

跆拳道學刊 第2期



照片提供：蔡明志



台灣跆拳道運動學會  
Taiwan Taekwondo Sport Society



9 789869 082303

ISBN 978-986-90823-0-3

立案證號：台內社字第1010319211

學會網址：www.ttss.tw

# 跆拳道學刊 第2期

2015.11.30

## Journal of Taekwondo Sports Vol 2

台灣跆拳道運動學會編印

 台灣跆拳道運動學會 編印  
Taiwan Taekwondo Sport Society

## 跆拳道學刊

## 第2期

104年11月出版

## 目錄

## 賀詞

理事長許安進..... I

## 發刊詞

理事長蔡明志..... II

## 主編的話

邱共鈺..... III

## 原創性論文

四週震動訓練對於跆拳道選手敏捷性表現之影響.....1

李昆懿、陳銓澈、陳文彥、陳婉菁

化育奧運跆拳道華人男子第一金-忠武道館營運模式.....11

蘇勝宏、邱共鈺、李建興

不同技能水準的跆拳道選手對滑步旋踢攻擊前線索表現及預期能力之比較研究.....25

曾敬翔、楊復傑、陳宜蓁

跆拳道品勢比賽技術分析-以 103 年大專運動會個人男子組金牌選手為例.....33

呂竺昇、蔡明志

2012年奧運跆拳道女子49公斤級金牌選手攻擊軀幹與頭部動作得分之分析...51

陳偉生、闕月清

台灣奧運金牌教練的美麗與哀愁-以邱共鈺為例.....65

蘇勝宏 邱共鈺 李建興

## 觀點論述性論文

台灣跆拳道選手於奧運比賽週期國際比賽成績分析.....77

黃信捷、蔡明志

## 競賽實務技術報告論文

2015年世界跆拳道錦標賽競技表現分析.....91

莊佳佳

「跆拳道學刊」稿約.....101

「跆拳道學刊」參考文獻撰寫範例.....103

「跆拳道學刊」稿件格式自我檢查表.....111

「跆拳道學刊」著作財產權讓與書·····	113
「跆拳道學刊」編審委員會之組織暨編審細則·····	114
「跆拳道學刊」初審意見表·····	116
「跆拳道學刊」答辯書·····	117
「跆拳道學刊」複審意見表·····	118
跆拳道學刊」第 2 期論文審查委員名單·····	119

**Original research paper**

Effect of Four Weeks Whole-Body-Vibration Training On Agility in Taekwondo Athletes

**Kun-Yi Lee, An-Hsu Chen, Wen-Yen Chen & Wan-Chin Chen.....1**

The Womb of the First Male Chinese Taekwondo Olympic Gold Medal: Successful Factors in Operating Chung Wu Taekwondo Center

**Sheng-Hong Su, Kung-Cheng Chiu & Chien-Shing Lee.....11**

The Comparison of Pre-cue Availability and Anticipation Ability of Slide Round House Kick Among Taekwondo Athletes with Different Skill Levels

**Ching-Hsiang Tseng, Fu-Jie Yang & Yi-Jhen Chen.....25**

Taekwondo Poomsae Technical Analysis: A Case Study of Individual Male Gold Medal in 2014 National Intercollegiate Athletic Games

**Chu-Sheng, Lu & Ming-Chih, Tsia.....33**

Analysis of Body and Head Attack Score for the Female 49kg Taekwondo Gold Medal Winner in the 2012 Olympic Games

**Wie-Seng Tan & Nyit Chin Keh..... 51**

The Sense and Sorrow of Coaching Experiences from an Elite Olympic Taekwondo Coach and Gold Metal Creator- Kung-Cheng Chiu as an Example

**Sheng-Hong Su, Kung-Cheng Chiu & Chien-Shing Lee.....65**

**Point of view**

Taiwanese Taekwondo Athlete Olympic Cycles International Competition Performance Analysis

**Hsing-Chieh Huang & Ming-Chih Tsai.....77**

**Comments or Case report**

The Analysis of World Taekwondo Championship's Performance in 2015

**Chia-Chia, Chuang.....91**

## 培育奧運金牌之跆拳道教練的美麗與哀愁

### —以邱共鈺為例

蘇勝宏<sup>1</sup> 邱共鈺<sup>2</sup> 李建興<sup>3</sup>

<sup>1</sup>中壢國中 <sup>2</sup>平鎮高中 <sup>3</sup>國立臺灣師範大學

#### 摘要

邱共鈺教練戰績輝煌，培育諸多國家代表隊選手，獲得各界肯定。其中以華人男子首面跆拳道奧運金牌之朱木炎選手的訓練成功經驗，更令人激賞。本研究目的在整理其跆拳道場上發光發熱的緣由與事跡，並探討其臺灣國家隊教練的難為之處。研究方法首先以文獻分析法彙集個案參與跆拳道之相關資料、部落格、臉書社群、報導、研究，進行統合整理。次以深入訪談法一對一深入訪談方式，瞭解個案教練的成長背景與擔任國家隊教練訓練過程之成就與感傷。研究發現：個案教練在學期間為傑出跆拳道優秀選手，大學畢業後仍不斷自我充實、學習，多年來擔任基層與國家隊教練，嶄露優異訓練成績。革命創新的訓練與戰術，協助國家獲得奧運金牌，引領世界跆拳道技術風潮。然而，國家教練不合理待遇、人選公平性、不確定的未來、學制排序、工作與家庭之角色衝突，造成其美麗的哀愁。

