

出國報告 (出國類別：國際會議)

2016 年國際柔道總會裁判暨教練研習 報告書

服務機關：國立體育大學

姓名職稱：侯碧燕助理教授

派赴國家：日本

出國期間：中華民國 105 年 1 月 28 日至 1 月 31 日

報告日期：中華民國 105 年 2 月 25 日

摘要

本校侯碧燕老師參加國際柔道總會 (International Judo Federation ,IJF) 舉辦之2016年裁判暨教練講習會；本講習會乃IJF為使裁判、教練對競賽內容判決看法趨於一致，減少各種分歧意見，每年年初所舉辦之例行活動。侯碧燕老師參加本次講習會，除獲取最新競賽資訊外，並在二天的會議期間，與其他國家裁判、教練交流，且經由侯師舊識，講道館向井幹博老師引介，直接與日本筑波大學柔道隊岡田弘隆總教練見面，約定本校柔道隊吳嘉倫教練及學生暑期移地訓練之行，期待本校的國際交流能更為寬闊。

目次

一、目的.....	1
二、過程.....	1
三、心得及建議.....	3
四、附錄（講習會之照片）.....	4

一、目的

本次講習會為國際柔道總會(International Judo Federation ,IJF) 每一年初的例行國際裁判暨教練講習會，參加講習主要目的是為獲取最新柔道比賽規則並藉由會議期間，與來自世界各國教練、裁判取得連結，使學生能有機會與更多國家、學校之代表隊交流。IJF 邀請各會員國裁判、教練一起參加講習會之目的，是因為裁判與教練在競賽時，其角色不同，對競賽內容（給分、處罰等狀況）的看法不盡相同，經由共同參與講習會，一起討論各種狀況並了解規則修訂之依據，讓大家的看法更趨一致，此為 IJF 的最大目標。

二、過程

茲就本次出訪行程以及重要活動，逐一說明如下：

(一) 行程總表

時間	參訪行程	
	上午	下午
1/28 (四)	自學校啟程(10:30)	抵達日本東京(19:00)
1/29 (五)	各項比賽案例影片觀看及討論 (09:30~12:30)	各項案例討論與實際演練(全體著白色柔道服)(15:30~18:00)
1/30 (六)	分析、探討各項比賽案例 (09:30~12:30)	講道館師範特別講堂 (15:30~18:00)
1/31 (日)	自飯店啟程(11:00)	自日本成田機場搭機返臺(15:30)

(二)研討會行程

1. 各項比賽案例影片觀看及討論

講習會開始第一天，1月29日，講道館一樓電梯前，有兩位熟識各國柔道先進的前輩接待大家，因為講習會場位於七樓，左、右兩個電梯抵達不同樓層，一出電梯，即見到會場前另外四位熟識各國學員的日本柔道前輩迎接大家的蒞臨，這麼貼心又熱忱的接待，讓我們對於即將展開的課程很是期待。

當天上午9時許即與臺灣其他參加成員到達講道館7樓柔道場，先與其他同樣提早抵達的教練、裁判們打招呼，立即上前與任職講道館道場指導部課長向井幹博先生打招呼，20幾年前向井先生即帶日本 MIKI HOUSE 女子隊到國立體育大學進行移地訓練，便請託他引介筑波大學岡田弘隆教授（兼柔道總教練）。

第一階段影片案例：

講習會開始，由 IJF HEAD REFEREE DIRECTOR Mr. Juan Carlos Barcos 開場，一勝或半勝，經由影片案例觀看，先讓參加者表示自己的意見，再看慢動作或數次觀看，針對得分或沒有得分、犯規或沒有犯規、一勝或半勝等方面做討論。只要有一人有不同看法，講者會請他表示意見，之後大家再針對不同看法討論，以取得共識；偶爾會有較具爭議的判決，經過詳細討論及參加者的意見陳述後，仍然有少數幾名與現場的二百人不同看法，最後決議是，規則就是如此，請少數幾位尊重多數人的意見。

第二階段影片案例：

本階段討論比較有爭議的案例，因為柔道競賽時，裁判必須馬上作出判決，教練也應該有自己的看法(意見)，IJF 請教練、裁判一起參加講習會，其目的是讓雙方互相聽取不同的意見，依據規則，將分歧意見降到最低。目前國際賽會必須配置攝影系統輔助，遇有肉眼無法立即判斷的狀況時，審判委員可經由攝影系統慢動作及反覆觀看後給予裁判判決之建議，讓賽會的爭議最小化。

