

行政院體育委員會  
出國報告(其他)

## 2011 年高階運動教練訪問團 赴大陸參訪返國報告

服務機關：行政院體育委員會

出 國 人：競技運動處王副處長漢忠

謝科員奇穎

出國地區：大陸地區（北京、成都）

出國期間：100 年 7 月 19 日起至 26 日止

報告日期：100 年 8 月 30 日

# 目錄

一、目的	2
二、參訪行程	3
三、參訪過程	4
四、心得與建議	10
五、參訪團團員名單	13

## 一、目的

兩岸奧會體育交流座談自 86 年起，每年由雙方奧會規劃輪流在台海兩岸舉行，迄今已逾十載，參訪交流係以兩岸雙方互往原則規劃辦理。本處歷次交流活動內容，主要為基層體育行政互訪、運動教練與精英選手競技交流，並搭配運動設施考察等活動為主。

大陸在 2008 年成功舉辦第 29 屆夏季奧林匹克運動會，並且取得 51 面金牌的成績，在所有參賽國家中名列第一，足以說明大陸在競技運動訓練上的成就，

本參訪計畫主要目的即在於組織國內高階運動教練人員，前往大陸北京及成都 2 地之重要運動訓練基地進行運動設施參訪及訓練心得交流活動，以了解大陸方面在奧亞運項目運動技術上的特點，期望能在參訪交流的過程中吸取大陸運動訓練上的實務經驗與技巧，進一步與國內現況結合，提升國內競技運動水平。

本次參訪團由壙新醫院院長兼中華奧林匹克委員會委員張煥禎擔任團長，臺北市立教育大學教授陳顯宗擔任副團長，本會競技運動處副處長兼國家運動選手訓練中心主任王漢忠擔任總顧問，參訪團成員共計 11 名，參訪期間由中國奧林匹克委員會全程派員陪同，成都參訪期間四川省體育局亦派員負責行程安排與接待。

## 二、參訪行程

### 2011 年高階運動教練訪問團赴大陸參訪行程

日期		行程內容	住宿地點
第一天 7月19日 星期二	下午	13:30 於桃園機場搭乘中國國際航空 (CA-186) 前往北京； 16:30 抵達北京首都機場	北京天壇飯店
第二天 7月20日 星期三	上午	參訪體育總局訓練局並進行座談	
	下午	參訪北京什剎海體育學校並進行座談	
第三天 7月21日 星期四	上午	參訪北京奧林匹克體育中心並進行座談	
	下午	參訪北京體育大學並進行座談	
第四天 7月22日 星期五	下午	14:00 於北京搭乘中國國際航空 (CA-4108) 前往成都； 17:30 抵達成都雙流機場	京川賓館
第五天 7月23日 星期六		參觀四川省運動技術學校	
第六天 7月24日 星期日		體育總局及四川體育局代表陪同參訪成都市體育發展情形 及運動設施	
第七天 7月25日 星期一		參訪四川省骨科醫院並進行座談	
第八天 7月26日 星期二	下午	14:20 於成都搭乘中國國際航空 (CA-417) 前往桃園； 17:40 抵達桃園機場	

### 三、參訪過程

#### (一)體育總局訓練局

位於北京的國家體育總局訓練局成立於 1951 年，是大陸歷史最悠久，設備最完善的國家級訓練基地，有「中國競技體育的大本營的美稱」。整個訓練總局占地 192,000 平方公尺，其中訓練場館面積將近 170,000 平方公尺，提供田徑（短距離）、游泳、跳水、體操、舉重、桌球、羽球、籃球、排球。參訪團在與局長及相關組織人員進行座談後，前往參觀位於訓練局內的中國運動歷史文物展覽，在體育總局的規劃下，有系統的展示了中國體育 60 年來，金牌從無到有的發展歷程。參訪團隨後參觀體操隊、舉重隊的訓練情形，並參觀訓練總局的體能重量訓練室，並觀看中國女子桌球隊的體能訓練過程。

