

# 新興體育

## ——腳鬥士運動

程峻 台北市立長安國民中學體育教師

### 前言

2008年北京奧運結束之後，中國在獎牌獲得數（51金21銀28銅）上排名第一的亮眼表現，無疑已成為世界體育大國，在世界體壇上擁有舉足輕重的地位（法新社，2008）。此外，北京奧運也成功的行銷了中國文化的特色與經濟實力的展現，更讓世界見識到其無限的潛能。然檢視當今正式的運動競賽項目，尚無一項是由中國所發展而成的，在中國人的心裡不免有憾，所以，其欲藉由振興民族體育賽事，以真正樹立中國體育強國身分的企圖心，是可想而知的。中國有五千多年的歷史，民間體育活動的種類亦繁多，但體育活動終究得擁有其完備的規則才能成為競技項目，否則就只是兒童玩耍嬉戲的遊戲而已，因此，腳鬥士運動便是中國刻正積極打造，希望成為國際正式比賽的競技項目，相信不久的將來，這項新興的體育運動定有成功的一日。有鑑於此，筆者希望透過本文的介紹，讓大家先行瞭解這項運

動的發展情形與其內容，以便即早因應未來之發展可能為目的。

### 腳鬥士之由來

腳鬥士運動源自於被中國列為兒童十大經典遊戲之首的鬥雞童玩（另有打彈珠、拍紙牌、滾鐵圈、丟沙包、跳格子、跳橡皮筋、抓石子、打陀螺和踢毽子等），其係由「蚩尤戲」演化而來，在民間以童玩遊戲的方式流傳，於中國南方俗稱「鬥雞」；北方稱之「撞拐」、「頂拐」或「鬥拐」。經過千年的演變發展而成以單腳支撐、單膝攻擊對方的獨特運動形式，是腳鬥士運動的雛形。現代腳鬥士運動的推展則是由吳彥達先生所創，他將盛行於閩南武夷山地區的鬥雞運動進行開發，並根據其運動特徵將其命名（用腳進行競技搏鬥的勇士）；而為使推廣國際化，取其諧音為英文“JUDOSE”之名（吳彥達，2009）。（如圖1）

表1 腳鬥士運動發展大事紀

時間 (西元)	大事紀要
2005年4月	腳鬥士項目研發組在大陸福建省武夷山成立。
2005年12月	完成該項運動競賽規則及裁判法之設計。
2006年4月	完成該項運動專用護膝用具之專利申請。
2006年8月	由北京德道傳媒有限公司組成該項運動推廣委員會，創始人吳彥達先生任執行主任兼秘書長。
2006年12月	在北京中央民族大學舉辦大陸首屆全國腳鬥士大賽。
2007年	在世界各國進行國際智慧產權及商標的註冊 (在臺灣於7月16日完成) 及推廣活動。
2008年4月	在瀋陽體育學院舉辦大陸第二屆全國腳鬥士大賽並配合2008北京奧運會的到來進行各種宣傳活動。
2009年5月	在武夷山市舉行授牌儀式，該項運動正式落戶於此。
2009年	持續在全國各地區學校進行該項運動比賽與推廣活動。
2010年起迄今	持續進行國際化的推廣及註冊活動，以尋求認同。

資料來源：吳彥達 (2009)。

## 腳鬥士大事紀

腳鬥士運動在國內尚是陌生，在國際上也算是新興的運動項目，有關其發展之歷史進程，簡單彙整介紹如表1。

腳鬥士不僅是一項新興的體育運動，還是一項體育文化創意產業；它將古老的民間遊戲進行挖掘創新，建立起全新的賽事系統，並實施品牌化運作，在世界上83個國家和地區進行了商標註冊和知識產權保護，立意打造成一個成為大陸第一個擁有自主知識產權的體育項目和具有國際影響力的文化體育品牌。

