國立臺灣師範大學運動與休閒學院
運動競技學系 碩士學位論文

# 培育優秀原住民跆拳道運動人才現況與展望

研 究 生：潘　穎
指導教授：李佳融

中華民國 103 年 7 月
中華民國臺北市

# 前　序

口試委員與系主任簽字之論文通過簽名表……i

論文授權書……ii

中文摘要……iii

英文摘要……iv

謝誌……vi

目次……vii

表次……x

圖次……xi

# 培育優秀原住民跆拳道運動人才現況與展望

2014 年 7 月

研 究 生:潘　穎
指導教授:李佳融

## 摘要

本研究目的在探討我國優秀原住民跆拳道運動員之現況，有效提升選手競技運動的水準和競爭力，發掘與培養更多原住民跆拳道選手。研究對象以參加 102 年全國原住民運動會跆拳道比賽的選手和教練共十名，透過半結構性訪問(semi-structured interview)訪談法及參與觀察法，將訪談結果彙整後，歸結出選手學習跆拳道的內部優勢、劣勢及外部機會、威脅，將分析結果配對得到四種策略型態，給予教練和選手建議與鼓勵，並提供相關單位作為政策規劃與執行之參考。本研究結果從 SWOT 分析中瞭解選手優勢為較佳的身體素質等；劣勢為心態調整不足等；機會為相關補助與獎勵制度等；威脅為家庭經濟環境、城鄉差距等。再者也針對原住民跆拳道選手的運動生涯發展，根據目前學習之經歷、社會政策之趨勢，瞭解其現況與未來的展望，依據研究結果建議選手及教練在日後訓練內容上之依循方向，並輔助選手利用資源、掌握機會有利於未來自我運動生涯之規劃。最後建議政府單位對於原住民跆拳道選手能有效提供完善的政策制度，改善部分缺失之情況。

**關鍵詞: 跆拳道、原住民選手、SWOT 分析**

# The Current Situation and Prospect of the Nurture of Outstanding Aboriginal Taekwondo Athletes

July, 2014

Author: Pan, Ying
Advisor: Lee, Chia-Jung

## Abstract

The purpose of this study is to deal with and explore the current situation of the outstanding aboriginal taekwondo athletes of our country and how to effectively boost the martial levels and competitiveness of these athletes so as to find and nurture more and more aboriginal taekwondo athletes. The subjects of this research were ten athletes and their coaches that took part in the taekwondo tournament of the 2013 national aboriginal athletic meeting. Through semi-structured interviews and participant observation, four strategic models have been found after the analysis of the inner strengths and weaknesses and outer opportunities and threats in the course of these athletes' learning taekwondo. These strategic models not only offer suggestions and encouragement to the athletes and coaches but are also helpful to the planning and practice of the policy made by the authorities concerned. The SWOT analysis has resulted in understanding that the strengths of these athletes are their better physical qualities etc., their weaknesses are the insufficient adjustment of their attitudes etc., their opportunities are the subsidization they can get, the award system, etc., and the threats to them are poorer family finances, rural-urban disparity, etc. This study also explores the sports career of aboriginal athletes and their current situation and prospect, and according to their own training experiences and the trends of social policy, advances suggestions to the athletes and coaches on the directions of their following training and on how to help athletes make good use of resources and how to seize the opportunities of planning and developing their sports career. Last but not least, this study also makes suggestions on how the governments can provide good policy-making system effectively and how the authorities

concerned can help improve some of the present drawbacks in our development of taekwondo.

**Key words: Taekwondo, Aboriginals athletes, SWOT analysis**

# 謝　誌

還記得兩年前抱持著延續運動生涯的使命選擇就讀研究所這條路，一邊完成自己對於跆拳道的夢想與執著，一邊攻讀碩士學位希望在學術上能更精進。兩年中，有些遺憾沒有給自己在選手生涯留下一個最完美的結局，不過在選手身份轉換為研究生的那段期間，從最先的徬徨無助到現在已經完成了一篇有價值的論文，經過研究生活的洗禮和歷練的確使我學習、成長很多，對此我也深信人的能力是無可限量，潛能是可以被激發，訓練和讀書的過程一樣辛苦，但它帶給我的成就感讓我感受生命與學習的歷程是非常的踏實，值得我回憶一輩子。

修業期間，感謝台灣師大運動競技學系的所有師長、同學們，從大學到研究所這六年來對我滿滿的照顧指導與提攜，讓我能夠在術科上有傑出的表現，並順利完成學業的修習。我非常感謝台灣師大跆拳道隊的李佳融教練，從我剛進師大第一年起就非常提拔、栽培我，讓我無後顧之憂的朝目標邁進，考上研究所後特別擔任我的指導教授，除了日常生活對我的提點之外，也在學術領域上給我很多機會去學習和表現，衷心感謝李佳融教練這段時間對我的厚愛與關心。

在撰寫論文的過程中，更感恩各地所有教練、長輩對我的指導和幫忙。特別要謝謝我的恩師連文生教練、南投縣民和國中吳聰哲教練、屏東縣勇士道館李榮傑教練、宜蘭縣諾幹.斗烈教練、及國內最優秀的原住民跆拳道選手，這些和我亦敵亦友的學長姐、學弟妹們，感謝您們貢獻出寶貴的經驗，讓我的研究內容更充實、更有說服力。

當然最要感謝的是我最愛的家人們，爸爸、媽媽您們辛苦了，結婚十年才生下第一個寶貝女兒潘穎，我知道您們寄予我很高的期望，所以在我每一個成長階段的付出都是如此用心良苦，我也很努力的不讓您們失望。今天我碩士畢業了，我想把這份榮耀獻給您們，親愛的爸爸、媽媽永遠是我的驕傲，我人生道路上的榜樣。還要感謝我的妹妹，親情的力量是最偉大的，在我需要妳的時候總能陪在我身邊。

最後，感謝這一路以來所有貴人的幫助，才能成就今天的我。感謝主，讓我擁有這麼豐富的人生經歷。我會繼續加油!

潘 穎　謹致 2014.07

# 目　次

**第壹章 緒論**……1

第一節　研究動機與背景……1

第二節　研究目的……3

第三節　研究問題……3

第四節　研究範圍和限制……3

第五節　名詞解釋……5

**第貳章 文獻探討**……8

第一節　原住民體育發展研究……8

第二節　全國原住民運動會的發展概況……10

第三節　原住民運動人才培育計畫的實施調查……15

第四節　跆拳道的起源與發展……19

第五節　探討 SWOT 分析法之相關文獻……22

**第參章 研究方法**……27

第一節　研究架構……27

第二節　研究步驟……28

第三節　研究對象……30

第四節　研究工具……31

第五節　資料處理與分析……32

第六節　研究結果的撰寫方式……33

**第肆章 結果**……...34

第一節　原住民跆拳道選手及教練基本資料與背景..……34

第二節　SWOT 分析原住民跆拳道選手之運動歷程..……....44

第三節　原住民跆拳道選手運動生涯的延續方向..……56

.