**關鍵詞：**運動員、角色衝突、競技運動

---

通訊作者：李建興

電話 02-77346829

電子郵件 tomlee@ntnu.edu.tw

## 壹、緒論

臺灣跆拳道運動競技成績優異，楊淑君（2010）統計自 1973 年至 2010 年 5 月我國所參加重大國際比賽，一共獲得 103 面金牌、196 面銀牌及 207 面銅牌，可見我國跆拳道運動確實長年維持在高水準的競技實力。難能可貴在 2004 年雅典奧運一舉奪得二金一銀的空前佳績（劉慶文、蔡明志 2005）。是自 1932 年參加奧林匹克運動會（簡稱奧運），72 年來的最佳成績。具有國際競爭力的跆拳道，成為主政者「運動行銷臺灣」的利器、臺灣民心聚焦的關鍵、國人自我認同的投影（李建興、李佳融，2010）。眾所皆知，競技成績的提升，有賴厚實的基層運動人口，而成就國際賽金牌，更是需要基層教練與國家隊教練攜手協力。事實上，我國重大賽事培訓隊教練，大多由終年不斷辛勤付出且穩扎穩打的基層教練出身，之後隨著獲選之選手長期進駐左營國家訓練中心（簡稱國訓中心），與子弟兵一同拼戰，攜手承擔國際競技比賽成敗榮辱。

2004 年 8 月 26 日雅典奧運跆拳道場上，朱木炎繼陳詩欣後勇奪臺灣第二面金牌，興奮地擁抱場上指導教練振臂高呼，一旁中華代表隊成員無不倍感榮耀，當中卻有一位技術分析員榮耀中參雜著淡淡的哀愁，在這美麗又興奮的時刻隱藏著一絲落寞，那正是啟蒙朱木炎進入跆拳道世界、培育朱木炎成長茁壯、最終勇奪奧運金牌的恩師—邱共鈺教練。朱木炎曾說：「在整個訓練過程中，邱教練對我的幫忙很大，他是我的啟蒙教練，也是最了解我想法的人，我碰上瓶頸只要找邱教練長談過後，通常能順利解決」（馮鈺龍，2004）。朱木炎亦親口多次對邱共鈺教練說：「我得奧運金牌，有一半功勞是教練的」。

邱共鈺教練主持桃園忠武跆拳道館，比賽成果輝煌，一直是培育臺灣培育頂尖選手的關鍵教練之一。他 1999 年開始擔任國家培訓隊教練，培育出諸如賴盈莉、林安妮、張瓊芳、吳易峻、呂思柔、彭思庭、李昌榮、吳燕妮、朱木炎……等國際跆拳道比賽成績輝煌之選手，2004 年雅典奧運帶領我國跆拳道代表隊勇奪二金一銀，也是國家隊總教練的熱門人選。然而就在朱木炎備戰 2006 年杜哈亞運的關鍵時刻，邱共鈺教練驟然選擇離開國家培訓隊教練，為當時體壇投入一顆震撼彈，間接導致 2006 杜哈亞運以及 2008 年北京奧運中華跆拳道代表隊成績下滑。從 2007 年邱教練開始為國際性聽障跆拳道競賽奉獻，在 2009 年臺北聽障奧運時，指導選手勇奪二金二銀一銅，也是技驚四座。

跆拳道教練是支撐競技運動成績的中流砥柱，國人讚譽其輝煌成績的背後，或可隱約體會其必然有著過人的付出，以及承受常人所無法想像的壓力。身為研究者，對於其間之背後的心血與掙扎，進行實務的深入挖掘與整理，可凸顯學術研究的價值。本研究之信實度（亦即量化研究信、效度的類似而非相同之概念）透過多方蒐集資料、同儕檢核機制、多元觀點詮釋、多元檢核的概念探究現象，「水晶化」