## 比賽規則介紹

有關比賽規則的內容係依據腳鬥士運動乙書 (吳彥達，2009) 為主，茲將重要且特殊之部份條列如下介紹：

- 一、場地大小：一塊平坦柔軟的泥地、木板地或塑膠地面即可。由邊長5×5公尺形成正方形之主戰場；主戰場中線左右各1公尺處畫一直徑60公分的圓圈為站位預備區；主戰場周邊向外延伸1公尺為警戒區，如圖2所示。
- 二、組別區分：按體重分為男、女組之輕量級 (男<60kg；女<50kg)、中量級 (男≥60kg，<70kg；女≥50kg，<55kg)、次重量級 (男≥70kg，<80kg；女≥55kg，<60kg)、重量級 (男≥80kg，<90kg；女≥60kg，<65kg)、超重量級 (男≥90kg；女≥65kg)。
- 三、比賽服裝與人數：區分為紅、黑二種顏色。團體賽5人則須在胸前分別印有車、馬、炮、象、將字樣之標誌，並按順序出

場比賽。

四、比賽時間：個人賽設5局，每局1分鐘，局間休息1分鐘。團體賽分三單元，每一單元每局比賽時間均為2分鐘，單元間休息1分鐘。

五、比賽動作：先立正站好，然後任選一腳支撐站立，另一腳彎曲於體前並與支撐腳成交叉狀態。可採一手握住小腿以下部位，另一手握住踝關節；或以一手握住膝關節以上部位，另一手握住踝關節之二種戰鬥姿勢。

六、比賽形式：區分個人與團體賽，簡單介紹如後。

#### (一) 個人賽

- 賽前先抽籤決定紅或黑方。黑為先攻方（一、三局）；紅為先守方（二、四局轉守為攻方），第五局決勝局則以體重較重者為攻方為之。
- 使用攻防技巧造成對方失誤者得3分，擔任守方者在1分鐘內未被擊敗得1分，攻守二方達違規次數時，對手得1分。

#### (二) 團體賽

- 分三階段出賽，名單確立後依序進行，不得更改。第一單元（車馬炮對抗賽）採1局9分制（先達9分者勝，分數不累積到下局）；第二單元（車馬炮挑戰對方象將賽）採2局9分制；第三單元（象將挑戰賽）則採3局9分制。



圖1 腳鬥士運動進行實況

★ 圖片來源：[http://fj.fjsen.com/fujian/2009-05/14/content\\_705006.htm](http://fj.fjsen.com/fujian/2009-05/14/content_705006.htm)

- 挑戰賽的進行是以二隊每單元未敗的選手得以繼續出賽，進行挑戰對方下一階段選手，直到任一方之「將」被打敗為止。

#### 七、違規動作列舉與罰則

- 用非支撐腳以外的部位攻擊對手，如以頭頸、手部、軀幹等。
- 脫手（即雙手未能握住非支撐腳小腿及以下部位），但雙腳仍成交叉狀時。
- 消極進攻（裁判手勢開始後）長達5秒的時間。
- 擔任守方時，每累積2次違規失1分；攻方則累積3次失1分。