體育總局訓練局除了提供運動員運動訓練的需要外，也針對就學年齡的運動員提供課業輔導的課程，以協助運動員持續教育體系的學習。

目前體育總局訓練局的運動場館除了提供國家運動團隊備戰國際運動競賽所需外，也適時的對外開放，開設各項短期運動培訓班，以因應周邊市民運動休閒的需要。在參訪過程中，即遇有兒童性的社團進入羽球館參加暑期培訓活動。



出自體育總局的 2008 奧運金牌選手



桌球選手陳靜在冠軍之路的腳印

## (二)北京什剎海體育學校

什剎海體育學校位於北京什剎海地區，是北京市培養基層運動員的基地之一，也是北京最早成立的體育運動學校，以培養中學以下的運動員為主，為北京市及國家隊提供大量的競技運動人才，開設有武術、體操、排球、桌球、羽毛球、網球、舉重、散打、跆拳道、拳擊等 10 個運動訓練項目。其中桌球、武術、羽球、體操為傳統強項。出自於什剎海體校的世界冠軍即有桌球王濤、張怡寧，體操滕海濱、馬艷紅、跆拳道羅微、武術劉清華等名將，其中在國際影壇武打明星李連杰也是什剎海體校畢業的全國冠軍。

目前什剎海體校除了接受北京當地的青少年進入就讀，並接受運動培訓外，也積極招收來自世界各地的國際學生，建立學校的「品牌」形象，現有來自十多個國家的外籍學生在什剎海體校就讀。在教練的交流方面，在委派教練赴國外任教的同時，也聘請外籍教練到什剎海體校擔任教職。什剎海體校在各方面開展多元化的國際體育交流，一方面吸取各國運動訓練的知識，另一方面則積極利用運動交流的方式推展中國的文化。

在運用外在資源方面，首先什剎海體校利用了該校長期以來的武術傳統建立一支武術表演團隊，該團隊還於 2010 年到高雄義大世界演出大型功夫風情劇《尋找功夫》。

參訪團在與什剎海體校校長進行座談交流後，陸續參觀該校自由搏擊、武術、跆拳道、桌球、羽球等運動場館，以及對外開放的健身俱樂部。



參訪團聽取什剎海學校簡報



什剎海武術隊練習情形

### (三)北京奧林匹克體育中心

北京奧林匹克體育中心(以下簡稱奧體中心)是北京為了舉辦1990年北京亞運會所規劃建設的體育園區，佔地達66公頃，主要設施有綜合體育場、體育館、游泳、曲棍球、足球、壘球、田徑、網球等訓練場地，目前不僅是中國角力隊、柔道隊、拳擊隊、手球隊、曲棍球隊、壘球隊、網球隊7個運動種類11支國家代表隊的訓練中心，2008年北京奧運期間更肩負手球、水球、武術以及現代五項的比賽場館任務。奧體中心內設置有完善的住宿及飲食品質，可以提供教練及選手充分的後勤支援。參訪團在參觀奧體中心的過程中，我國網球好手楊宗樺也正好在奧體中心進行移地訓練。

奧體中心卸下北京奧運會的任務後，也朝向自給自足的經營模式邁進，奧體中心推出「一館一品」的概念，意即將每個場館都建立起一個獨特的品牌對外行銷，並且與民間企業合作建立運動俱樂部，吸引民眾參與活動，配合奧體中心既有的人造園景，將奧體中心轉型為結合運動、時尚、休閒與觀光的運動園區。



柔道隊訓練情形



奧體中心選手伙食及用餐環境

#### (四)北京體育大學

北京體育大學成立於1952年，原名為中央體育學院，後於1956年更名為北京體育學院，1993年更名為北京體育大學，直屬於國家體育總局管轄。北京體大是一個全方位的體育專業院校，並不僅著重於競技運動訓練與運動科學的發展，也將國際體育、運動傳媒、運動藝術及運動管理等人文科學領域列為重點發展方向。換言之，北京體大是以提供多面向的體育人才作為發展目標，而非以運動員與體育教師的培養為唯一的功能。除此之外，國家體育總局也在北京體大設置幹部培訓中心及教練員學院，可見得北京體大也為中國的體育行政體系提供廣泛的人力資源。

