

從 2010 亞運會成績思索未來 奧亞運之台灣競技運動得牌方向

吳昇光、吳聰義
國立臺灣體育學院

在 2010 年廣州亞運會中，中華台北雖然獲得不錯的成績，但望眼 2012 年的倫敦奧運會，則會讓人聯想，台灣在下一屆奧運會會得幾塊金牌或獎牌？主要得牌項目與方向為何？這樣的問題，也值得國內幾所專業體育運動學校深入思索，競技運動的實力是建立在主要國際賽會中能獲得獎牌，而台灣及我們學校到底有多少這樣的項目與優秀選手？這個重要的問題相對的也會影響台灣競技運動資源的分配與整體的發展規畫。

壹、亞洲主要國家的成績分析與優勢

分析本屆廣州亞運會的成績，明顯得知中國大陸已是亞洲獨居領先的國家，大多的運動項目皆有世界級的選手與成績，無庸至疑的是：中國大陸的競技運動成績已是世界上屬一屬二，藉由舉辦 2008 年的北京奧運及 2010 年的廣州亞運，更讓這個傳統大國覺醒，甚至已遙遙領先亞洲其他國家，幾乎奪得本屆超過 40% 的金牌。思考這個成績的背後，可以發現幾個有趣的現象：第一、以民族主義的國家主權概念來發展競技運動；第二、已用十年以上的時間積極準備比賽規畫及選手長期訓練；第三、經濟實力明顯變好，運動員福利的改善與獎勵的提高；第四、整體競技運動的發展與推廣，不再只注重少數運動項目；第五、中國人吃苦耐勞的特性；第六、重視運動科學的介入與長期投入。

當分析第二集團的優勢國家，本屆得金牌超過三十面以上的國家，韓國則有相當不錯的表現，本屆賽事以大幅度的優勢領先日本，已明顯成為亞洲國家中僅次於中國的競技運動強國。但分析中國、韓國、日本這三個主要領先國家中，可發現到一個重要的趨勢，這三個國家中整體的運動項目皆有不錯的成績，在其中更有幾項成績特別突出；例如：韓國在球類運動（特別是保齡球、高爾夫球）、射擊、射箭、跆拳道、柔道、自由車等項目在亞洲國家中排名第一或第二，日本則是在柔道、游泳、球類運動（特別是足球）等項目上取得優勢，但明顯可看出日本在競技運動上的退步。但若依總獎牌數的多寡，韓國與日本的差距就明顯減少。若整體觀察及比

較亞洲 45 個國家的競技水準及亞奧運成績，看來短期內亞洲三強的地位將不容易受到動搖或挑戰。

另外在分析獲得金牌超過十面以上的國家，也明顯看到伊朗(Iran)、哈薩克(Kazakhstan)、印度、中華台北、烏茲別克(Uzbekistan)、泰國隸屬於此層級，其中值得一提的是，位在中東地區的大國伊朗，是這個層級中獲得最多金牌的國家（20 面），特別的是：伊朗在多種技擊運動項目中有不錯的成績表現，也是最有可能在往後威脅日本第三名地位的國家。哈薩克則是西亞區域的大國，人種比較起東亞國家而言，較為高大與結實，在技擊運動及田徑有不錯的表現。印度則是亞洲區域中掘起最快與進步最多的國家，這個具有悠久歷史的文明古國，擁有全世界第二大的人口數國家，特別在 2010 年 10 月舉辦大英國協運動會後，選手經過國際大賽的洗禮，在本屆比賽中田徑與卡巴迪項目有優異的表現，再加上印度近年來的經濟大幅成長，國家若重視體育運動的發展，相信再往後幾年必能成為亞洲國家中的競技運動強國之一。台灣的中華台北健兒在此次比賽中有優異的表現，明顯的在網球、軟式網球及滑輪溜冰上有特別不錯的成績，獲得近幾屆亞運會中最多的 13 面金牌；台灣是上述國家中國土最小的國家，但能有這樣的成績表現，值得特別肯定。而烏茲別克這個大家比較陌生的國家，加入國際運動組織不到 20 年，但也是西亞區域國土甚大的國家，人種與哈薩克較為接近也是較高大與結實，在技擊運動及田徑有不錯的表現，應該注意的是：烏茲別克在本屆贏得 22 面銀牌（大多集中在技擊項目與田徑），未來若再進步，將有極大可能性挑戰進入亞洲五強。而泰國則是成績表現最好的東南亞國家，這個東南亞大國在帆船及藤球項目有不錯的成績，但近年來其成績似乎有退步的趨勢，與東亞三強的差距越來越大。