(crystallization) 檢證，將多元取得的資料交叉比對，及研究群的觀點概念產生對話，並濃厚描繪 (thick description)，力求如水晶球體的多面向 (李建興、林郁偉、廖宗耀，2015；高麗娟、黃光獻，2014；Janesick, 2000)。本研究群包含擔任跆拳道選手暨教練超過二十年者、當事者、投入跆拳道田野與研究十餘年者，研究內容除可深入取得各種多元研究文本之外，經由 member check 與研究反思，對於質性研究之信實度有所助益。為此本文以邱共鈺教練，打造奧運金牌過程中的美麗與哀愁，進行個案研究。整理跆拳道場上發光發熱的緣由與事跡，並探討其國家教練的難為之處。研究方法首先以文獻分析法彙集個案參與跆拳道之相關資料、部落格、報導、研究，進行統合整理。其次以深入訪談法，由一對一深入訪談方式，了解個案教練的成長背景與擔任國家隊教練，從事訓練過程的美麗與哀愁。

## 貳、跆拳道場上的付出

### 一、專業的發展與經歷

個案教練於 1975 年開始學習跆拳道，對於跆拳道運動有著過人天分，1986 年就讀臺灣省立體育專科學校期間，即勇奪世界大學跆拳道錦標賽銅牌。他也是一個努力學習，不斷自我充實的人，之後以《2004 年奧運會跆拳道金牌選手技術分析-朱木炎個案研究》取得國立體育學院教練研究所碩士學位 (邱共鈺，2005)，又在上海體育學院以《臺灣優秀跆拳道選手的選材與育才模式研究》為題取得博士學位 (邱共鈺，2011)，撰述與朱木炎相關的專業文章近廿篇，是國內跆拳道八段以上教練中，少數具有國家隊教練與博士學位者，可謂學術兼備之代表。

個案教練 1989 年臺灣省立體育專科學校畢業後，回到桃園縣服務，先後任教於新興工商、平鎮國中、平鎮中學，現職於平鎮高中。個案教練在生涯職場轉換場域，悄悄播種，其間創立忠武跆拳道館，至今仍是桃園地區重要的基層選手培訓中心；平鎮國中、平鎮高中更是全國跆拳道傳統勁旅。104 年全中運平鎮國中勇奪國男對打團體冠軍，平鎮高中勇奪高男對打團體亞軍、高女對打團體四連霸，所謂強將手下無弱兵，其執教功力可見一斑。

1998 年世界青少年國家隊選拔賽，邱教練有五位選手當選；1998 年曼谷亞洲運動會，李昌榮選手成為最年輕的中華隊跆拳道選手；2000 年香港亞洲錦標賽，吳燕妮為中華隊唯一獲得金牌選手；張瓊芳在高三那年越級挑戰大學選手，順利取得國手資格並獲得世界第二名，成果豐碩，不勝枚舉。

個案教練因為優異的基層帶隊成績，1999 至 2006 年出任國家培訓隊教練，打造許多國際賽金牌選手。彭賢旭 (2004) 指出，團體生活、賞罰分明、互助合作等方式，都是培養隊伍凝聚力之方法。個案教練透過學術兼備的內在涵養，做為選手表率，是選手們眼中的經師、人師、良師，其剛柔並濟與恩威並施的領導哲學，總能使選手打從心裡配合訓練要求、盡力完成訓練目標，其指導風格屢獲肯定。在

蘇勝宏、邱共鈺、李建興（2015）。培育奧運金牌之跆拳道教練的美麗與哀愁-以邱共鈺為例。跆拳道學刊 2 期，65-76 頁。

Journal of Taekwondo Sports Vol 2

2006 年退出國家培訓隊教練團後，仍受中華民國跆拳道協會的倚重，擔任 2008 年北京奧運選訓委員，而行政院體育委員會之後亦將其聘任為 2010 年廣州亞運及 2012 年倫敦奧運訓練輔導委員，替臺灣的競技運動把關與建言。

## 二、創新臺灣跆拳道戰術

1998 年曼谷亞運之前，臺灣跆拳道選手主流戰術戰法，多採用單一攻擊及被動反擊，攻擊模式仿效韓國選手，卻始終走不出韓國打法的格局，國際賽場上屢屢受挫於韓國選手，且逐漸形成「恐韓症」現象，無形中牽制著臺灣跆拳道選手，在國際賽場的競技表現。1998 年國手選拔賽場上，個案教練指導李昌榮、朱木炎、吳燕妮三位高中小將，採用積極主動、憑藉優異體能連續攻擊的打法驚艷全場，李昌榮選手以全勝戰績入選曼谷亞運國手，朱木炎、吳燕妮初試啼聲地入選國家培訓隊。隨後，個案教練指導朱木炎出戰世界青少年跆拳道錦標賽，三戰告捷，第四戰與韓國爭冠亞軍抱憾得銀，但主動積極的打法令大家耳目一新。主動跨步後踢，結實命中對手腹部，使對手騰空飛起，跌坐地上，勇於突破的戰術，化被動的後踢為主動，令韓國選手措手不及，至今仍令個案教練津津樂道；吳燕妮出賽 2000 年香港亞洲跆拳道錦標賽，一路過關斬將，決賽時將韓將沈慧蓉頭盔踢下來，打破韓國壟斷金牌局面（如表 1），更一吐連日積鬱。