**第伍章 討論**……...64

第一節　原住民選手 SWOT 分析..……...……64

第二節　SWOT 策略型態的應用探討..……....67

第三節　原住民選手運動生涯的延續發展..……69

**第陸章 結論與建議**…..……71

第一節　結論..…….....……71

第二節　研究歷程的反思……...72

第三節　建議..……....74

**引用文獻**..…….....……**76**

**附錄一 參與研究同意書**..……**85**

**附錄二 訪談大綱**..…..……..……...**87**

# 表　次

表 1-1　SWOT 分析策略表.....7

表 2-1　歷屆台灣原住民族運動會概況.....13

表 2-2　教育部培育優秀原住民學生運動人才計畫發展概況.....18

表 2-3　歷屆參與奧運會跆拳道比賽原住民國手.....21

表 2-4　1977-2011 年參與世界跆拳道錦標賽的原住民國手.....21

表 2-5　體育與運動相關 SWOT 分析獻.....26

表 3-1　受訪者基本資料表.....30

# 圖　次

圖 3-1　研究架構圖.....27

圖 3-2　研究流程圖.....29

# 第壹章 緒論

本章共分為四節，第一節、研究動機與背景，概略敘述我國優秀原住民運動員的發展及研究者本身在運動經歷上的體悟，引申出本研究的動機。第二節、研究目的，透過目前優秀原住民跆拳道運動員的經驗，瞭解選手的優勢與劣勢、機會與威脅；第三節、研究問題，根據本研究目的所要探討之問題。第四節、研究範圍和限制，研究對象為目前國內原住民跆拳道選手及教練；第五節、名詞解釋，說明訪談對象為優秀原住民選手、跆拳道簡史、全國原住民運動會以及 SWOT 分析。

## 第一節 研究動機與背景

歷年來原住民在臺灣的運動界扮演著極為重要的角色，也在不同領域的運動項目中表現傑出，成就非凡。原住民有與生俱來優異的運動細胞，若是經由有效、有系統的訓練，並配合運動科學化的幫助，加上先天驍勇善戰、熱情樂觀和刻苦耐勞的天性，必能培育更多優秀的原住民運動員。

檢視台灣的運動史，原住民運動員在台灣體壇上一直占有相當重要的地位，例如，早期的亞洲鐵人楊傳廣、十項運動名將吳阿民、日本職棒名將郭源治以及中華職棒陽介仁、王光輝等；還有籃球國手鄭志隆、錢薇娟等。近年來，亦可發現原住民運動員風靡在棒球、籃球及舉重、跆拳道、自由車等運動場上，以其優異的運動天賦嶄露頭角。國內學術界曾有不少的學者，從各種角度探討原住民優異運動成就的背後因素。例如，王宗吉(1986；1998)、王建台等(2001)、李加耀(1997)及吳騰達(1997a；1997b)等人，分別從社會學、文化與人類學的的角度探討原住民的運動文化，發現台灣原住民受其傳統狩獵、農耕、漁獵等生活方式與環境的影響，配合其祭祀、戰鬥、年齡儀式等文化之薰陶與訓練，因此，得以孕育出不少運動人才；而蔡禎祥(1959)及余錦泉(1963)則從體質人類學、解剖學及遺傳學觀點探討台灣原住民優異運動表現的體質因素。葉憲清(1974；

1976)則由生活環境之觀點，探討山地、平地青年運動能力之差異。另外亦有些學者認為，台灣原住民參與體育活動，在地理環境、民族特性、休閒活動及學習興趣占有利因素，值得政府在政策上支持發展這些優越的運動條件(鄭光慶，1995；李加耀，1998)。綜合上述，發現原住民社會在運動文化與自然環境上有先天背景條件，而生理亦有其運動的天賦，此乃學界公認之事實(王宗吉等，2000；吳滕達，1997a)，而如何發揮原住民先天運動天賦、文化背景條件，則成為政府與社會各界最大的期盼。

自雪梨奧運會正式將跆拳道列入正式比賽項目，世界各國開始積極培訓把跆拳道列為國家重點運動項目，及包含雅典奧運會、北京奧運會三屆賽事共計 24 面金牌，除美國與墨西哥各獲 2 面金牌，希臘、澳洲、古巴各獲 1 面金牌外，其餘 17 金牌均由亞洲國家獲得(韓國 9 金、中國 4 金、台灣 2 金、伊朗 2 金 )，占總金牌數的 75.00%，所以台灣在世界跆拳道舞台上還是佔有一席之地(楊家維，101)。回顧跆拳道項目在我國，過去幾年參加多次國際性比賽，屢獲獎牌，是我國技擊運動中最具世界競爭性的項目，更是我國參加奧運會、亞運會和各級國際性錦標賽獲獎奪金的主要種類，並被國際運動媒體列為第一級的跆拳道國(邱共鉦，2005)。在如此競爭激烈的跆拳道運動項目，原住民選手在此項目中優異的表現更是受到大家肯定。以早期的選手黃明德、王健雪各代表我國參加世界盃跆拳道錦標賽榮獲金牌及銀牌，還有剛於 2012 年倫敦奧運會參加女子跆拳道 57 公斤級首位以此量級奪得銅牌的選手曾櫟騁，也是繼楊傳廣在 1960 年羅馬奧運會上獲得銀牌後第二位為臺灣贏得奧運獎牌的阿美族國手。由此可見，原住民選手對於跆拳道界的貢獻是有目共睹的。

本文研究者以身為原住民感到驕傲和光榮，因緣際會走上運動員之路，更在跆拳道的舞台上有亮眼的成績。跆拳道不僅影響我的人生觀也讓我得到寶貴的歷練，訓練競技的過程中讓我有深切的體悟，尤其我認為大部分的原住民選手，在培育和訓練上需要政府及大環境更多的關心和幫助。因此希望藉由本研究讓原住民跆拳道選手能更加了解自己，強化自我優點及機會，並藉由優勢改善內、外部的劣勢。研究者相信成功並非偶然，並體悟到原住民選手想要在運動界這個大環境出頭並不容易，而要成為頂尖的優秀運動員，除了選手本身在訓練上的努力之外，更是需要社會的資源、機會的培養創造，才能

在運動界中發光發熱。綜觀以上所述，研究者認為現今有許多原住民選手仍活躍於體壇中，該如何發掘人才並加以培養，更重要的是原住民選手未來發展的方向如何?這是個值得加以重視研究的主題。

## 第二節 研究目的

一、瞭解原住民跆拳道選手，在訓練及比賽上的優、劣勢之情形。

二、瞭解原住民跆拳道選手對於自我運動生涯的延續及未來發展方向。

三、針對原住民跆拳道選手在訓練比賽、未來發展的需求提供相關的建議。

## 第三節 研究問題

一、利用 SWOT 分析受訪者在學習跆拳道的過程和比賽經歷的優勢、劣勢、機會、威脅，瞭解影響選手本身的關鍵因素為何?