從第三層級的六個國家（伊朗、哈薩克、印度、台灣、烏茲別克、泰國）其成績表現，可看出它們最重要的發展趨勢，就是有兩三項運動為其主要強項，讓該國能取得優秀成績，但在整體運動的發展仍與亞洲前三強（中國大陸、韓國、日本）的實力尚有一段很大差距。而其中則以伊朗、哈薩克的進步潛力可能會較大，未來十年積極發展與增強實力較有可能威脅日本爭取亞洲第三。而台灣在人口、土地、資源的限制下，仍能取得亞洲排名第七的成績，應給予體委會、國家訓練中心、專業體育運動學校、選手及教練等最大的敬意，了解他們平日辛苦訓練與為國爭光的決心，努力爭取優異成績的表現，值得高度肯定。

第四層級的國家為取得三面金牌以上的國家，依次包括馬來西亞、香港、朝鮮、沙烏地阿拉伯、巴林、印尼、新加坡、科威特、菲律賓、巴基斯坦等十國，而這些國家將努力往第三層級的目標努力，換句話說積極爭

取擠進亞洲十強的國家。在這其中以香港的進步最為明顯，在國土甚小的情況下依然能夠贏得八面金牌，值得注意其在本屆賽會的成功。

而所有 45 個參賽國家中，共有 36 個國家獲得獎牌，其中有 29 個國家至少獲得一面金牌。但也有九個國家未贏得任何獎牌，其中幾個主要原因是：國家較小、國民人口數少，亦或是國家經濟水準較不高、運動訓練環境與科學較弱、整體競技運動實力與制度仍有待加強、或未有重點運動強項等因素。

若更進一步分析此屆男女選手得牌屬性（見表一），可發現中國在女子選手獲得全部金牌數的 55%，但中國在男子選手獲得金牌的比例則只有 30%，若仔細了解亞洲國家的男女競技選手屬性及國家重視女子選手之發展情況，可以知道亞洲國家中（特別在中東國家）其女子參與競技運動的比例明顯較低，從伊朗得金牌與獎牌的情況可以看出此現象。但在東亞及東南亞的國家，已明顯看出女子選手參與競技運動的能力與實力，在參賽及獲得獎牌的比例上明顯高於中東國家之情況，而這其中尤以中國大陸女子選手奪得多數金牌佔有最大優勢。未來若中東國家開始重視女子選手參與訓練與比賽，並加以紮根發展十年以上，相信在亞洲國家中男女選手獲獎比例上，將可能有所改變。

表一、2010 亞運會前三層級之國家其獲得金牌數及獎牌數分佈

排名及國家	層級	金牌數				獎牌數			
		全部	男子	女子	混合	全部	男子	女子	混合
1 中國大陸	一	199	74	113	12	416	178	221	17
2 韓國	二	76	44	27	5	232	119	93	20
3 日本	二	48	25	20	3	216	111	90	15
4 伊朗	三	20	19	1	0	59	45	14	0
5 哈薩克	三	18	8	10	0	79	41	20	3
6 印度	三	14	9	5	0	64	41	20	3
7 台灣	三	13	7	5	1	67	29	33	5
8 烏茲別克	三	11	9	2	0	56	37	19	0
9 泰國	三	11	4	5	2	52	16	32	4
本屆全部總獎牌數		477	246	206	25	1577	819	679	79

註：國家排名依該國金牌數總數牌名

(本表資料來源主要整理自廣州亞運動會官方網站 <http://www.gz2010.cn/>)

貳、認清我國運動強項特質與積極發展

在思考我國在國際綜合運動賽事的得牌希望，我們需要更多客觀的依據判斷，以利台灣在國際賽會中被認定為小國當中依然有不錯的競技實力。台灣連續兩屆在亞運會中軟式網球及網球的成績令人驚喜，但下一屆的優勢是否依然存在，則可能令人質疑？但筆者認為仍會有一定的競技運動成績，至少優勢與實力不會在很短的時間消失。雖然台灣在本屆亞運會中得到不少獎牌，但過去幾項經常得牌的亞奧運項目中（射箭、桌球、舉重），則未有令人滿意的成績。但綜觀又是亞運及奧運項目中，台灣真正獲得的獎牌數將更大幅減少，終究只剩下網球、自由車、跆拳道這三種項目獲得亞運金牌又被列入奧運項目之中，其他得牌項目中也僅剩下幾個項目及少數幾位選手能在世界的舞臺中加以競爭，諸如：羽球、柔道等項目，所以台灣在奧運會中較有機會奪牌項目，依然要思考為不受體型限制或有體重分級項目（如：跆拳道、舉重、柔道等）、瞄準性運動項目（如：射箭、射擊項目）、高度手眼協調與反應之運動項目（如：網球、桌球、羽球等），及其他少數有條件優勢與實力之選手（例如：田徑男子鉛球、男子四百公尺接力，自由車女子場地賽及公路賽，游泳女子混合式等項目），但奪牌機會並不高。台灣在傳統金庫的三大運動：田徑、游泳、體操依然離世界水平仍有一大段距離，因此台灣未來若想在亞運會中突破現有成績，勢必要