另外值得一提的是北京體育大學出版社以學校出版單位所提供的運動知識，北京體大出版社是中國重要的體育專業出版社之一，也是大學出版社中唯一的體育專業出版社。經由北京體大出版社不只將北京體大本身的研究成果編印出版，也積極引介國際間最新的運動科學、運動技術指導、運動員選材等知識，以供北京體大師生作為學術研究的立基。



參訪團於北京體育大學進行座談



北京體大體操館

### (五)四川省運動技術學校

四川省運動技術學校成立於 1952 年，前身是四川省體育工作隊，直屬於四川省體育局管轄。該校目前的主要任務是培養和訓練高水準競技體育比賽運動員，一方面代表四川參加國家級的競技體育比賽；另一方面則將所培養的優秀運動員向國家隊輸送，成為國家代表隊的成員，同時為四川青少年體育業餘運動員提供運動訓練的環境。換言之，四川省運動技術學校在中國競技運動員體系上扮演著業餘運動訓練轉型為國家級運動員的重要環節，也是運動員人才體系的最重要部分。

參訪團陸續參觀四川省運動技術學校的柔道、男排、女排、男籃、武術、羽球、舉重等團隊的訓練情形。不同於北京地區將運動園區開放最為民眾參與運動的場所，四川省運動技術學校仍堅持運動場館應該是以訓練、教學為主的訓練基地。



女子排球隊訓練情形



舉重隊訓練情形

## (六)四川省骨科醫院

四川省骨科醫院最早的前身是1958年所創建的成都體育學院附屬體育醫院，是中國第一所運動專業醫院，當時由已故的中醫骨傷科專家鄭懷賢教授擔任創院院長。1984年時改建為國家體委成都運動創傷研究所，並且直接隸屬於國家體委管轄；2003年時轉隸屬於四川省管轄，並正式更名為四川省骨科醫院，又稱成都體育醫院或成都運動創傷研究所。

四川省骨科醫院目前有編制病床600張，重點醫科以骨科相關科別為主，有運動創傷、兒童骨科、運動康復、老年骨科等，並且建有四川省骨傷骨病中醫藥防治中心、運動創傷疾病中醫藥防治中心、中醫藥防治中心以及四川省優秀運動員體能檢測中心，其中運動創傷部門又分為上肢、足踝、膝關節鏡及康復等4科，病床數236張。

四川省骨科醫院係以中醫的醫學理論基礎，結合西醫的醫學技術，針對運動員訓練及比賽過程中容易發生的運動傷害及部位進行專業的研究，進而結合中西所長發展出獨特的運動醫療方式，成為中國各項運動代表隊最雄厚的後勤支援。與目前國內的運動醫療相較，四川省骨科醫院除了發展出以中醫為體的醫療風格外，其更重視手術之後的復健工作，在四川省骨科醫院的醫療過程中，病人在手術之後，通常仍必須待在醫院進行10至20天的醫療復健療程，由醫院方面直接協助病人的復健工作，使得復原的時間能更有效率。



首任院長鄭懷賢教授銅像



醫院人員協助病患復健醫療

## 四、心得與建議

### (一)運動中心專業化

在參訪國家體育總局訓練局之後，可以發現這個中國規模最大的國家級訓練基地也僅提供田徑（短距離）、游泳、跳水、體操、舉重、桌球、羽球、舉重、籃球、排球等 10 種運動的訓練場館，並未將所有奧亞運的運動種類都集中在一地培訓，但藉由建立適當人數的訓練基地，一方面可以提供培訓選手及教練完善的後備支援，另一方面也可以落實訓練管理的控管作業。而在面臨國際大賽的賽前集訓時，代表隊則通常遷徙至中國其他各地的單一運動訓練基地，就不同賽事的性質差異，進行針對性的訓練。中國代表隊的作法是以訓練總局強大的物質後勤支援能力厚植代表隊的基本體能與技術能力，並搭配賽前個別集訓的專門訓練，達到國際賽場上奪勝的目標。