二、針對原住民跆拳道選手對於運動生涯的發展和延續進行深入的瞭解探討。

三、以 SWOT 分析配對後得到的四種策略型態，將四種策略型態運用於原住民跆拳道選手目前的運動經歷上，並探討選手在往後跆拳道生涯中之影響。

## 第四節 研究範圍和限制

一、研究範圍

(一)研究對象:

本研究以探討我國原住民跆拳道選手現況為主，將針對目前優秀原住民跆拳道選手，及參與原住民選手培育和訓練的教練進行深度訪談。

(二)研究時間:

研究者本身為原住民也是現役跆拳道選手，親身投入訓練及參與各項比賽，並發現最近幾年原住民選手在跆拳道競賽的表現受到肯定，其中最具指標性的原住民選手就屬2012 年倫敦奧運銅牌得主曾櫟騁，如此優異的成績讓各界開始關注原住民選手這塊資源，因此研究時間將針對參與 102 年全國原住民運動會的原住民跆拳道選手，在訓練和比賽過程的狀況作為研究依據。

(三)研究內容:

研究者進行探討優秀原住民跆拳道選手的發展現況，先從文獻探討整理出相關研究的看法，並實際參與觀察、訪談，藉以瞭解原住民跆拳道選手的現況是否與文獻探討相符，以選手探討自我的方式，用 SWOT 分析選手個別的優點、缺點及機會、威脅，並以目前選手對於學習跆拳道和參與競賽的現況作為依據。經由分析後的結果交叉配對得到四種不同的策略型態，針對往後選手繼續參與跆拳道生涯給予建議和鼓勵。本研究的主題乃聚焦於選手及教練以目前的角度來回顧自我跆拳道運動經歷對本身的優勢、劣勢為主，以避免範圍過大而難以周全之虞。

二、研究限制

(一)研究對象:

為符合研究目的，本研究採立意取樣為原則，以參與 102 年全國原住民運動會的六位跆拳道選手，須具中華民國政府規定之原住民族籍身分，並有國際性比賽經驗或全國性賽事獲得前三名者；及目前參與訓練和培育原住民選手的四位教練。無法涵蓋國內其他原住民選手及教練，因此在資料分析與研究結果具個別性，在推論上可能有所限制。

(二)研究過程:

針對受訪者來自國內不同縣市，所以在訪問上需要時間的配合和安排，因受限研究者能力、時間與人力等因素，故原則上以一次的深入訪談為主，時間由半小時至一小時左右。針對訪談後較不清楚之問題及其他需要釐清的部分，研究者會再與受訪者用電話聯繫和E-mail的方式去瞭解，致使研究內容更充實、豐富，並能貼近受訪者所要詮釋的內容。

(三)研究結果:

本研究採用質性研究的參與觀察和訪談，以研究者的親身經驗和訪談中受訪者敘說的資料作為本研究的依據。並針對 102 年全國原住民運動會的選手及教練為探討對象，因研究者認為兩年舉辦一次的全國原住民運動會為目前台灣最盛大的原住民比賽，也是第一次舉辦具有全國運動會賽事規模的跆拳道比賽，各縣市也推派出目前國內優秀的原住民選手參賽，因此研究者認為本賽事對原住民跆拳道選手具有更多的機會與舞台來展現自我的實力，希望除了瞭解原住民跆拳道選手的運動生涯發展，也能深入去探討本賽事的發展概況，故以 102 年全國原住民運動會為本研究的標準。因考量研究者時間與能力上的關係，則無法探討其他各賽事的原住民選手及教練，所以在研究內容上無法涵蓋所有選手和教練的建議。

## 第五節 名詞解釋

一、優秀原住民跆拳道選手

本研究之優秀原住民跆拳道選手為目前在國內跆拳道比賽中有傑出表現的運動員，並具有國際性比賽經驗及全國性錦標賽前三名的成績。

二、跆拳道

跆拳道是朝鮮族的國技，跆為運用腳來進行攻擊、防守及馬步等技術，拳為運用手來進行的攻擊及防守等技術，道為練武者對武術的心靈修養及修正。跆拳道既是一項能夠強身健體，又能夠於防身自衛的傳統搏擊武術，更是一項新興的集健身、競技及娛樂為一體的現代體育，集力學、兵學、哲學、醫學及倫理學為一體，以技擊格鬥為基礎，以修心養性為核心，以磨練人的意志、振奮人的內在精神氣質、培訓練習者良好的禮儀及道德為目標。跆拳道於 1988 年奧運會時為示範項目；於 1992 年的巴塞隆納奧運會開始為示範比賽項目；到 2000 年的雪梨奧運會成為正式比賽項目。

三、全國原住民運動會

行政院體育委員會(現為體育署)為發展原住民體育，提升原住民體能，鼓勵原住民積極參與運動，提供原住民切磋、觀摩學習與傳承原住民文化，特舉辦全國原住民運動會，並依據國民體育法第十九條規定訂定本準則，參賽選手資格須為中華民國國民並具有原住民身分，且以原住民身分在其代表縣市設籍連續滿 6 個月以上者。比賽種類以原住民擅長之競賽種類及其他傳統俗體育活動為主，由承辦縣市依地方特色及場地設備、經費籌措等條件規劃辦理。針對比賽項目每屆並不固定，但多採原住民擅長的奧運和亞運競賽項目及各項原住民傳統競技項目為主。

四、SWOT 分析

SWOT 分析主要是用來分析組織內部的優勢與劣勢以及外部環境的機會與威脅，在市場營銷管理中經常使用功能強大的分析工作。近來，SWOT 分析已廣被應用在許多領域上，如學校的自我分析、個人的能力自我分析等方面上。 在自我能力分析上，SWOT 分析是檢查自我的技能、能力、興趣喜好的有用工具，例如對自我進行詳密的 SWOT 分析會很明瞭知道自我的個人優點和弱點在哪裡，並且評估出自己所感興趣的不同學習道路的機會和威脅所在。本研究的 SWOT 分析係指優秀原住民跆拳道選手的優勢、劣勢、機會、威脅四大層面分析，以構成 SWOT 分析矩陣，針對目前選手在跆拳道訓練和比賽上之探討為研究依據。

五、SWOT 策略型態

學者 Weihrich 所提出的 SWOT 矩陣策略配對（matching）方法包括：SO 策略表示使用強勢並利用機會，即為"Maxi-Maxi"原則；WO 策略表示克服弱勢並利用機會，即為"Mini-Maxi"原則；ST 策略表示使用強勢且避免威脅，即為"Maxi-Mini"原則；WT 表示減少弱勢並避免威脅，即為"Mini-Mini"原則(官坤林，2003)(陳永鑫，2002）。本研究將針對優秀原住民跆拳道選手 SWOT 分析後，進行交互配對得其四種策略型態如表 1-1，並選擇適合的策略運用在選手訓練或比賽。

表 1-1　SWOT 分析策略表

| 內外部因素 | 列出內部強勢(S) | 列出內部弱勢(W) |
|---|---|---|
| 列出外部機會(O) | SO:Maxi-Maxi 策略 | WO:Mini-Maxi 策略 |
| 列出外部威脅(T) | ST:Maxi-Mini 策略 | WT:Mini-Mini 策略 |

WT 策略：改善劣勢避免威脅之策略方向。

WO 策略：透過機會改善劣勢之策略方向。

S T 策略：強化優勢規避威脅之策略方向。

S O 策略：結合優勢與機會之策略方向。

# 第貳章 文獻探討

本研究文獻探討共分為六節，第一節、原住民體育發展；第二節、全國原住民運動會的發展概況；第三節、原住民運動人才培育計畫的實施調查；第四節、跆拳道的起源與發展；第五節、探討 SWOT 分析之相關文獻。