在這三項運動中選拔適當人才與選擇重點項目，之後予與長期的培訓與安排比賽。

而台灣觀眾人口最多的兩大球類運動：棒球及籃球，在亞洲的賽事中，我們的棒球依然屬於前三名的水平，但在奧運會場上則會見不到棒球比賽。而我國籃球的國際成績卻每況愈下，男子隊連亞洲八強都快打不進去，這樣的警訊實在要思考國家及社會體制對於團隊項目運動員的生涯規畫，再加上部分亞洲國家的覺醒（特別是中東及西亞國家），開始重視幾項競技運動成績，並佔有體型上的優勢，我們的籃球選手要打贏優秀西亞及中東國家就越來越覺得困難，而這樣的困境只會越來越嚴重。因此台灣針對此問題急需有一套系統性的規畫，以免讓全民運動盛行的籃球，在國際有弱不禁風的表現與成績。

我們仍需務實了解我國與世界運動強國在人種及資源上的差異，我國在有體重分級項目中，特別是跆拳道、舉重、柔道等項目仍可取得一定的國際成績，其中又以較輕量級的項目可能有更高的機會。準確及封閉性運動項目（如：射箭、射擊）在具備優異基本動作、技術穩定及實戰經驗增加下，臨場心理素質與情境判斷就會主導運動最佳表現。高度手眼協調與反應之運動項目（如：網球、桌球、羽球等），東亞國家一直在桌球與羽球有極佳的國際成績，只要能在亞洲得牌在國際得牌的機會將大增，而西方國家極為重視的網球，也一直強調選手的單打成績，我國若能積極重視雙打訓練與成績，那我們在奧運會中贏得獎牌的可能性將增高。

若比較我國亞運會得獎項目同時也是奧運會之競賽項目，我國則在 2010 廣州亞運會中有六金、五銀、十五銅，當然我國有幾個項目有得牌機會但最後僅以第四名作收，或是因為抽籤運氣的問題，而在八強賽中輪掉未取得正式獎牌名次，較為可惜。但整體評估世界實力下來，我國本屆的六金、五銀、十五銅之中，最後僅剩男女跆拳道的量級、柔道少數量級、網球的女雙與混雙、羽球雙打或混雙、射箭、女子舉重、較有可能在奧運會上得牌或是進到前八名，桌球與女子自由車項目則可能有機會一拼進到最後八強，至於田徑鉛球、田徑四百接力、體操、游泳、划船、射擊等項目則力拼進軍奧運門票的機會。所以藉由這些競賽成績與客觀的標準（諸如：世界排名、多場國際比賽的得獎情形等），將可讓我國選手在往後兩年的積極備戰中，知道奧運的目標以強化自己的實力，我國若想在奧運會中爭取優異成績，似乎要將必要的資源花在這些極具競爭力的選手上，讓他們無後顧之憂的訓練與比賽，如此將有更高的機會培養出亞奧運得牌層級的菁英選手。

