

台灣體育選手培訓發展之省思 ——以游泳選手為例

黃善祺 屏東縣富田國民小學教導主任



前言：這樣的疑惑

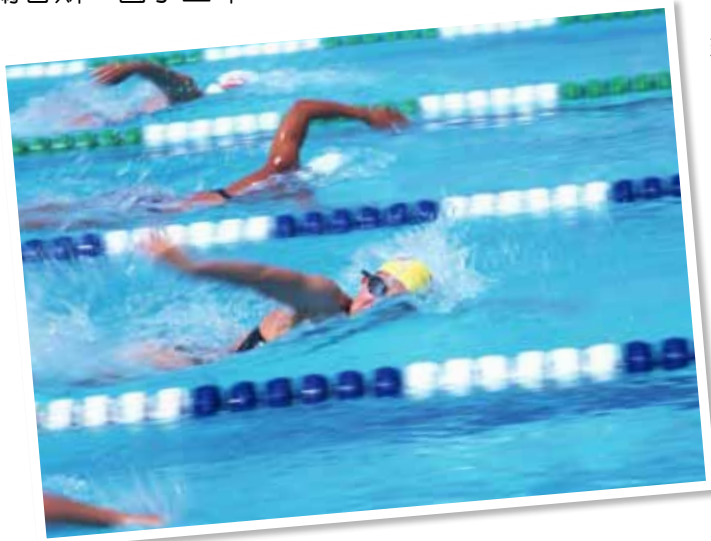
「林書豪」在 101 年的 2 月瞬間席捲全世界，全球熱愛籃球的運動迷相信在短短三週內已認識這位亞裔的美國人，身處 NBA 最高籃球殿堂的傑出表現。而他的奮鬥故事更是足以激勵所有東方人，讓長期在籃球運動上無法與西方世界抗衡的情況，以及所遭遇的困境且難以突破跨越的藩籬，有了不一樣的想法，進而一掃鬱霾，帶來全新希望。

此時此刻，筆者感受格外深刻，因為個人陪伴自己的孩子走上游泳訓練之路已至少有六年以上時光，面對孩子游泳運動的發展有著無限遐想與期待。與籃球相同，游泳運動在身高上的限制對一名選手成績影響甚鉅，尤以捷泳與仰泳更是。因此，林書豪的故事對筆者也具另一層面的鼓舞，只是筆者總不免思索著這樣的問題：「台灣體育環境下有可能出現林書豪嗎？」儘管疑惑，仍然還是要問，在台灣這塊土地上，自己孩子在游泳這條路上的發展，值得每天不斷投注大量時間與精力於此嗎？這是個嚴肅問題，在風靡林書豪現象的同時，更是值得我們對台灣運動選手培訓進行再一次全新的省思與檢討。

需要保障的運動選手之路

您知道嗎？一位國小的游泳訓練選手，一天需要多少的運動時間？上午晨泳一至一個半小時，下午放學再練兩個小時，每天至少練游 3000 公尺以上，而 5000 公尺以上者更是比比皆然，否則難具競爭力，更是不能稱為游泳訓練了。2008 年榮獲史無前例八面金牌的美國泳將菲爾普斯，國小三年

級開始學游泳，11 歲以後，一年之中幾乎無任何休息時間。其自傳中提到，接續的五、六年時光裡，總共只有五天未下水游泳訓練的紀錄（麥可・菲爾普斯，2009）。



筆者因為熱愛運動，自然也希望自己的孩子能夠喜愛運動，而他更不知不覺走上了游泳訓練之路。為了拿到好成績，每天游、每月游、每年游，犧牲父子兩人假日與休閒的時間，不分早上與晚上、寒冬與酷暑，一下水即是超過兩小時，當然，更有不可少的陸上體能訓練課程。林林總總地相加乘，用一年時光換取來的，其實僅是多快一、兩秒極速而已。筆者常想，這樣的時間拿來進行課業成長或其他不同類型學習，他不知能獲得多少寶貴知識與技能，而我們卻堅持

在這游泳訓練上。這一切付出與努力值得嗎？一路走來，我始終如此不斷反問著自己。

台灣的家長們都深知，在處處以考試為身分門檻驗證的社會架構下，當運動發展時間多於課業時間之時，這會是一項「冒險」的人生選擇。畢竟，它的基本保障在哪？可多元選擇性又會在哪？相較於在美國運動求