## 第一節 原住民體育發展

早期的原住民，以特有祭典禮俗為基礎的體育活動，在豐年祭、捕魚祭與成年禮等祭典過程中，其部落青年，必須接受身體活動之嚴格訓練，才能晉階或擁有勇士之稱號，並養成身體特殊技能及良好的體能基礎(黃緯強，2003)。台灣原住民的體育活動，是其民族文化重要的精神象徵，表現出盎然生機與生命。因其性格爽朗，在同自然和環境中爭鬥，不謂困難，處處充滿樂觀主義的生活態度。在緊張繁忙的生活勞動之餘，他們自由得嬉戲遊樂，又根據其民族特點，創造了雖然簡單卻富於表現力的玩具和體育活動(林良達，2006)。王宗吉(1995)曾探討台灣原住民遊戲、社會與文化、運動與教育，深知台灣原住民，受其狩獵、農耕、漁獵階段生活方式與環境的影響，配合祭典、戰鬥、年齡階級等文化，孕育不少運動人才。

王建台(1999)認為原住民傳統體育的發生、發展與人類的產生、生活都有密切相關。也就是說台灣原住民傳統體育主要源於生產動力、戰鬥技能及生命禮俗，所以台灣原住民的身體文化活動，多半蘊涵在各種日常生活和歲時祭儀等宗教儀式活動之中，並形成多種密切關係。另外盧麗專(2002) 亦指出，早期台灣原住民先天優異的體能條件，且成為原住民傳統體育活動的濫觴。日本學者鈴木質(1999)指出原住民尚武，男孩子到了六、七歲便由父兄教導射箭，如果命中目標，家人都會給予獎賞，而鄰近之親朋好友會前來祝賀或表示羨慕之意，由於心理的強化作用，如此一來每一個孩子當然就更樂於參與學習射箭與傳統的體育活動。原住民的生活發展與體育的起源，同是一種自然的現象，原

始時代的人類生活必須長於體能運動，為確保生命的安全，必須具有各種活動的技能，而當時這些技能活動就是今日體育方法的始祖(潘添財，1994)。

原住民運動員由於遺傳因素與生活環境的關係，在台灣體壇上一直有著非常優異的成績表現(洪建智，2007)，從早期紅葉少棒隊自民國五十三年成立後每戰皆捷，於民國五十七年八月擊敗日本關西少棒聯盟和歌山調布隊，好消息一傳出震驚世界和臺灣，同時打開臺灣少棒之風氣，直至今日，已培育許多優秀原住民棒球選手。1960 年羅馬奧運會男子十項全能比賽，來自台灣阿美族原住民的楊傳廣獲得銀牌，成為第一位在奧運會中奪得獎牌的中國人，亦開啓了優秀原住民在田徑運動方面的先頁(洪建智，2007)。其他運動項目之中，也不乏有優秀的原住民選手，皆充分發揮其優異的條件和過人的身手展現運動能力。近年，在 2012 年倫敦奧運跆拳道項目中，曾櫟騁選手在女子組 57 公斤級的比賽一路過關斬將，並為我國拿下銅牌，她也是繼楊傳廣之後在奧運中奪牌的阿美族選手。

根據原住民參與體育活動人口調查（范春源等，1999），原住民參與體育活動的總人次為 117,604 人次，包括傳統體育（42,913）、田徑（17,932）、球類（16,781）、表演活動（11,485）、趣味競賽（14,580）、拔河（9,018）、民俗體育（3,891）、技擊項目（193）、其他（811）。調查數據顯示直接運動人口總數，佔原住民總人數之 30.8%，可見原住民運動風潮之鼎盛（王宗吉、黃緯強，2000）。 但由於原住民文化的現代性不足，以及社經地位低下之故（蔡守浦、陳志明，2004），因此雖然原住民具有優越的體能，而且在運動場上有著優異的表現，但是在體壇上仍然是處於弱勢的一群，故而需要政府相關單位予以輔導。

原住民在體育運動方面的表現，向來一直有著極為傲人的成就(洪建智，2007)。目前原住民對運動方面的天賦與喜愛及具有得天獨厚的特殊適應力，堅忍的毅力和耐力，政府宜正視優秀原住民運動選手資源(潘添財，1994)。出類拔萃的原住民優秀體育運動選手眾多，宜積極擬定有關原住民發掘體育運動培訓人才相關方案，並全力發展體育運動及提升特殊適應力、耐力，才能使原住民選手的運動潛力得以發揮，為國爭光。

小結: 目前原住民參與運動人口相當普遍，可以發現選手參與各項運動或許是興趣，也可能是他們的機會，一個能改變環境和生活方式的動力。原住民選手在運動場上展現出精湛之技能、高亢之合作、支配能力及鬥志，除了自我的努力之外，更需要政府從旁的支持協助，期盼政府單位必須正視優秀原住民運動選手，若能早期發掘及培養具有潛力之運動人才，相信原住民選手在未來的發展將無可限量。原住民有與生俱來的運動基因，只要加以磨練，經由系統化及配合運動科學的訓練，以他們熱情豪放、刻苦耐勞的等特質，綜合以上必能造就出更多傑出的原住民運動員。

## 第二節 全國原住民運動會的發展概況

台灣原住民長久以來就是充滿神秘文化特色的族群，每個族群文化各有其特色與發展。近年來在政府的保護及教育下，各個原住民族群精緻並富有豐富特色的文化，紛紛受到重視、保存，進而加以推展(王佳媺，2005)。而台灣原住民運動會 1994 年起舉辦至 2013 年共舉辦 13 次，各屆原住民運動會由不同縣市承辦如表 2-1，也呈現出當地不同原住民族之風格。過去十多年來台灣原住民運動會的研究已逐漸受到重視，特別是對於將原住民運動會的主導權回歸於原住民的思維也漸漸抬頭，可以從中了解原住民運動會演進的歷程及在不同時期的意涵(翁文真，2008)。目前，有關於台灣原住民運動會的相關研究不多，但皆有提到重視及尊重原住民族群意識的觀點，並有在政策上作改革與建議，可見尊重多元族群存在的思維已受到相當程度的重視。

在世界潮流的推動之下，台灣原住民的教育、文化、經濟等問題持續受到政府的重視，其中更以傳統祭典以及體育競技表現最受矚目。因此，早在 1989 年，台灣省議會就提出欲籌辦台灣省山胞運動會，可惜的是當時因為部分縣市爭取承辦太過激烈，最後因無法協調而宣告失敗。直到 1993 年，因省議會中多位原住民省議員再度提出建議，舉辦全省性原住民運動會，其中又以屏東縣籍的排灣族省議員曾華德先生為最大推動的功臣（黃嘉源，2003）。當時曾華德議員針對原住民教育及運動多所注意，在參觀過 1991

年由中華人民共和國於廣西南寧舉辦的第四屆全國少數民族傳統體育運動會後，深感發掘原住民運動人才及保存發揚少數民族文化之重要，遂於議會質詢當時教育廳長陳英豪先生提議舉辦全省性原住民運動會，獲得陳英豪廳長的認同，而有全省性原住民運動會的舉辦（王建台，1995）。針對 1989 年省議會就有籌辦台灣省山胞運動會之提議，直到 1993 年因省議會中多位原住民省議員再度提出建議舉辦全省性原住民運動會，透過政策性的影響，促使原住民傳統運動文化重新整合呈現，從 1994 年開始便由臺灣省政府教育廳主辦全台大型性原住民族運動賽會，亦即「台灣省原住民運動會」，繼而由於精省之故，在 2000 年轉由行政院體育委員會主辦，並正式更名為「全國原住民運動會」。