表 1 吳燕妮歷年國際賽成績

時間	賽會名稱	名次
2000 年	中國香港亞洲跆拳道錦標賽	第一名
2002 年	美國加州世界大學跆拳道錦標賽	第三名
2002 年	日本東京世界盃跆拳道錦標賽	第一名
2003 年	韓國大邱世界大學運動會	第二名
2004 年	希臘帕特雷世界大學跆拳道錦標賽	第一名
2004 年	韓國首爾亞洲盃跆拳道錦標賽	第一名
2005 年	韓國首爾公開賽	第二名
2005 年	土耳其伊士麥世界大學運動會	第一名
2006 年	卡達杜哈亞洲運動會	第二名

資料來源：研究者彙整

個案教練洞悉到主動進攻、優異體能的強力打法將成為世界主流，時任我國跆拳道協會理事長陳文福先生也察覺到國際競賽潮流的改變，欣賞個案教練不同於國內被動打法的戰術戰法，因此網羅邱教練進入國家培訓隊教練團，協助訓練工作，同時也揭開朱木炎不敗神話的序幕，如表 2。

表 2 朱木炎歷年國際賽成績

時間	賽會名稱	名次
1998 年	土耳其伊斯坦堡世界青少年跆拳道錦標賽	第二名
2000 年	法國里昂世界盃跆拳道錦標賽	第二名
2001 年	日本大阪東亞運動會	第三名
2001 年	越南胡志明世界杯跆拳道錦標賽	第二名
2001 年	韓國濟州島世界錦標賽	第二名
2002 年	韓國釜山亞洲運動會	第二名
2002 年	美國加州世界大學跆拳道錦標賽	第二名
2003 年	韓國大邱世界大學運動會	第一名
2003 年	德國慕尼黑世界錦標賽	第一名
2003 年	法國巴黎雅典奧運世界區奧運資格賽	第一名
2004 年	希臘雅典世界大學跆拳道錦標賽	第三名
2004 年	希臘雅典奧林匹克運動會	第一名
2006 年	泰國曼谷亞洲跆拳道錦標賽	第三名
2006 年	卡達杜哈亞洲運動會	第三名
2008 年	中國河南亞洲跆拳道錦標賽	第一名
2008 年	中國北京奧林匹克運動會	第三名

資料來源：研究者彙整

### 三、引領世界跆拳道潮流

1998 年朱木炎進入國訓中心，從此眼界大開、技術突飛猛進（邱共鈺，2011）；朱木炎憑藉極佳的肌耐力、滯空能力、動態平衡，師徒聯手，將個案教練的主動打法發展出一套屬於自己的空中連續出腳戰法。此後幾年，朱木炎技術全面成熟。2003 年大邱世界大學運動會奪金後，在國際賽勢如破竹連勝 23 場，引領世界跆拳道風騷，「臺灣戰神」之名不脛而走。更挾著這股氣勢進軍雅典奧運，順利奪得金牌，朱木炎戰術戰法遂開始成為各國研究學習的對象。爾後幾年，國際賽場上優秀選手空中連續踢擊，戰術戰法，多少都看得到朱氏打法的身影，這也是邱共鈺教練的傑作。

邱共鈺教練的指導功力，並非只是單一的，有著再現性。同時期的吳燕妮選手，同樣有著輝煌的戰績，以優異國際成績證明邱教練的專業。講求真材實料的國際競技場合，失敗沒有偶然，而成功亦何嘗有僥倖。中華民國聽障者體育運動協會（2013）如是評敘述這位教練：

邱教練之所以能獲得如此優秀的訓練成果，主要是他擁有做事用心的特質。在接下國家隊教練職務的那一刻，他已經在心中建構出完整的

訓練和參賽方案，短短數天之內就能提出詳盡的計畫書來。檢視邱教練的訓練計畫，實在挑不出任何缺點來，不論是對選手現況的分析、對訓練程序內容的規劃、對訓練場地器材資源的整合、對選手食宿生活方面的照顧、對體能訓練及運動傷害防護的安排、對國外選手實力的情蒐，甚至對參賽成果的預估，都以非常細膩的文字進行周詳的設計。同時，在執行過程中完全依據計畫內容確實辦理，毫釐不差的達成任務，足堪作為教練的典範。

個案教練服務基層多年，培育跆拳道好手，為桃園地區、國家爭取無數佳績，啟蒙、培訓奧運金牌選手朱木炎；不僅擁有國際八段段位又取得博士學位，著實是體育人的表率。入選桃園縣體育人物誌，以「永遠的金牌教練—邱共鈺」肯定他在跆拳道界的美麗成就（黃碧萍，2007）。