相較於中國擁有廣大的土地及各異的環境可以建置各種不同的專項訓練基地，臺灣因為地狹人稠，想要尋得較大面積的土地建設運動訓練中心已經是很不容易的事，因此無法與中國採取相同的運動訓練理念。相反的，臺灣應該整合既有的運動訓練地點，利用臺灣所具備的便捷交通網絡與資訊科技能力，以更為靈活的方式支援國家代表隊選手的訓練所需。

### (二)全方位體育人才的培養

體育人才是運動產業發展的基礎，而產業的發展則需要各種不同領域的人才相結合。因此，若以產業發展的角度檢視國內體育人才的培養，可以發現到臺灣目前仍以競技運動選手的培養為最大主軸，而與競技運動訓練相關的領域，如運動科學、運動傷害防護等，也有一定程度的發展。雖然運動休閒管理或產業經營等領域近來也有蓬勃發展的趨勢，但未再真正細分其中的專業領域，使得臺灣運動產業的人才都集中在某些特定領域之中，相對於其他如傳媒及國際體育事務的人才則略有缺乏，往往必需借重其他綜合型學校所培養的人才，而這類型的人才往往缺乏對於運動產業的認知與敏感度。若臺灣的專業體

育校院能朝向全方位的人才培養來發展，勢必能提升臺灣運動產業發展的遠景，並擴大其利基。

### (三)健全階梯式的運動訓練體系

在中國競技運動體系之中，體育總局訓練局、省體育中心、各級體育專業學校分別負責不同層級運動員的培養工作，從業餘運動員、青年運動員、省級運動員到國家運動員，形成中國階梯式的運動員人才體系。而臺灣現行的基層訓練站、大專校院及國家代表隊的選手層級，則已經具備了階梯式運動訓練體系的雛形，未來則應該朝建立並健全層級間的運動員輸送管道，朝向輸送方式合理化的方向來發展。

### (四)建立運動員國家意識

在各運動訓練基地的場館中都可以看到自我鼓勵的標語，與中國的「舉國體制」配合下，運動員對於自我的要求與國家的期待結合在一起，再者，訓練中心裡也經常可以看見歷年優秀選手的姓名、成績，甚至是照片，不斷地提醒運動員國家榮譽的重要性，以及前輩運動員所建立的成就，促使現役運動員持續鞭策自己向前邁進。我國雖無法像大陸一樣以舉國體制的模式進行運動員訓練，但仍能利用訓練環境的規劃，增進選手的國家認同及向心力，進一步提高訓練效益及面對競賽的積極度。

### (五)建置中西醫學運動醫療支援體系

臺灣本身的中醫發展也具備一定的水準，然而由於缺乏專門針對運動傷害預防、治癒及復健的專門研究，也使得中醫遲遲未能成為臺灣運動醫學的重要角色。目前在臺灣的運動醫學領域仍是以西醫運動醫學為主軸，中醫暫時仍是主流以外的治療方式，但中醫畢竟是中國自古以來的醫學基礎，並隨著中醫醫學理論的逐步發展與成熟，已經逐漸形成一套完整的運動醫療體系。例如，中

醫的按摩、針灸、正骨、正脊等療法以流傳千年，對於運動損傷等疾病的療效也慢慢為外界所接受，因此若能在現有的運動醫學基礎上，融入中國傳統醫學的特點，打破中西醫學之間的隔閡，必能對於臺灣的運動醫療提供助益，進而建立國內運動員訓練與競賽的強大後援體系。

## 五、參訪團團員名單

職稱	姓名	單位職稱	備註
團長	張煥禎	中華奧會執行委員 壢新醫院院長	
副團長	陳顯宗	臺北市立教育大學教授	
顧問	王漢忠	行政院體育委員會競技運動處副處長 國家運動選手訓練中心主任	
團員	朱文慶	高雄市體育會理事長	
團員	黃良富	高雄縣體育會理事長	
團員	邱炳坤	中華民國射箭協會秘書長 國立體育大學教授	
團員	孫朝	三好體育協會秘書長	
團員	俞智贏	國立臺灣師範大學教授	
團員	李峰南	國立臺東大學附屬高級中學教師	
團員	謝奇穎	行政院體育委員會競技運動處科員	
隨團秘書	彭俊銘	中華奧會	