第一屆原住民運動會於 1994 年 11 月 15 日至 17 日在屏東縣舉辦時，當時為第一次辦理大型原住民運動會，該賽會仍屬實驗辦理性質，故原本打算於隔年 1995 年 2 月在苗栗縣舉辦第二屆原住民運動會，卻因故延後一個月舉辦（黃嘉源，2003），因此 1995 年並無舉辦記錄而延至 1996 年。而從 1996 年至 1998 年間，原住民運動會舉辦時間都在一月份，1999 年起則固定在三月份舉辦，到了 2000 年，由於精省作業的關係，原住民運動會之性質，正式由全省性提升至全國性，主辦單位則由省政府教育廳改為行政院體育委員會，並依循行政院體育委員會於 1999 年所發布之「全國原住民運動會舉辦準則」進行辦理，其原住民運動會名稱正式訂為「中華民國○○年全國原住民運動會」，而舉辦時間則規定於每年一至三月舉辦一次，會期則以三天為原則。直到後來在 2001 年 3 月 13 日重新修正發布的全國原住民運動會舉辦準則中，再將舉辦時間改為每二年舉辦一次， 於一至三月間舉行（行政院體育委員會，2001）。

針對參賽組別而言，第一屆原住民運動會即規定參賽選手需具有原住民身分，將參加對象分成社會男子組（含高中以上男生）、社會女子組（含高中以上女生）、國中男子組、國中女子組等四組，其中社會組以鄉為單位，國中組以縣市為單位。 2001 年於屏東縣舉辦時，參賽組別調整為青少年男、女組及社會男、女組；2003 年苗栗縣承辦時，將參賽組別區分為青少年組（年滿十七足歲（含）以下）、長青組（年滿五十足歲（含）以上）、公開組（無年齡限制）等三組，皆以縣市為單位組隊參加，競賽項目則區分為競技類、原住民傳統運動類、休閒類等三大類（王建台，1995）。至最近一屆 2013 年由

新北市承辦時，參賽組別就依據各比賽項目有所區分，分別有少年男、女組和青少年男、女組及公開男、女組。競賽項目也為了因應台灣目前體育運動發展的趨勢，因此在項目上也不斷的增加了其他種類的運動，由早期的田徑、路跑、拔河、傳統射箭、鋸木、棒球、慢速壘球、相撲、負重接力、傳統祭儀與舞蹈，到現在競賽項目之競技類就有田徑、路跑、籃球、排球、棒球、柔道、跆拳道、健力；傳統及休閒類則有負重接力、慢速壘球、槌球、傳統拔河、傳統舞蹈、傳統射箭、傳統摔角(行政院體育委員會，2012)。跆拳道項目更在最近一屆全國原住民運動會中首次舉辦比賽，而目前跆拳道在台灣的發展相當盛行，且國際性比賽也屢創佳績，原住民跆拳道選手的表現更是可圈可點，所以能在全國原住民運動會中增加跆拳道比賽，必定能帶給我國原住民選手更多磨練的機會和經驗，對此是一大幫助。

全國性原住民族群運動賽會自 1994 年舉辦迄今，業已舉辦了 13 屆，歷經 19 年，參與人數與舉辦規模日趨盛大，政府期盼台灣原住民族群能夠將運動及藝術同時溶入生活中，更希望透過原住民族運動會的舉辦，能有效地散發台灣原住民族群的文化特色與運動潛能，並進而帶動之後一系列的各個族群文化的深度認識活動，讓生活在寶島上的各個族群之間的文化能相互認識、欣賞及互相尊重，因此原住民族運動會的重點不在競技人才的培養，而是在於運動精神的建立。原住民選手在原住民族運動會中，應該把面對高山大海的精神，轉變為運動員的精神，為個人、族群爭取最好佳績。全國原住民族運動會必須樹立起屬於原住民族群的運動精神，展現尊貴且榮耀的運動觀點以達到普遍有價的理想，建立原住民族的文化特色和民族自信（莉欣書妲，2001）。

以原住民運動文化的轉型及延續方式透過最單純且最原始的運動競技賽會，打破台灣地區的族群語文化藩籬，凝聚原住民族與一般民眾對台灣的認同，喚醒各個族群對傳統體育運動的重視(王佳媺，2005)。行政院體育委員會亦表示，全國原住民運動會一直是體育推展的重點之一，其宗旨為發展原住民體育，提升原住民體能，鼓勵原住民積極參與運動，提供原住民切磋、觀摩學習與傳承原住民文化。藉由原住民運動會的深度推動，不但是台灣對於體育多元文化的重視，也藉此提供了更寬廣的舞台讓原住民選手展現其運動天賦，更期盼能達到保存原住民傳統文化之目的。

小結: 兩年一次的全國原住民運動會至去年已舉辦 13 屆，並由不同縣市、不同族群承辦。原住民除選手除了在運動場上的競爭之外，更需要去關注和瞭解每個族群之間的差異，學習與接受不同的文化。全國原住民運動會之宗旨為發展原住民體育，提升原住民體能，鼓勵原住民積極參與運動，提供原住民切磋、觀摩學習與傳承原住民文化，並能藉由比賽讓不同族群的原住民有機會向外界展現自我獨特的文化。再者，跆拳道為我國非常重視的運動項目，也在 102 年全國原住民運動會中正式列入比賽的項目，並邀請在倫敦奧運拿下銅牌的原住民選手曾櫟騁擔任此賽事的代言人，成功的吸引到各界的關注。期待未來能獲得更多相關單位、團體支持，把臺灣原住民的精神發揚光大。研究者認為全國原住民運動會為目前台灣最盛大的原住民賽事，也讓原住民選手能有更多的舞台與機會去展現自我運動能力，期盼經由本研究除了瞭解原住民選手的運動生涯發展之外，也能去探討全國原住民運動會的重要性及未來的發展方向。

