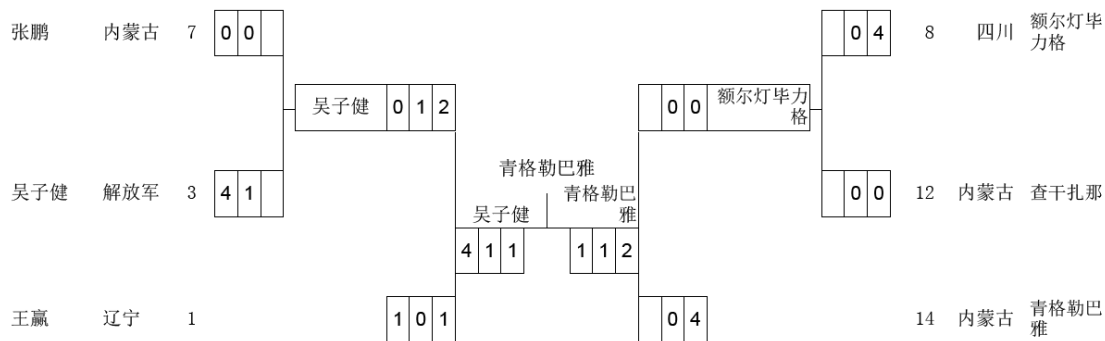
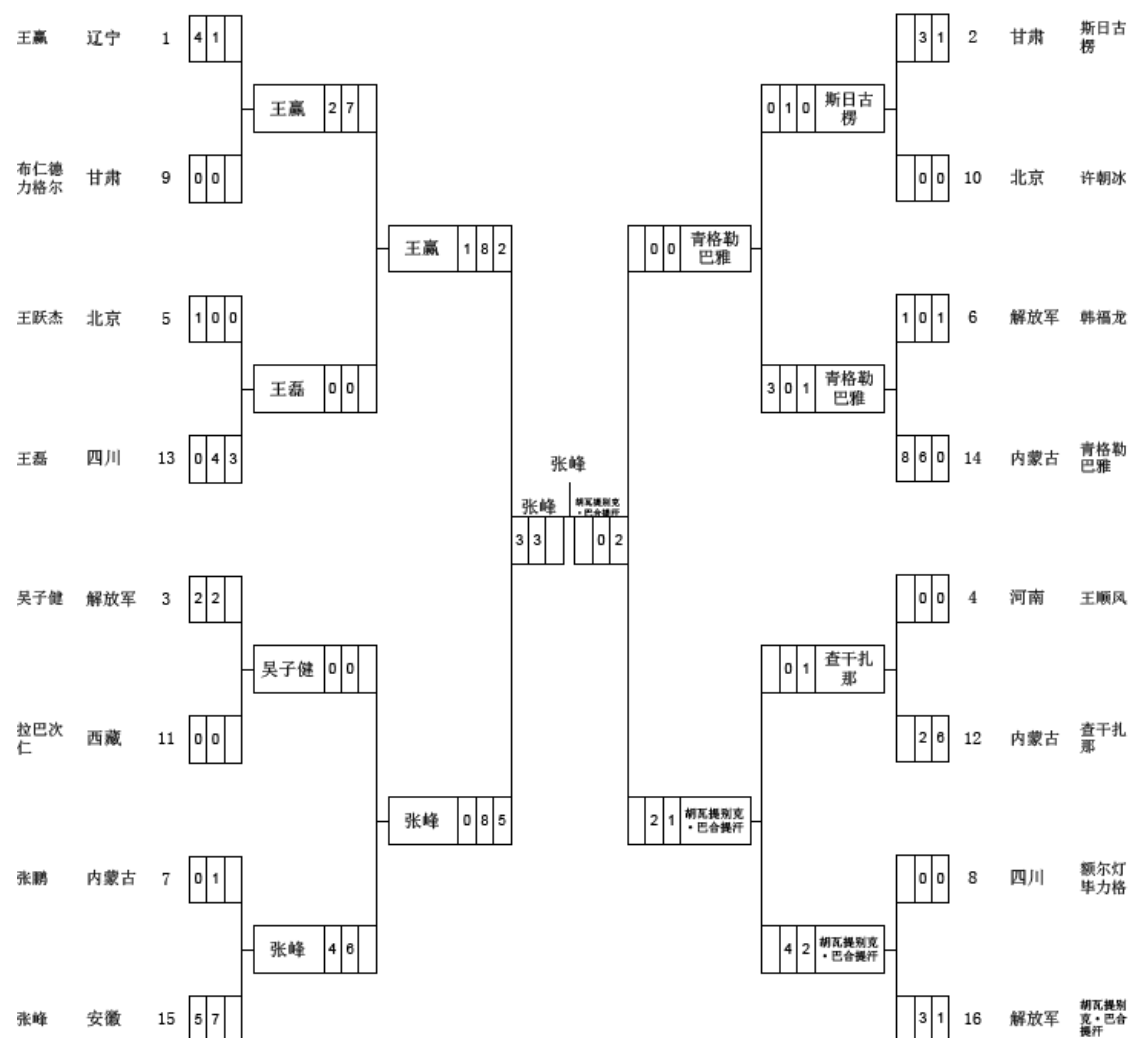
附錄十七、2013年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式第三量級賽程表



附錄十八、2013年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式第四量級賽程表



附錄十九、2013年中華人民共和國第十二屆運動會角力項目
男子自由式第五量級賽程表



附錄二十一、2013年中華人民共和國第十二屆運動會角力
項目男子自由式第七量級賽程表