另外一種思維可供大家思考，若將我國較有機會的項目（射箭、羽球、

柔道、射擊、桌球、跆拳道、網球、舉重) 其獎牌數加總，合計將產生 70 塊金牌、210 塊獎牌，這些皆非團體運動項目，我們若能在這些項目中挑選出具競爭性的奪牌選手約 30 位，好好規畫其訓練相關資源與積極培養，每位菁英優秀選手每年約使用平均四百萬元（建議依實力約安排在三百到五百萬元之間），那體委會使用額外撥出的兩年兩億四千萬元預算，相信其中約有五到十位選手有得牌的可能，這樣的競技運動成本效應相信會在奧運會中出現實質的成績。只不過要做這樣的安排，執政的體委會官員勢必要有很大的勇氣與決心，因為他們會擔心屆時若在奧運會場上未拿得滿意的成績（例如：至少一塊奧運金牌或三塊奧運獎牌以上），極有可能被朝野政府與民眾強力批評。然而，我國選手若能在奧運會拿到優異成績，花額外三億元以下經費所得到的成效可說是很便宜，因為其對國家民族的振奮與培育優秀運動人才，是無法直接用金錢衡量的。不幸的是，在運動競技場上經常是成敗論英雄，有要上述建議的如此作法，需要在有為及有膽量政府官員支持下，方能施行；倘若真的實施，我國單項運動教練與選手一定要積極努力來達成其目標，為自己與國家的榮譽而戰。若我國政府能再加上對於奧運會得牌項目選手有適當的生涯規畫及工作保障，相信更能增強優秀選手在奧運會中為國拼戰的決心，全國國民也會共同為這些選手加油鼓勵。

表二、2012 年倫敦奧運會競賽項目及獎牌數與我國參與 2010 亞運會之成績特性

項目	金牌數	單項	預估參賽人數	我國 2010 亞運會成績	我國參賽人數
射箭	4	男女個人 男女團隊	共 128	男子個人銅牌 男女團體第四	男女各 4 人 共 8 人
田徑	47	男女田賽、 徑賽項目	男 1200 女 800	男子 400 接力銀牌、 鉛球銅牌	男 14 女 3 共 17 人
羽球	5	男單、女單、 男雙、女雙、 混雙	男女各 86 共 172	混雙銅牌	男女各 10 人 共 20 人
籃球	2	男女團體	男女各 144 共 288	女子第四名	男女各 12 人 共 24 人
沙灘 排球	2	男子、女子	共 96	未得牌	女子 2 人
拳擊	13	男子 10 量級、 女子 3 量級	男 250 女 36 共 286	未得牌	男 3 女 2 共 5 人
輕艇 ^{註1}	16	4 面激流、 12 面競速	共 328	未得牌	男 3 女 2 共 5 人
自由車 ^{註2}	18	男女越野、 登山、公路、場地	共 500	女子一金一銅	男 7 女 4 共 11 人
跳水	8	男女單人、 雙人	136	無參賽	0
馬術 ^{註3}	6	馬場馬術、 馬術三日賽、障礙 超越	200	未得牌	男 2 女 6 共 8 人
擊劍	10	男女個人、 團體	212	未得牌	男 0 女 4 共 4 人
足球	2	男女團體	504	無參賽	0
體操 ^{註4}	18	競技體操 14 面、 韻律體操 2 面、 彈翻床 2 面	324	男子吊環銅牌 男子鞍馬銅牌	男 6 女 0 共 6 人
手球	2	男女團體	男女各 168 共 336	未得牌	女 16 共 16 人
曲棍球	2	男女團體	共 384	無參賽	0
柔道	14	男女各七量級	共 386	女子一銀一銅 男子一銅	男 1 女 3 共 4 人

現代五項划船	2	男女個人	男女各 36 共 72	無參賽	0
帆船	14	男女單人、 雙人、四人	共 550	男子單人銀牌	男 3 女 2 共 5 人
射擊	10	男女單人、 團體	共 380	無參賽	0
游泳	15	男女個人、 團體	共 330	未得牌	男 6 女 7 共 13 人
水中芭蕾	34	男女個人、 接力	共 850	女子混合 400 銅牌	男 4 女 3 共 7 人
桌球	2	女子雙人、 女子團隊	女子 104	無參賽	0
跆拳道	4	男女單打、 團體	男女各 86 共 172	未得牌	男 5 女 5 共 10 人
跆拳道	8	男女各四量級	共 128	男女各一金 男二銅、 女一銅	男 6 女 6 共 12 人
網球	5	男單、女單、男男女各 雙、女雙、混雙	86 共 172	男團、女雙、混 雙金牌、女團、 女雙銀牌、男雙 銅牌	男 6 女 5 共 11 人
三項鐵人	2	男女個人	男女各 55 共 110	無參賽	0
排球	2	男女團隊	男女各 144 共 288	未得牌	男 12 女 12 共 24 人
水球	2	男女團隊	共 260	無參賽	0
舉重	15	男女個人	男 170 女 90 共 260	女子兩面銅牌	男 4 女 6 共 10 人
角力	18	男女個人	共 344	無參賽	0