表 2-1 歷屆台灣原住民族運動會概況

| 屆別 | 主辦縣市 | 舉行日期 | 競賽項目 | 備註 |
|---|---|---|---|---|
| 第 1 屆 | 屏東縣 | 1994/11/15-17 | 田徑、拳擊 | 原稱「臺灣省原住民運動會」 |
| 第 2 屆 | 苗栗縣 | 1996/01/09-11 | 田徑、路跑、推力、狩獵、迎親賽會、大豐收 | |
| 第 3 屆 | 台東縣 | 1997/01/18-20 | 田徑、健力、棒球、摔角、拔河、負重接力、射豬、擲矛、十字弓 | |
| 第 4 屆 | 花蓮縣 | 1998/01/10-12 | 田徑、路跑、跆拳道、五人制足球、拔河、負重接力 | |
| 第 5 屆 | 桃園縣 | 1999/03/05-07 | 田徑、路跑、拔河、傳統射箭、鋸木、棒球、慢速壘球、相撲、負重接力、傳統祭儀與舞蹈 | |
| 第 6 屆 | 基隆市 | 2000/03/24-26 | 田徑、路跑、拔河、慢速壘球、棒球、橄欖球、籃球、舞蹈、射箭、摔角、負重接力 | 正式訂為「全國原住民運動會」 |
| 第 7 屆 | 屏東縣 | 2001/03/22-24 | 田徑、路跑、拔河、拳擊、傳統射箭、傳統摔角、健力、排 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | 球、足球、桌球、柔道、負重接力、傳統祭儀與舞蹈 | |
| 第 8 屆 | 苗栗縣 | 2003/03/29-04/01 | 慢速壘球、路跑、拔河、大隊接力、傳統射箭、傳統摔角、爬樹、排球、足球、槌球、傳統拔河、負重接力、傳統祭儀與舞蹈 | |
| 第 9 屆 | 高雄縣 | 2005/03/25-28 | 田徑、路跑、拔河、柔道、大隊接力、傳統射箭、傳統摔角、排球、慢速壘球、槌球、舉重、傳統拔河、負重接力、傳統祭儀與舞蹈 | |
| 第10屆 | 宜蘭縣 | 2007/03/30-04/01 | 田徑、路跑、拔河、柔道、傳統射箭、籃球、足球、角力、狩獵、負重接力、傳統祭儀與舞蹈 | |
| 第11屆 | 桃園縣 | 2009/03/28-30 | 田徑、拔河、龍球、傳統射箭、傳統拔河、鋸木、棒球、慢速壘球、籃球、負重接力、傳統祭儀與舞蹈 | |
| 第12屆 | 台東縣 | 2010/03/26-28 | 田徑、籃球、棒球、柔道、拔河、健力、負重接力、原住民舞蹈、慢速壘球、傳統摔角、傳統射箭、槌球 | |
| 第13屆 | 新北市 | 2012/03/30-04/01 | 田徑、路跑、籃球、排球、棒球、柔道、跆拳道、健力、負重接力、慢速壘球、槌球、傳統拔河、傳統舞蹈、傳統射箭、傳統摔角 | |

註:引自臺灣原住民族資訊網。2005 年高雄縣原住民族運動會改革之研究(王佳媺，2005)。表格經研究者整理而成。

## 第三節 原住民運動人才培育計畫的實施調查

原住民運動環境的困境，具體可分為硬體營構、人才養成、運動文化的再興三個部分。至於「運動人才養成」部分，依據 87 學年度大學聯考原住民籍考生錄取科系類別統計，教育類約佔 45%，人文學類約 14%，商業及管理類約 24%，法律及社會、心理類別合佔約 16%，衛生醫藥約 7%，工程及工業技術類合佔約 6.5%，自然科學和數學、電機電算類合計只有 2.6%，體育類只有 4%，藝術類有 2.5%。原住民社會所需的人才也不是目前職業證照所能認定，完全依照主流社會的定義，可能模糊了原住民專門人才培育的特性(陳榮裕，1999)。為解決培育運動人才的問題，政府主要由「體育署」(原體委會)、「全民運動處」掌理關於原住民體育之推動、輔導及獎勵事項，此外並與教育部相互配合。

目前政策主要乃是調查原住民學校體育教學器材設備現況，編列專款逐年補助充實(教育部，1996)。特別是「運動人才養成」，更涉及到了發掘與教育的問題，對於原住民參與比賽成績表現優秀選手之發掘有兩個途徑，一為在體育教學中觀察發現；二為經過速度、彈性、肌力、柔軟度、瞬(爆)發力、協調能力、心肺能力之測試，予以發掘。前者需有正常化教學及受過專業訓練之體育教師用心觀察作基礎；後者需有測試工具及專業人員施測、分析、判斷。應辦理原住民國小運動潛能測試，儘早發現其有潛力之學童，建檔列管，並依其年齡、身體狀況，循序漸進，施以有計畫之長期培訓。再來選定重點發展單項運動原住民學校，補助其培訓經費，定期檢驗培訓績效，甚至提供原住民學生參加寒暑假青少年運動訓練營(教育部，1996)。對於有關培養體育績優之原住民青年辦法，顯然不能僅止於國小、國中的範疇，而應能擴大至大專院校及研究所的範圍，以鼓勵原住民繼續從是體育運動的研究與進修(蔡守浦，2004)。針對選手的延續及未來就業工作上，恢復辦理學校專任運動教練甄選儲訓，訂定保障名額，保障原住民運動選手返回其原居住地學校擔任教練。

原住民的運動成就有目共睹的，但整體而言，持續規劃與培育原住民學生運動人才、逐年充實原住民學生運動人才資料庫、補助或獎勵民間團體辦理原住民體育運動、

充實原住民地區體育發展重點學校運動場地設施，及推展具各族特色之原住民傳統體育項目等面向，仍有待研擬具體策略協助解決。行政院原住民委員會及教育部對於培養體育績優之原住民青年訂有補助要點:一、對於高中及各國民中小學原住民學校有補助要點方式辦理:如人才培育、體育競技、重點學校補助。二、對於原住民學生(含大專以上)在國際上及國內傑出表現者如前三名者分別對教練及績優學生有獎勵金的補助。針對上述明顯無法刺激高中以上的原住民繼續從事各項運動發展，因此培養體育績優之原住民青年辦法，能擴大至大專院校及研究所的範圍實有其必要，因為原住民青年學生能就讀大專院校以上者實屬不易，在大專院校之體育系原住民學生也不過近百人而已，政府所花的資源不會很多(馬賴古麥，2004)。對於目前體育政策應該著重於原住民菁英人才的養成，檢討自身文化體系，提出其運動文化精神面的復興政策。此外，由於權責的單位相關事務重疊現象相當明顯，如何避免資源浪費，顯然都是當務之急(蔡守浦、陳志明，2004)。

為了延續楊傳廣等優秀田徑選手的傑出表現，教育部於民國 87 年 7 月起，委託國立體育學院研擬「培育原住民學生田徑人才計畫」，以延續優異田徑選手人才的培育。此計畫乃是教育行政主管機關研擬完整計畫與步驟，來提升原住民學生田徑運動天賦之首例，也充分表達政府對開發原住民學生運動稟賦之具體落實(洪嘉文、詹俊成，2000)。經過 4 年，教育部於 92 年 4 月 9 日訂頒開始辦理「培育優秀原住民學生運動人才中程計畫」。此計畫係自 92 年起至 96 年之五年計畫，其目的為一、藉由督訓工作促使原住民運動人才培訓正常化，並提供專業化指導與訓練協助。二、為鼓勵各重點學校積極發掘深具潛能之運動人才，使訓練工作具體落實，並避免揠苗助長現象發生。本計畫經過多次專家學者會議討論，對於運動種類的篩選係以個人項目、分級種類及亞奧運重點培訓項目為主如表 2-2，因此本計畫選出七個種類，係因該七個種類過去曾有原住民前輩運動選手締造過特殊成績，具有相當成就，並能充分發揮原住民體能特色，分別為棒球、女壘、田徑、體操、柔道、跆拳道、舉重等(教育部體育司，2003)。

其後，依據立法院原住民問政會 91 年 10 月 28 日(91)委瓦國問字第 910339 號函，「研商 92 年度原住民教育預算會議記錄」，會中結論「有關教育部所提培育田徑及運動人才