### 參、跆拳道場下的落寞

當選手離開運動場域時，多數的選手皆希望能任職教練，而當選國家隊教練似乎是所有教練的夢想。然而研究者之一擔任 2010-2016 年亞、奧運兩個協會重點奪牌項目的選訓委員，基於參與國手與國家隊教練選拔辦法制訂及遴選工作的經驗，發現許多優秀的教練對於進入國家隊擔任培訓隊或代表隊教練的意願竟然不高。這樣的議題不需要直接以缺乏愛國心與榮譽感的大帽子扣在這些長期為國爭取榮譽的人身上，而是體制上確實有許多難為之處。從個案教練的例子，不難看出端倪。個案教練任職國家培訓隊期間（1999-2006），為國家隊選手勞苦奔波、無私奉獻，2004 年雅典奧運卻只以技術分析員身分隨隊前往，2006 年退出杜哈亞運培訓隊後，2008 年以行政院體育委員會跆拳道選訓委員身分前往北京奧運關心中華隊，對國家隊的不捨與現實面的衝擊，始終拉扯著個案教練的情感，擔任國家隊教練的難為，也在這幾年國家隊教練的歷程中顯露無遺。

#### 一、待遇不佳與不公

國訓中心亞、奧運本土培訓隊教練薪資，依培訓期程及三級教練來做區分，當中無職或留職停薪者領全薪，留職帶薪者（借調教師）領 1/3 薪資，詳細如表 3 與表 4。

表 3 亞運培訓隊教練月薪表（2010 年前）

階段區分	總教練（元）		教練（元）		訓練員（元）	
	留職停薪 或無職	留職留薪 (1/3)	留職停薪 或無職	留職留薪 (1/3)	留職停薪 或無職	留職留薪 (1/3)
第一階段	62,202	20,734	50,458	16,819	36,750	12,250
第二階段	75,233	25,077	62,202	20,734	50,458	16,819
第三階段總集訓	78,017	26,005	64,597	21,532	52,475	17,492

資料來源：行政院體育委員會（2011）

表 4 奧運培訓隊教練月薪資表（2010 年前）

階段區分	總教練（元）		教練（元）		訓練員（元）	
	留職停薪 或無職	留職留薪 (1/3)	留職停薪 或無職	留職留薪 (1/3)	留職停薪 或無職	留職留薪 (1/3)
取得奧運參賽資格前	75,233	25,077	62,202	20,734	50,458	16,819
取得奧運參賽資格後到總集訓前	78,017	26,005	64,597	21,532	52,475	17,492
總集訓	117,026	39,009	96,896	32,299	94,462	31,487

資料來源：行政院體育委員會（2011）

亞運培訓隊教練薪資最高 78,017 元，最低 36,750 元，若是在職教師支領 1/3，則是 26,005 元與 12,250 元，扣除每週南北往返的交通費，邱共鈺表示：「我們到國家隊訓練中心擔任教練，以學校老師來論，應該都是減薪」。

馬鈺龍（2006）指出，「國訓中心的教練月薪在 19,000 元到 23,000 元之間，與國外教練的薪資差距很大」。以留職停薪或無職的亞奧運培訓隊教練支領全薪來看，薪資約 60,000 元至 78,000 元之間，看似待遇頗佳，但相較一般 50 位學員規模的跆拳道館，月收入約十萬元，借調國訓中心的全職教練，應該也是被減薪了。

主政者認為外來的和尚會唸經，因此，技術性的工作大多交由外籍教練主導，本土教練除了負責選手生活管理、情感問題、課業輔導，並兼負外籍教練生活協助；雖然團隊組成，將軍與後勤缺一不可，但缺乏挑戰性的管理工作，降低本土教練的格調。其實，低成就的管理工作，無須具專業的教練投入，要本土教練減薪前往執教，情以何堪？

待遇不佳外，與外籍教練相比，本土教練薪資有相當明顯的差距，如表 5。

表 5 外籍教練薪資表（新臺幣/元）

新制 2011/3/29 實施	資格	舊制
200,000-300,000	指導選手近 2 屆奧運第 1 名	120,000 (4,000/日)
140,000-250,000	指導選手近 2 屆奧運前 3 名	90,000 (3,000/日)
90,000-150,000	指導選手近 2 屆國際錦標賽前 3 名或近 2 屆各洲運動會第 1 名	70,000 (2,500/日)
70,000-110,000	指導選手近 2 屆各洲錦標賽第 1 名	60,000 (2,000/日)
60,000-80,000	具有國際單項總會核發之教練講習會講師資格	
	近 1 屆奧運會前 3 名；近 1 屆各洲級以上比賽第 1 名者；具動作示範能力	