註 1：含輕艇激流與輕艇競速

註 2：含場地自由車、公路自由車、登山車、小輪車

註 3：含馬場馬術、馬術三日賽、障礙超越

註 4：含競技體操、韻律體操、彈翻床

(本表資料來源：奧運會主要整理自 2012 年倫敦奧運會官方網站之每種舉辦運動項目 <http://www.london2012.com/games/olympic-sports/index.php>，亞運會我國成績資料主要整理自 2010 年廣州亞運動會官方網站 <http://www.gz2010.cn/>)

參、建議與展望

當每四年一屆的奧運會舉辦時，吸引著當時的全世界目光，台灣雖從 2004 年雅典奧運會獲得歷史上的第一塊金牌，並在當屆奧運會中贏得二金一銀二銅的歷史佳績，自此之後台灣在跆拳道、射箭、舉重等項目就成為主要奧運奪牌重點項目，棒球、桌球、羽球、網球、壘球等項目雖有奪牌機會，但總是臨門一腳，甚為可惜，多位選手在近兩屆奧運會中經常於五到八名的名次中打轉。隨著棒球、壘球這兩項台灣重點項目被排除在奧運競賽中，我國急需將競技運動的資源做重新的規畫與調整，特別是我國網球、羽球選手在近兩年來國際的競技成績與世界排名明顯進步，再加上跆拳道、射箭、桌球等項目中也有幾位年輕優秀選手竄出頭，這批有國際成績的選手若適當規畫與長期培養，除了能在 2012 年英國倫敦奧運會為國爭光外，多數選手應有極大的機會為國拼戰到 2016 年的巴西里約奧運會，我們也相信這群優秀選手中有許多位具備奪得奧運獎牌的實力，而這正是現今國際競技運動中要奪取最佳成績需要國家長期有計畫培養的傑出運動員。儘管在 2012 年奧運會競技項目中沒有高爾夫球項目，但 2016 年則已將此項目公告列入里約奧運會的 28 種正式比賽項目之中，我國最近有極優異表現的曾雅妮，這個世界第一的台灣之光，相信屆時極有機會為我國贏得近代奧運會中高爾夫球比賽（有男子及女子組項目）的第一面獎牌，甚至有可能贏得金牌；所以國家在重視國際競技運動成績上，更應有長期的規畫與實質作法。

而國家在長期培養專業運動選手外，並需要有優秀教練群、運動科學團隊、運動醫學服務團隊、良好後勤支源與協助、完善的運動員教育體制與生涯規畫、適當的國家競技運動政策等的整體配合，朝野一致的為獲得奧運奪牌成績而努力；當台灣在過去二十年成為世界小國中的經濟奇蹟，國民也期望我國能有卓越競技成果，為此而感到驕傲，相信我們體育界的團結與努力，台灣絕對有實力與能力成為世界競技運動中的另一個奇蹟。

本屆亞運會中，中國大陸的競技運動已明顯躍居龍頭，已拉開與韓國和日本的差距。韓國這個國土約為台灣三倍大、人口大約五千萬的國家，但卻能奪得 76 面金牌，跟其民族性與國家重視競技運動及運動員福利也有極大相關。日本國土為台灣十倍大、人口比台灣多出一億，但此次亞運會的成績遠低於預期，只獲得 48 面金牌，也是第一次在亞運會中輸給韓國那麼多面金牌，這個差距令人感到意外，但是誰敢說日本不會在 2012 年倫敦奧運會的成績再壓倒韓國？而日韓間長期在國際競技場上的競爭也已成爲雙方進步的一種刺激，在韓國運動員的傳統精神裏，我們可以戰死在沙場，

但也絕對不可以在比賽中輸給日本人跟日本隊，或許這樣的精神造就韓國人凡事都要贏的國家性格。若思考現今奧運三大核心價值：傑出(excellence)、友誼(friendship)、尊敬(respect)，那韓國隊的作法與風格就值得我們多加思考？因為競技運動的目的不單單只是贏，奧運精神(Olympism)它應該有更高的存在價值與意義。

展望未來台灣競技運動的方向，我們需要更多系統性的發展，思索我們人種與文化的優劣勢，建立可行的具體成效來強化我國的運動人才與體系制度，期望能在每屆的奧運會上能見到我們為國爭光的金牌選手，淚光閃閃的在頒獎台上升上會旗的那一刻（當然更希望有一天是升起國旗），這就是我們所期待的最高競技運動的成就與全民共享的榮耀。

主要聯絡者：吳昇光
聯絡電話：0931-150368 E-mail：skwuu@ntcpe.com.tw