第三階段著柔道服實際演練及討論：

下午進行的課程，所有參加人員必須穿著白色柔道服，依據上午的影片案例與討論後，比較有疑義的比賽內容作探討。先由 IJF 講師依序說明，之後由現場學員發問，因為柔道競賽為雙人對抗運動，很多瞬間反應不可預期，許多比賽案例皆為初次出現於國際賽會中，講師們不厭其煩地說明，參加學員們也將平時比賽或訓練中，曾經(可能)發生的狀況提出問題，讓講師們做出最後決議。

2. 各項較具爭議比賽案例影片觀看及討論

第二天，1月30日的課程，主要針對第一天討論時，較具爭議的幾個狀況做更詳細分析與探討。

第一階段影片案例：

針對第一天幾個還無法確認的狀況作詳細探討，並經由不斷觀看比賽錄影帶，直到絕大部分學員都可以接受的決議才停止，討論過程，IJF 講師們，讓不同意見的學員，都能完整表達自己的看法，再依學員的意見做討論及解釋為何如此判決。

第二階段綜合討論與問題解析：

IJF 講師群針對二天的內容作綜合結論，在講習會期間所有的討論內容，雖然有幾個動作、規則大家都有疑義，認為不太妥適，現行規則無法做更改，必須等 2016 年里約奧運後，IJF 會整體作討論語規則修訂，目前只能依現行規則做比賽判決。柔道比賽，技術得分，有些很容易給其中一方；有些會比較複雜，這些狀況有三種可能的狀況：一、白方得分，二、藍方得分，三、沒有任何一方得分。反摔的狀況，給最後有控制的一方。學員返回各自崗位後，如果有任何問題，隨時都可以傳送問題，影片給 IJF 負責競賽影音的團隊，他們會做適當的處理。

第三階段講道館師範特別課程：

由講道館師範做專題演講，講題為柔道的本質(Essence of Judo)。從柔道的目的(True Purpose of Judo)談起，柔道內涵有身體教育、比賽、道德教育，三者缺一不可。

柔道的理論與運用(Theory and Practical)，基本知識：柔道衣、禮儀(自己、對方、場地，每個動作要有四秒)、基本動作(姿勢、眼神、護身倒法、抓握、動作、安全的摔倒與特別的規則)、技術理論與基本原則。柔道基本動作雖然大家都會，經由講道館師範解釋其原由及意義，讓參加的學員們，對於柔道運動的基本精神、內涵的精髓，都能有更進一層的了解；最基本，也是最容易忽略的，各自返回推展柔道的崗位後，能依此精神，繼續各自不同的角色，但是有共同的精神依據與追尋的目標而努力，相信大家都能將嘉納治五郎師範「精力善用、自他共榮」的精神推展到世界各角落。

三、心得與建議

(一) 心得

本次講習會只有二天，IJF 經過多年的舉辦，對講習會的流程掌控得很精準，不浪費任何時間，讓所有參加學員，都能從短暫的兩天，將競賽之疑義提出問題，與 IJF 講師群們共同討論，做出決議；討論時，即使只有一個人有不同看法，講師們仍然會先請他發表看法之後再作探討，最後再作決議。尊重每一個人的意見，並讓不同意見有發聲的機會，讓每一個參加者都覺得被尊重，這是一個很簡短又實用的研討會。

全日本柔道人，不分上下，全力支援講習會，從報到開始、到講習會結束，即使貴為奧運金牌得主、各級學校教練，他們依然在場地轉換時，全體聽從指揮，協助場地布置，沒有任何聲音，這一直都是我在在學習的「精力善用、自他共榮」精神。

(二) 建議

國內因法規限制，各級講習會規定必須有一定的天數，但像 IJF 的年度講習會，精準的抓住重點做深入且詳細的討論，讓所有參加學員都能對內容有透徹的理解，返回各自崗位後，便是各國的講師。建議國內的法規可以依據此精神，已經取得證照者，只需參加修訂規則、最新或經由運動科學證實的不同訓練方法及依據即可；讓講習會的課程達到，學員捨不得缺課的目的。

四、附錄



全體大合照



上課情形



各項競賽狀況探討



IJF 講師群&講道館師範



講道館向井幹博先生



IJF 裁判長 Mr. Juan Carlos Barcos