學，我們知道他們有獎學金制度，學生於特色發展上經過長年的努力付出而有良好表現之後，可申請進入心目中的理想大學、理想科系就讀，甚至爭取優渥獎學金提供，以減少家庭的金錢負擔，進而讓選手有更多元

的生涯規劃與選擇。

反觀在台灣，運動選手缺乏基礎保障機制，也沒有運動職業的大環境，在努力付出之餘，卻是不對等的學習報酬，家長自是「怯步」。畢竟，孩子的成長一輩子只有一次，過了就不可能再重來，路又往往只能選擇「單行道」，家長何以讓孩子身處「冒險」之境呢？因此，體育運動在台灣往往淪為讀書之外的陪襯，難以獲得家長的認同與支持，是此，台灣體育選手如何逐層發展，進而站上國際舞台發光與發熱呢？

建構健全的體育培訓環境

多年來，台灣在游泳運動的國際體壇之表現總是差強人意，甚至在亞洲地區，仍遠遠落後於日本、大陸與韓國。就筆者觀察而言，長久以來，台灣游泳相關的各發展單位總似乎是「各忙各的」，而沒有相互支援與結合的運作系統在裡頭。教練們更是各自發展，總似乎有著不成文的規定，選手們應有「門戶」概念在裡頭，在這一教練求教之下，實則「不宜」再到另一教練下學習。對此現象，身為教育工作者且同時兼任家長角色的筆者而言，深感詫異與不敢苟同。「教育目標無它，只為求學者好而已」，在學校教育裡有所謂的「課輔老師」，也就是在學生原有的教學老師之外，另覓一名教學者給予個別輔導，以求彌補學生一直無法改正的學習錯誤，這是所有學校教師都深知的一項教學策略之一。筆者實在不明白體育運動為何出現此一「閉關自守」現象，這絕非選手之福，台灣泳壇對此如無轉變，筆者勇於斷言，台灣游泳選手要站上國際舞台發光發熱的那一天，將會是遙遙而無期了。

另一方面，筆者長期觀察國際泳壇的發展，同樣是東方國家、東方人體型，亞洲其他國家在泳壇的成就，就遙遙領先於我國。在日本有知名的「蛙王」北島康介，曾經獲得 2004 年夏季奧林匹克運動會的 100 公尺蛙泳與 200 公尺蛙泳金牌，並在 2008 年夏季奧林匹克運動會上再度蟬聯這兩個項目。



再者，同樣在日本有「仰泳王」之稱的入江陵介，榮獲兩屆世界大學生運動會三冠王、香港東亞運三冠王、廣州亞運三金一銀得主，以及多次打破男子 100 公尺及 200 公尺仰泳世界紀錄，而以上兩位選手身高都僅是 178 公分。再者，近年來中國大陸與韓國泳壇更是陸續產生奧運前三名與國際賽事優異表現的選手，反觀台灣本身，長久以來，任何一項游泳單項要打入奧運前八強，都是一件極其困難的游泳目標。為何如此呢？對此疑問，在陪伴孩子辛勤訓練的同時，個人總不時地思索著；並且，也細膩地觀察國家泳協的發展與體育政策的規劃。畢竟，身為家

長有一必然責任，須協助孩子釐清這項運動的未來發展性到底有多少？協助他建構對這項運動的願景，這些都是必須做到與清楚掌握的。否則只是一昧地要孩子努力學習與付出，但卻看不見這項運動的未來可能性，孰者之過呢？此時此刻，面對台灣泳壇發展成績與國家對選手們的培訓規劃，總有著「敬而遠之」的感覺。要問的是，我們的驕傲在哪？有無光榮歷史呢？如果這一切的答案都將令人失望的話，如何讓家長與選手們信服，進而託付理想於此呢？更遑論犧牲人生其他目標，而專注於此訓練了。最是擔心的是，走到最後，又要「勇敢走自己的路了」。

行政院體育委員會主任戴遐齡也因應林書豪旋風，公開宣布在暑假辦理「籃球學校」，筆者不禁擔憂，這是否將淪為急就章式的運動推展政策，此乃長久之計嗎？教育為是百年大計，人人皆知，一個教育政策施行如無十年以上，難能觀察出成效，實在擔心哪一年又宣布因經費不足，就此停辦，豈不枉然走一遭？教育切莫實驗，而須從根發展，由上而下全盤完整規劃，否則傷害的不僅是家長，更是孩子的未來。規劃出真正長久且明確的培訓機制，型塑值得信賴的體育訓練環境，讓家長與孩子清楚選擇自己想走的路，一切不留後悔。