#### 八、失敗條件

出界、支撐腳踝關節以上部位著地、脫手且雙腳未成交叉狀、手握非支撐腳之部位不正確、單局比賽時間內交換支撐腳、嚴重違反運

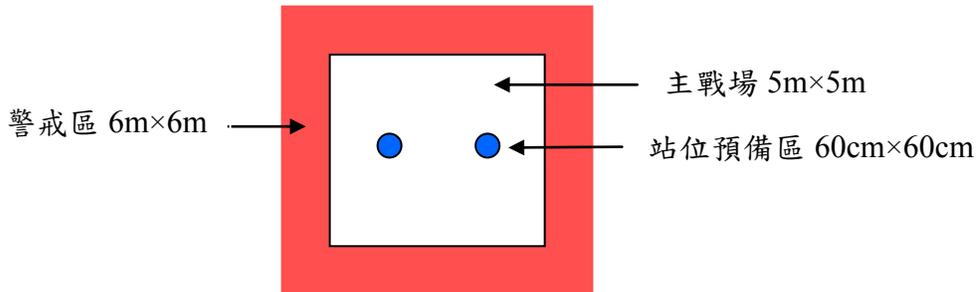


圖 2 比賽場地示意圖

動道德等情形，皆視為失敗論處。

### 腳鬥士運動的特色

- 一、民族性：當今世界諸多的體育項目大都源自於各民族的傳統體育活動。但尚無一項是由中國所發展而成的，以躋身為世界體育強國而言，該運動的成立與否，對於喚醒其民族的歸屬感、自信心和凝聚力，具有不可言喻的作用。
- 二、國際性：腳鬥士雖以民族體育運動為發展根基，但其欲推廣成為國際性運動項目卻是其終極的目標。我們從其大量地與各國進行產權與商標的註冊行動來看，就不難發現其欲將之打造成中國第一個擁有自主知識產權體育賽事的企圖心。
- 三、安全性：該運動以將對手擊出場外或失去平衡為勝負標準，輔有良善的保護器具為用，既能帶給人們對搏擊類運動的刺激和興奮感覺，又能妥善保障身體的安全性，

是運動傷害最小的搏擊類運動。

- 四、趣味性：其運動形式源於童玩遊戲，因此，在對抗中可以充分享受到遊戲般的快樂和競技般的刺激，具有獨特的運動體驗。在規則上除有個人的攻防戰術運用外，團體項目也融入了中國象棋的元素在內，使該項運動增添了些許的趣味性。

- 五、普遍性：其運動形式簡潔，以單腳支撐跳躍，單膝攻擊對方的技術易學、易練，對場地、器材的要求亦不高，一般人皆可隨時隨地便能加入參與活動，普遍性極高。

#### 推廣價值

腳鬥士運動是一項力與美相結合、智與勇相融合的民族體育項目。透過人體的下肢動作，把體育競技中的進攻和防守技術與戰術等基本元素充分地展現出來；在校園內的推展條件上也極為便利，符合學校體育教育的本質，茲條列其價值如下：

- 一、此項運動不需要任何輔助器材，僅需有一塊平坦柔軟的場地便可進行，無需額外的金錢花費。
- 二、玩法新穎有趣，簡單易學，容易上手，可隨教隨玩，有別於一般體育運動項目，不需特別的運動技能即可參與。
- 三、符合多數人參與活動之教育目的，適合學校體育教學之用。
- 四、技術運用上能充分讓學生展現個人與團體的互助合作精神與策略應用。
- 五、運動強度適中，能有效提升學生體適能，養成規律運動的習慣。
- 六、運動性質富娛樂性，易結合舊經驗（童玩金雞獨立撞鬥遊戲），而且安全性高（只需加強佩戴稍厚之護膝、護肘，並將遊戲規則中之攻擊動作稍加調整、限定，即可達到安全之保障），學生的參與性佳。

## 結語

每項運動的發展皆有其時空背景因素，瞭解其歷史源由，除了鑑古知今增長見聞外，更可發現到其實每項運動本身都與我們生活周遭的動作或行為模式有一定的關聯性。像本文所介紹的腳鬥士運動，乍聽之下雖陌生，但在我們童稚時期的玩樂中卻早已接觸過，只是我們並不知道而已。筆者常想，祖先們遺留給我們後代很多的生活經驗與文化智慧，如果我們能好好傳承運用並加以發揚光大的話，要能發

展出被國際所肯定並做為共通比賽項目其實不難，端賴我們是否有心去推展而已。腳鬥士運動未來之路雖然充滿著艱難和不確定性，但它勢必將成為中國民族體育邁向國際賽事的一個里程碑；也值得讓我們借鏡參考其努力的作法與精神。

## 參考文獻

- 吳彥達（2009）。*腳鬥士運動*。北京市：人民體育。
- 法新社（2008）。*京奧落幕，美國讓位，中國變成新體育超強*。資料取自2008年8月25日：<http://n.yam.com/afp/sports/200808/20080825342127.html>
- 福建東南新聞網（2009）。*雙世遺再添新名片，腳鬥士落戶武夷山*。資料取自2009年5月14日：[http://fj.fjsen.com/fujian/2009-05/14/content\\_705006.htm](http://fj.fjsen.com/fujian/2009-05/14/content_705006.htm)