之計畫，應予以整合，並請體育司提出整體計畫之內容」辦理(林曼蕙，2010)。因此民國 92 年將計畫目標及對象修訂為早期發掘及培養具有潛力之田徑、棒球、女壘、跆拳道、柔道、舉重、體操七項目優秀原住民學生運動人才，執行內容也增加為一、督訓暨輔導計畫。二、統計暨資訊處理計畫。三、特優選手科研監控計畫。四、暑假國內移地訓練計畫。五、教練研習會計畫。惟執行一年後，由於在科研監控方面，教練及選手未能配合適當的評估時間，以致無法發揮監控效果，再者，受委辦單位之人力以及實驗器材與專項生理表現測量方法無法完全適用所有選手，遂於 94 年再修定監控對象為田徑、跆拳道、柔道、舉重、體操五項。96 學年度下學期，本計劃案由台灣適應體育運動與健康學會接受委辦，97 學年度計畫以建立公開選才機制與培訓輔導機制為核心工作，輔以醫療、科研、訓輔等培訓措施。至此，原住民運動人才培育計畫由推薦培育選手進入全國公開遴選培育的階段。此計畫能早期發掘及培養具有潛力之優秀原住民學生運動人才，進行有計畫的培訓計畫，輔助其參加國際比賽，爭取最佳成績，為國爭光，提升國家在國際上的形象(洪建智，2007)。

小結: 原住民選手近年在運動的成就備受矚目，如何規劃與培育原住民運動人才、補助或獎勵民間團體辦理原住民體育運動、充實原住民地區體育發展重點學校運動場地設施，及推展具各族特色之原住民傳統體育項目等面向，需要各單位研擬具體策略協助解決。研究者發現目前在針對原住民選手的計畫和政策，雖然形式上的規劃看起來相當完善卻仍有部分缺失，舉例來說大部份優秀的原住民選手都有參與培訓和獲得獎勵，不過其他有潛力而環境不好的選手卻沒有得到實質上的幫助，所以在計畫和政策上還是需要去調整改善。為使我國跆拳道運動能在國際上發光發熱，而達到高水準成效的運動員得花上 8 年的時間，故應儘早選擇具有跆拳道運動潛能的人材，進行有計畫、有系統、有目標的培訓。

表 2-2　教育部培育優秀原住民學生運動人才計畫發展概況

| 時間 | 名稱 | 培育項目 | 備註說明 |
|---|---|---|---|
| 民國 88 年-92 年 | 培育原住民學生田徑人才計畫 | 田徑(短、中、長跑暨十項) | 1.教育部委託國立體育大學辦理統籌。 |
| 民國 92 年-96 年 | 培育優秀原住民學生運動人才中程計畫 | 田徑、棒球、女壘、跆拳道、柔道、舉重、體操等七項 | 1.為期五年(民國 92 年至 96 年)。<br>2.於民國 94 年修定監控對象為田徑、跆拳道、柔道、舉重、體操等五項。 |
| 民國 96、97 年 | 96 學年度培育優秀原住民學生運動人才計畫 | 田徑、跆拳道、柔道、舉重、體操等五項 | 1.此計畫由台灣適應體育運動與健康學會於 96 學年度接受委辦。 |
| 民國 97、98 年 | 97 學年度培育優秀原住民學生運動人才計畫 | 田徑、跆拳道、柔道、舉重、體操等五項 | 1.台灣適應體育運動與健康學會承辦。<br>2.針對國中、高中(職)、大學學生。 |
| 民國 99 年 | 99 年度培育優秀原住民青少年運動人才計畫 | 田徑、跆拳道、柔道、舉重、體操等五項 | 1.國立體育大學承辦。<br>2.針對國小、國中、高中(職)學生。 |
| 民國 100 年 | 100 年度培育優秀原住民青少年運動人才計畫 | 田徑、跆拳道、柔道、舉重、體操、射箭等六項 | 1.國立體育大學承辦。<br>2.針對國小、國中、高中(職)學生。 |
| 民國 101、102 年 | 培育優秀原住民青少年運動人才 101 學年度執行計畫 | 田徑、跆拳道、柔道、舉重、體操、射箭等六項 | 1.國立體育大學承辦。<br>2.針對國小、國中、高中(職)、大學學生。 |
| 民國 103 年 | 教育部體育署培育優秀原住民運動人才 103 年度執行計畫 | 田徑、跆拳道、柔道、舉重、體操、射箭、拳擊等七項 | 1.國立體育大學承辦。<br>2.針對國小、國中、高中(職)、大學學生 |

註:引自學校原住民運動人才培育計畫與結果(林曼蕙，2010)。台灣適應體育運動與健康學會網站。教育部培育優秀原住民青少年運動人才計畫遴選要點。表格經研究者整理而成。

## 第四節 跆拳道的起源與發展

跆拳道受到朝鮮悠久歷史文化所影響，所以具有濃厚的朝鮮文化色彩。在古代，朝鮮人民為了保護自己的家園發展一套強身健體、臨危的時候用來自我防禦的武術。這種經過時間慢慢磨練出來的武術成為了一種有目的、有意識的活動，也是韓國古代武術的雛型。體育史學家研究歷史文物(古籍、古代壁畫)時發現跆拳道源於朝鮮半島三國時代，其根源甚至可以追尋到古代的徒手搏擊。另有說法認為跆拳道並無歷史，其內涵風格以及名字均自 20 世紀 50 年代起始。跆為運用腳來進行攻擊、防守及馬步等技術，拳為運用手來進行的攻擊及防守等技術，道為練武者對武術的心靈修養及修正。跆拳道既是一項能夠強身健體，又能夠於防身自衛的傳統搏擊武術，更是一項新興的集健身、競技及娛樂為一體的現代體育，集力學、兵學、哲學、醫學及倫理武德為一體，以技擊搭鬥為基礎，以修心養性為核心，以磨練人的意志、振奮人的內在精神氣質、培訓練習者良好的禮儀及道德為目標。現在跆拳道是一種得分性質的運動，並不具有實用搏擊能力。

1973 年 5 月「世界跆拳道聯盟」正式成立於漢城，金雲龍博士被選為主席，由他發展出新的規則及對打技巧，致力向全世界推廣跆拳道，並主辦國際性的大型比賽，使跆拳道進入國際化。1975 年，世界跆拳道聯盟成為了國際體育聯合會的成員，使跆拳道運動讓更多人認識。五年後，國際奧委會正式承認了世界跆拳道聯盟。2000 年雪梨奧運會將跆拳道列入正式競賽項目；在成為奧運會項目前，跆拳道曾成為世界運動會的比賽項目( 汪茂鈞，2007)。

我國跆拳道之興起， 於 1966 年時任國防部副部長蔣經國率領軍事訪問團參訪，親睹南韓跆拳道之戰技成效，返國後指示擇定海軍陸戰隊有計畫推行，並延聘南韓籍教官來臺推展，1967 年海軍陸戰隊「莒拳班」設立，在「反攻復國」的年代將跆拳道寄寓「毋忘在莒」的表徵，為主政者所主導重視（葉霽翔，2000），同年 12 月盧孝永、鄭榮輝、洪性仁、李永煥、姜石井等五位跆拳道教官，就在陸戰隊士校播下我國跆拳道運動的種子。後來海軍陸戰隊「莒拳班」的教官與退役軍人陸續投入民間跆拳道館的經營，使得跆拳道轉入民間。此外曾任海軍陸戰隊司令羅張轉任警政署署長、中華民國跆拳道協會

