

# 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 **奧運** 來源 **麗台運動報** 日期 **93.6.14** 版面 **十六版**

《奧運項目介紹》

## 跆拳道

# 中華武藝大融合

雪梨奧運成正式項目  
1957年確立名稱及比賽規則

結合中國武術、日本空手道及韓國花郎道

希望。圖/本報資料照  
年雅典奧運我國奪牌的  
純熟、經驗豐富，是今  
→黃志雄(右)技術



記者 莊順發 / 綜合報導

跆拳道起源於1500年前的韓國民間武術，它是由韓國的花郎道、中國的武術、日本的空手道融彙而成；西元688年新羅王國統一韓國，跆拳道開始得到大力推廣。二次世界大戰後，跆拳道逐漸在各國發展，1957年跆拳道名稱與比賽方式確立；2000年雪梨奧運正式將跆拳道列為正式比賽項目。

跆拳道原名「跆拳道」、「手搏戲」、「花郎道」，最早出現於一千五百年前的新羅國，新羅國王為抵禦外強，招募愛國青年組成一支民軍，而他們所練習的武術被稱為「花郎道」，隨後經歷千年洗禮和錘煉，最後演變成跆拳道。

### 1957年正名為跆拳道

跆拳道雖然到了1957年才正名，但這項活動卻已流傳1500年左右，朝鮮半島一些皇家陵墓中出土的壁畫，都有描繪武士徒手搏擊的圖案；大約距今800年前朝鮮半島出現一種稱作手腳搏擊的運動，當時是被作為觀賞用。20世紀跆拳道日漸式微，特別是日本開始統治後，有意排除韓國文化，所幸在二次世界大戰後，又開始復興。

20世紀50年代，韓國開始興起一股武術熱，一群文化領導人開始研商，將幾項手腳並用的技巧運動予以融合，發明了一種手與腳的運動，並在1957年正式將其命名為跆拳道。60年代南韓士兵與警察都必須修習跆拳道，這風氣也很快傳到世界各國；台灣警察學校也有跆拳道的課程。

### 禮儀重於一切

跆拳道的基本哲學思想是修身養性，道德擺第一，運動技巧放第二；因此比賽時對於禮儀的重視更甚一切。比賽前兩方選手頭部、身體都必須按規定角度彎下優雅的向對方鞠躬；另外也嚴格要求選手要佩戴護具，以保護安全。

### 攻擊合理範圍方可得分

跆拳道比賽是兩名選手以腳踢對手的頭、身體或以拳擊對方身體而取分的比賽項目；比賽分3回合，男子組每回合3分鐘，女子組每回合2分鐘，回合間有1分鐘休息。比賽除一名主審外，還有3名給分裁判；其中必須有2名裁判都按得分，選手攻擊才能獲得分數，最終得分高者取得勝利。

比賽場地是長、寬12公尺的正方形區域，同時可鋪設高出地面50-60釐米的軟墊，為安全起見，場地外兩側平台的側面略向地面傾斜。選手上場時身上、頭部都必須穿上護具，道服內腹股溝、前臂、脛骨也建議佩戴護具，同時使用護齒。

選手進攻必須合理的攻擊才算得分，所謂合理攻擊就是，以拳的正面、踝關節以下部位，進攻對手腕骨以上、鎖骨以下被護具所保護的軀幹部位，以及以兩耳為基準的頭部和頸部前面部分。3回合結束若雙方分數相同，一般以比賽中的主動性做為勝負判斷，但如果是冠軍戰，則進行驟死賽，先得分者即獲勝。

今年雅典奧運設男、女各4個量級比賽，男子

組58公斤以下級、58-68公斤級、68-80公斤級、80公斤以上級；女子49公斤以下級、49-57公斤級、57-67公斤級、67公斤以上級。比賽採單敗淘汰制，每個國家、地區最多能參加男、女各2個量級比賽，每個量級只能有一名選手。

比賽將從8月26日起，在可容納8000觀眾的 the Faliro Coastal Zone Olympic Complex-Sports Pavilion 進行；每天進行男、女各一個量級比賽，每個量級設16支籤，共有128名選手將爭奪8面金牌。

我國在2000年雪梨奧運分別由黃志雄、紀淑如摘下銅牌，今年黃志雄再度取得參賽資格，不過他從男子第一量級(58kg以下)轉戰第二量級(58-68kg)，第一量級則由朱木炎代表出賽。女子組紀淑如在第二量級將尋求更上層樓，目標只有金牌；陳詩欣則是在女子第一量級避開了大陸及南韓選手，也有機會為我國摘下獎牌。

明日預告 游泳項目



ATHENS 2004 60天

跆拳道主要得分方式是專各種腳部技巧攻擊。圖/路透社