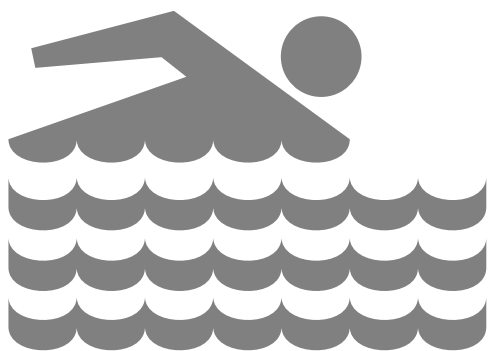
近年，馬英九總統大聲疾呼：「全民泳起來！」全國各地大量補助基層游泳發展經費，只是有無「對症下藥」，成效有否進行

追蹤與考核，有無具體突破，卻是值得國家最高體育主管單位重視。再者，台灣泳壇長久以來存在的根本發展性問題有無真正去面對，並作出全新的變革，更會是選手與家長關心與期待的。筆者長期觀察並負責任作出以下說明：以筆者身處的屏東縣為例，過去幾年以來，除了每年必須辦理的縣運與中小學聯運游泳比賽之外，屏東縣游泳協會或相關單位幾乎甚少辦理額外的游泳比賽。如此一來，如何激發出更多的基層游泳選手與家長參與本運動呢？且對於每天努力付出時間訓練的選手們而言，缺少表演舞台與自我驗證的機會，他們又該如何有效成長呢？因此，可以看見的是，屏東縣選手們在全國賽裡表現不盡理想，而參與游泳訓練的人數也逐年減少，游泳發展總是蓬勃不起來。反觀，同樣位處屏東縣，短短幾年之間，直排輪在這兒深耕得有聲有色，從教練群的彼此合作，經常性申請經費辦理比賽活動，進而鼓勵家長多多參與孩子比賽，小至幼兒組，再逐年一一分組，型塑出了選手、家長、教練與推動單位緊密結合的基層發展運動，從比賽熱絡的盛況就可理解一二。因此，常年下來，國際級的比賽都有屏東縣的選手參與，也都榮獲佳績，有很好的表現。

上述乃以地方性的游泳發展為例作說明，相較於全國而言，中華民國游泳協會亦有家長與選手期待之處。從 100 年理事長人選的延宕產出，進而停辦了往常應辦

理的全國性大賽，影響選手權益（黃邱倫，2011）；隔年，報名費暴增，重重增加了參加選手家庭的負擔，造成怨言四起，但選手們卻又不得不妥協，畢竟還是要比賽嘛！這真是一種遺憾，身為家長期待的應是，能夠看見一套健全的培訓與鼓勵機制，對於表現優異的選手規劃出有制度的訓練之路，如何精進泳技才是。「門戶之見」暫且擱置一旁，以國家整體發展優先，將有潛力的選手不斷往前推進，走向國際舞台，具備競爭前三名的實力。而不是「屏東縣小地方無法同全國比，而全國又無法跟世界比」這般自我設限。

領導者的責任即是走在前端，引導出正確的路來，創造健全的選手培訓環境是台灣泳壇未來的必要之務，且從國小基層就做起。進而建構一套讓選手與家長都能「安心」訓練的體育發展機制，從小到大，逐次系統發展，孩子才能看得見未來。



結語

「人生有夢才美」，孩子未來也因夢而充滿希望，每每陪伴孩子辛苦地進行游泳訓練之餘，父子倆總會做起未來也是奧運選手的美夢。然而，升學壓力總令人難以喘息，如何兼顧，真的好難。林書豪故事的出現，有關單位切莫僅做錦上添花的功夫，拿出實際作為讓家長與孩子看得見希望。十二年國教推動在即，期待這一切能有轉機，而國家的責任即在建構健全教育體系，替每位孩子創造有希望的未來，真心盼望能夠走出讓孩子與國家運動發展都能雙贏的教育新局。

參考文獻

麥可・菲爾普斯，艾倫・亞伯拉罕森（2009）。
夢想，沒有極限，台北：日月文化。

黃邱倫（2011，3月8日）。群龍無首，泳協內
訌掀大波。中國時報，C3版。