資料來源：行政院體育委員會（2011）

外籍教練與本土教練共同努力培訓選手，待遇卻有實質的落差，打擊本土教練士氣。邱共鈺說：「上級長官比較信任外籍教練的因素下，國內教練窒礙難行，壓縮本土教練揮灑空間」。2002 年總教練侯緯星堅持全本土化的教練團，在釜山亞運南韓的優勢主場，當時仍不是電子護具的客觀評分下，仍創下三金四銀的亞運歷年最佳成績，證明本土教練運籌帷幄，實力堅強不容小覷。但政策上，並非以教練的國際表現為客觀依據，有失公平。

## 二、不確定的未來

我國跆拳道國家培訓隊教練團組成方式，以我國跆拳道協會視國際賽規模擬訂培訓計畫，往往以入選培訓之國家隊人數與成績優劣為依據，依序推薦該隊教練（具國家 A 級教練資格），經由選訓委員會同意後，由協會報請行政院體育委員會核准後任命。因為選訓委員會由協會理事長任命，國家培訓隊教練雖有公平公開的選拔機制，然過往也曾發生依理事長好惡而脫不了派系人馬的問題。換言之，中華民國跆拳道協理事長的改選，也有可能影響進駐國訓中心的教練人選。

進入國訓中心擔任教練，必須暫停原本工作。借調學校正式教師相對於道館教練，因其工作較穩定，借調國訓中心有明確法源保障工作留職留薪，因此國訓中心教練一大部分是由各級學校教師支援。然而，學校教師借調國訓中心，仍需政府機關與學校的良好配合，以利校方課務協調與代課教師甄聘，否則容易造成借調者的困擾。

當國家培訓隊新舊計畫交替時，跆拳道協會及國訓練中心，常因教練人事案，是否續聘作業延宕，無法告知是否續聘；然而，當教練被告知未獲續聘時，要返回服務學校可能面臨課務已經安排其他人授課。這樣的不穩定因素，須由為國奉獻的教練個人承受實有失公允，然已發生過此類事件，只冀望未來能有所改善。此外借調國訓中心的教練，若其原任職於私人企業或經營道館，為國服務之後，眼前所有的事業可能歸零。

依據當時國家訓練中心教練借調辦法規定，借調後，其服務年資不可併入退休年資計算，有些實力堅強的教練選擇卻之為不恭一途，請協會或國家訓練中心另尋有志之士，前往任教。

為國拚戰之後，成敗各有，但回歸故里後，面臨一切事業須從頭開始，犧牲之大卻無人聞問。此間過程，對工作不確定性的壓力就更加巨大。在這些不確定的未來因素困擾下，很難讓國家培訓隊教練能安心地陪國手們一起奮鬥。

## 三、學制的排序

2004 年雅典奧運朱木炎奪金後振臂高呼，激動擁抱指導教練張榮三，個案教練擔任技術分析員，在看臺上持著攝影機捕捉朱木炎奪金的精采時刻，全體隊職員

雀躍不已，個案教練卻是百感交集。

個案教練一路啟蒙、培訓朱木炎選手，2001 年朱木炎進入國立體育學院（國立體育大學前身）就讀，接受張榮三、湯惠婷、何龍成教練指導，初期朱木炎無法適應，比賽時常需邱教練在旁輔導，直至朱木炎適應後，邱教練才完全放手。

2003 雅典奧運培訓隊朱木炎的指導教練經國立體育學院強力推薦，由張榮三主導，因學校認為榮三教練是體育學院教授，朱木炎是國立體育學院學生、個案教練僅是體育學院研究生。當時，此問題也困擾朱木炎，而個案教練為了成就大局，也認同這樣的安排，轉換擔任朱木炎的輔導員角色，訓練過程全權交由張榮三教練處理。2004 年雅典奧運時，個案教練被安排為技術分析員。設身處地，看著從小一路費盡心血帶大的選手，奧運奪金時刻擁抱的卻不是自己，個案教練說：「成功不必在我，卻也多了股落寞」。

#### 四、基層母隊期待

個案擔任基層教練期間，多次帶領平鎮中學勇奪全國冠軍，同時培植年輕教練陳維新、高銘健，奠定桃園市跆拳道競技發展的開端。1998 年接任國家培訓隊教練，星期一至五在國訓中心，只能利用星期六、日回桃園指導學生，平鎮高中競技成績因此下滑，期間學生、家長多次反應，個案教練也自覺對其不公平，這份基層母隊的期待，是個案教練不可承受的重，故 2006 年毅然決定離開國家隊教練團，返回基層任教。平鎮與桃農二校，皆以跆拳道發展為重點運動項目；平鎮高中於 101 年全國中等學校運動會獲得高男、高女團體雙料冠軍，104 年高男團體亞軍、高女完成四連霸，而桃農亦培育出青年奧運金牌黃懷萱及 2016 年里約奧運國手莊佳佳。

