

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 跆拳道 來源 民生報 日期 761016 版面 三版



世界跆拳道賽省思①

強化選手體能和技術

本報記者 劉復基

中華跆拳道隊昨天凱旋返國，他們雖然在本屆世界跆拳道錦標賽贏得二金、三銀、三銅牌的輝煌戰績，但是在五天比賽中，中華隊教練及選手在臨場表現上仍有許多值得注意的地方，距離一九八八年漢城奧運跆拳道賽只剩下不到一年的時間，如何強化訓練將是刻不容緩的問題。

中華男、女兩隊在本屆比賽中，呈現女比男強的現象，女子隊選手驍勇善戰，令與賽各隊望而生畏，但是在歐洲跆拳道運動水準逐年提升的情形下，中華隊如果不再在技術及體能自我突破，明年奧運可能不會有這次的豐碩戰果。

中華男子隊在最近幾年的國際比賽中，水準一年不如一年，韓國隊早已不把中華隊看在眼中，歐洲新崛起的土耳其、西班牙、西德，以及美國、象牙海岸等強國，也都具備重創中華隊的實力，中華隊如果再陶醉昔日的風光歲月，世界跆拳道壇上中華隊將無立足之地。

中華女子隊選手在幾個量級比賽中，技術仍具備世界一流的水準，但是因為大會牽就電腦計分，比賽時間增加三分鐘後，部分選手則

有體力不濟的現象。

中華隊總教練陳備指出，女子比賽選就事實每回合增加一分鐘比賽，這次已是第二次了，這種情況在男、女場地混合使用及採用電腦計分的情形下，以後比賽還可能繼續存在。

中華隊女選手的體能訓練，如果無法應付每回合三分鐘的比賽，在奧運比賽如果情況依舊如此，體力不濟將成為中華隊的致命傷。中華隊男選手目前普遍存在怯場與緊張的現象，所以在比賽中手腳僵硬，技術施展不開，甚至有違規攻擊與滿場逃竄的情形發生，讓場外教練看得痛心。

至於體力不濟也是男選手存在的弊病之一，中華隊部分選手第一回合還可與對手抗衡，但是第二回合就只剩下防禦之力，第三回合則任人宰割。

目前在約旦任教的我國跆拳道教練陳秋華指出，中華男、女兩隊體能訓練及技術層次的提升，是未來一年中華隊強化訓練的重點，選手、教練必須全力配合，才有希望在奧運比賽為國爭光。