#### 五、英雄的眼淚

2004 年雅典奧運跆拳道代表隊帶著二金一銀的輝煌成績返國，同年奧運銀牌選手黃志雄風光迎娶美嬌娘洪佳君，個案教練貴為歡喜婚宴場合的座上賓，卻在新郎新娘進場一刻，暗自掉下傷心的眼淚，無法自己而離席。因為奧運光榮回國後，迎接個案的是一個離婚的破碎家庭，特別是兩位心愛女兒的不諒解，讓他痛苦萬分。

邱教練培訓選手的期間，是毫無假日的投入訓練與比賽工作，年初二的練習，也讓娘家很不諒解。假日時，邱教練帶著兩位女兒到學校去訓練校隊，卻專注於學生的訓練工作，女兒僅獨留校園嬉戲。邱教練心痛的說：「兩個女兒曾天真的講：『爸爸你都不愛我，只愛哥哥姊姊（選手）。』當下心情低落到谷底，自己對家庭與工作的衝突始終無法取得平衡」。個案教練前妻對其全然投入訓練，對於家庭陪伴時間劇減，且薪資待遇不增反減，相當不解（歐陽百麟，2004）。在 2009 年個案指導聽障選手奧運奪金後，前妻以電子郵件傳達：「拿金牌那天……過去那段回憶頓時又湧上心頭……我們寧願當你的學生而不想當你太太、小孩」！不論是自己實現，

蘇勝宏、邱共鈺、李建興（2015）。培育奧運金牌之跆拳道教練的美麗與哀愁-以邱共鈺為例。跆拳道學刊 2 期，65-76 頁。

Journal of Taekwondo Sports Vol 2

或滿足私慾，不可諱言個案教練平日對選手訓練的投入，已衝擊到家庭生活的維繫，尤其借調國訓中心，返家的次數又更少了，最終雅典奧運返國後，徹底撕裂的家庭情感，竟無以維繫與彌補。

據個案所述，失去可貴的親情後，有一段時間夜不成眠，哀怨地枯坐，不知人生奮鬥的意義在哪？奧運奪金的光榮，背後卻是英雄默默落淚的結果。現實環境對培育金牌教練如此的安排，卻是如此殘酷。難怪個案教練 2006 年決定調整自己對跆拳道毫無保留的奉獻，離開國家隊回到基層執教。在此修正階段，個案教練也重拾書本、投入學術研究，更修補情傷、重拾溫暖的家庭。2011 年取得博士學位，2013 年協助蔡明志教授創立臺灣跆拳道運動學會，並擔任總幹事，發行期刊，傳揚跆拳道運動的理論與實務。卸下國家隊教練，投入培育身心障礙選手與學術領域，調整步調後重拾完整的家庭與人生，以另一個不同的方式為臺灣跆拳道貢獻著。

#### 肆、結論

個案教練出身國際優秀選手，多年來擔任基層與國家隊教練，嶄露優異訓練成績。他革命創新的訓練與戰術，協助國家獲得奧運金牌，引領世界跆拳道技術風潮。然而，國家教練不合理待遇、人選缺乏公平性、不確定的未來、學制排序、工作與家庭之角色衝突，造成其美麗的哀愁。

深究個案成長歷程，不難發現他自小在困頓的環境成長，憑藉的優異的資質與不斷上進的特性，一路與跆拳道發展共生共榮，也養成他吃苦不言的性格。個案教練抱憾 1988 年無緣參加奧運比賽，對於國家榮譽、跆拳道的衷心深藏著一份奪牌之志。2004 年為一償為國奧運奪牌的宿願，全心全力的投入訓練工作，忽視家人感受。成年之後儘管對於家人心懷百般柔情，卻因長年在堅毅的環境形塑而不善表達情愫。且國際競技場域備戰壓力與日俱增，未料造成遺憾。事實上，鐵漢豈會無情。

個案教練的過往犧牲，若能喚醒有識之士改善待遇，讓投入國家隊教練獲得合理工作保障，也讓有志此工作者或後續研究者，反思角色衝突時，能否兼顧家庭及其他國家教練可能遭遇的難題，為本文揭露此心路歷程的深切期待。

#### 參考文獻

中華民國聽障者體育運動協會（2013，7 月 17 日）。**最用心的教練-邱共鈺教練**。

取自 <http://www.deafsports.org.tw/web/2013deaflympics/2013/07/371/>  
文崇一、楊國樞（2000）。**訪問調查法-社會及行為科學研究法（下冊）**。臺北市：東華。

行政院體育委員會（2011）。**2012 倫敦奧運運動人材陪訓輔導業務工作手冊**。未出版，臺北市：行政院體育委員會

蘇勝宏、邱共鈺、李建興 (2015)。培育奧運金牌之跆拳道教練的美麗與哀愁-以邱共鈺為例。跆拳道學刊 2 期，65-76 頁。

Journal of Taekwondo Sports Vol 2

李建興、李佳融 (2010)。永遠忠誠的陸戰隊精神-我國三位跆拳道九段者的敘說研究。大專跆拳道學刊，2 期，118-141 頁。

李建興、林郁偉、廖宗耀 (2015)。嚆矢之志：高柳憲昭射箭軌跡之敘說。體育學報，48 卷 3 期。309-322 頁。

邱共鈺 (2005)。2004 年奧運會跆拳道金牌選手技術分析-朱木炎個案研究。未出版之碩士論文，桃園縣，國立體育學院教練研究所。

邱共鈺 (2011)。臺灣優秀跆拳道選手的選材與育才模式研究。未出版之博士論文，上海市，上海體育學院體育人文社會學院。

馬鈺龍 (2004)。決勝雅典—跆拳道服下的心情。臺北市：民生報。

馬鈺龍 (2006)。雅典奧運中華跆拳道隊隊奪金之探討，未出版之碩士論文，臺北市，臺北市立體育學院運動科學研究所。

高麗娟、黃光獻 (2014)。體育運動質性資料分析方法。體育學報，47 卷 2 期，159-177 頁。

黃碧萍 (2007)。永遠的金牌教練。載於蔡聖賢、陳清泉：桃園縣體育人物誌 (72-78 頁)。桃縣市：桃園縣政府。

彭賢旭 (2004)。我國國家級跆拳道教練領導行為之研究。未出版之碩士論文，臺北市，中國文化大學運動教練研究所。

楊淑君 (2009)。臺灣跆拳道運動發展之研究。未出版之碩士論文，桃園縣，國立體育大學運動技系研究所。

劉慶文、蔡明志 (2005)。跆拳道隊參賽報告。載於中華臺北奧運代表團參加第 28 屆雅典奧運會報告書 (371-388 頁)。臺北市：中華奧林匹克運動會。

歐陽百麟 (2004)。好想幫你洗碗。載於坦白講 (12 頁)。臺北市：壹週刊。

Janesick, V. (2000). The choreography of qualitative research design. In N. Denzin & Y. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (2nd ed., pp. 379-399). Thousand Oak, CA: Sage.

## **The Sense and Sorrow of Coaching Experiences from an Elite Olympic Taekwondo Coach and Gold Metal Creator- Kung-Cheng Chiu as an Example**

Sheng-Hong Su<sup>1</sup> Kung-Cheng Chiu<sup>2</sup> Chien-Shing Lee<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Chung-Li Junior-High School

<sup>2</sup>Ping Pen High School

<sup>3</sup>National Taiwan Normal University

### **Abstract**

Kung-Cheng Chiu is recognized for his achievement of cultivating elite athletes toward combat gains of the Olympic Taekwondo gold medal. The most encouraging and inspiring record was the first Chinese male Taekwondo gold medal, which was gained by one of his Taiwanese students, Mu Yen Chu. The purpose of this study was to lead out the cause and effect of how Kung-Cheng Chiu obtained outstanding accomplishments and conquered obstacles. This study used literature review on relative data. Furthermore, in-depth interview was conducted for revealing participant's background and coaching experiences. The results indicated that (1) coach Chiu was a magnificent Taekwondo elite student athlete. (2)His self-learning efficacy with knowledge and concept to professionalize which develops impressive outcome. (3) As a Taekwondo coach, he supervises students to keep learning innovative techniques and strategies and teaches students to win the international competition with positive and active moves. (4) Role conflict between family and work due to long and unstable coaching schedule explains the unfair treatment toward coaching system.

**Keywords: Elite Athlete, Role Conflict, Sport Competition, Competition System**

## 跆拳道學刊 第 2 期

發行人／蔡明志

副發行人／李建興      高三福      劉慶文

總編輯／蔡明志

主編／邱共鈺

副主編／陳淑貞

編輯委員／王元聖      王朝仁      江孟誠      吳燕妮

                 李建興      李佳融      余泳樟      宋玉麒

                 邱共鈺 (兼) 洪榮聰      高三福      陳靜玲

                 陳鉸澈      陳淑貞 (兼) 許宏志      許峯池

                 曾意涵      湯惠婷      蔡羽翔      劉慶文

(依筆畫順序)

執行編輯／邱共鈺      陳淑貞      劉小嫻

校對／黃硯榆

封面設計／鄭慧禎

封面人物／陳詩欣

創下台灣參加奧運 72 年來，首度奪得奧運金牌的選手，豎立跆拳道  
在台灣競技發展的價值，其重要性與意義非凡。

出版社／台灣跆拳道運動學會

出版形式／年刊

地址／新北市新莊區中正路 510 號 (輔仁大學積健樓 4 樓)

電話／0928140140

電子郵件／[coach.chiu@msa.hinet.net](mailto:coach.chiu@msa.hinet.net)

排版印刷／紅藍綠廣告設計有限公司

電話／(03)381-8255

出版日期／中華民國 104 年 11 月 30 日

ISBN 978-986-90823-0-3