理事長等職，使得跆拳道由軍中延續至警界與民間推展，奠立全面發展基礎(李建興、李佳融，2010)。在軍方有計畫的訓練與編定教材之下，乃培育出許多軍中與民間道館的師資，埋下跆拳道在民間蓬勃發展的種子，也造就了選手日後在國際跆壇上的優異表現，而日漸取代軍中在台灣跆拳道界的地位(葉霽翔，2000)。

跆拳道自 1967 年引進台灣後，於民國 1973 年假台北市自由之家正式成立中華民國跆拳道協會，由袁國徵將軍擔任理事長，歷經多年推廣，已見成效，目前私人經營的跆拳道館有 595 家，各級公私立學校成立的社團有 160 個，合計基層團體共 755 個，具有黑帶一段以上的會員人數達九萬一千多人，無段位的練習人口更高達二百餘萬人(蔡明志、邱共鉦，2004)，在國際上屬於發展較早的國家之一。 另外跆拳道在民間萌芽應在 1973 年「中華民國跆拳道協會」成立之後，官方的主導致使跆拳道在民間迅速生根、茁壯。1984 年，羅張轉任警政署長一職，更促使了跆拳道的觸角伸及警界，並使跆拳道的發展更形多元。而民間道館數量亦逐漸達到顛峰，跆拳道在「面的普及」可見一斑(汪茂鈞，2007)。

1973 年遴選陸戰士官學校選手，成立男子代表隊，參加漢城(首爾)第一屆跆拳道錦標賽，獲得 6 面銅牌，團體成績第 3 名(楊淑君，2010)，此為我國跆拳道參加國際賽事之濫觴；此一時期，退守台灣的國民政府，在國際間與中共的中國 (China)正統外交戰中節節敗退，尤其 1971 年中共加入聯合國，1978 年大陸與美國宣布關係正常化，並造成台美斷交，台灣前途未卜；1981 年 3 月 23 日，在主政者同意的默契下，我方與國際奧會簽訂「奧會模式」，國家運動代表隊得以 Chinese Taipei(中華台北)的名義參加國際體育運動活動；潰敗的國際外交中，國際體育運動成為凝聚民族主義的依靠，在主政者軍事訓練的意圖、台灣國家民心認同的徬徨、國際空間孤立無援等種種內外在環境因素，具有國際競爭力的跆拳道，成為主政者「運動行銷台灣」的利器、台灣民心聚焦的關鍵、國人自我認同的投影(李建興、李佳融，2010)。在政府資源支持下，爾後數十年間，國際賽成績亮眼，跆拳道在我國競技運動的國際性錦標賽中，奪牌率、獲獎牌數和比賽等級，均居國內所有競技運動的首位(李仁德，1996)。

綜觀以上所述，由於早期官方自上而下、強有力的主導所奠定的良好基礎，才能使

跆拳道在台灣的發展能有今日的成果，其成效可由中華民國跆拳道協會的成立、道館社團的林立以及選手成績的優異、警方的積極參與觀之。故官方的努力對台灣跆拳道運動的發展而言，居功厥偉(葉霽翔，1999)。時至 2004 年雅典奧運會，我國陳詩欣及朱木炎選手勇奪兩面奧運金牌；及 2008 年北京奧運會、2012 年倫敦奧運會，朱木炎、宋玉麒和曾櫟騁選手各奪得銅牌的殊榮，証明多年來的跆拳道的扎根與推展，收到實際的成效，而放眼 2016 年巴西奧運，跆拳道更是國人熱切期盼的奪牌熱門項目。

小結:跆拳道是我國寄予厚望的重點運動項目之一，在每屆奧運會都能有奪牌的實力，而在國際性比賽中也有優異的成績表現，當然原住民跆拳道選手的貢獻更是不容小覷，在奧運會、世界錦標賽等國際比賽中都曾有獲獎的原住民選手如表 2-3、表 2-4，目前也有許多優秀原住民青少年選手在國際比賽中表現亮眼，因此原住民選手的潛力在未來是需要被各界去重視的。

表 2-3　歷屆參與奧運會跆拳道比賽原住民國手

| 比賽名稱 | 姓名 | 成績 |
|---|---|---|
| 1992 年巴塞隆納奧運會(示範賽) | 羅月英 | 女子組鰭量級 金牌 |
| 2012 年倫敦奧運會 | 曾櫟騁 | 女子組-57 公斤級 銅牌 |

表 2-4　1977-2011 年參與世界跆拳道錦標賽的原住民國手

| 時間 | 地點 | 姓名 | 成績 |
|---|---|---|---|
| 1977/09/15-17 | 美國(芝加哥) | 黃明德 | 男子組輕量級 金牌 |
| 1979/10/25-27 | 西德(斯圖加特) | 黃明德 | |
| | | 林保羅 | |
| 1982/02/25-27 | 厄瓜多爾(亞基爾) | 王建雪 | |
| 1987/10/07-11 | 西班牙(巴塞隆納) | 楊茜鈞 | 女子組重量級 銅牌 |
| | | 林保羅 | |
| 1989/10/09-14 | 南韓(漢城) | 楊茜鈞 | 女子組重量級 銅牌 |
| | | 余慕源 | |
| 1991/10/28-11/03 | 希臘(雅典) | 潘麗琪 | |
| 1993/08/20-22 | 美國(紐約) | 羅月英 | |
| 2003/09/24-28 | 德國(加爾米施-帕騰基興) | 諾幹.斗烈 | 男子組重量級 銅牌 |
| | | 曾櫟騁 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 2005/04/13-17 | 西班牙(馬德里) | 諾幹.斗烈 | |
| 2007/05/13-17 | 中國(北京市) | 曾櫟騁 | |
| 2009/10/14-18 | 丹麥(哥本哈根) | 曾櫟騁 | 女子組-57 公斤級 銅牌 |
| | | 朱元志 | |
| 2011/05/01-06 | 南韓(慶州市) | 曾櫟騁 | |

註:由台灣師範大學李佳融教練提供。引自中華民國跆拳道協會官網。表格經研究者整理而成。

## 第五節 探討 SWOT 分析之相關文獻

王嘉燕（2007）指出，大多數的學者都同意 SWOT 分析是組織用來辨識、蒐集、控制、分析、綜合環境條件相關資料的一個整合過程。SWOT 分析起源於商業領域之應用，是 20 世紀時在哈佛商學院中使用於商業分析上的一個模式。此一分析模式是一種有方向性且有條不紊的規劃活動。以英文字母縮寫「SWOT」代表優勢（Strengths）、劣勢（Weaknesses）、機會（Opportunities）與威脅（Threats）。就本質上而言，葉連祺（2007）指出 SWOT 分析屬於組織決策之用，可視為是一種情境分析，目的是瞭解存於組織內外部環境中，可能會影響組織的關鍵因素。

由於 SWOT 模式的目的在於釐清眼前所處環境的各項關鍵因素，在分析完成後亦可解讀出未來可進行之方向，因此廣泛運用在諸多領域，用以對個人或組織進行分析、規劃與決策之用。體育領域亦不乏以之為研究分析基礎或作為發展決策建議，例如紀俊吉與蘇慧慈（2006）建議運動員在做生涯規劃決策上可以以 SWOT 分析做為決策依據；陳科嘉與歐正聰（2007）用來分析體育課程規劃的可行性；王志全與張家昌（2008）則用以探討羽球單打戰術之優劣與使用時機。由此得知，SWOT 分析適用範圍甚為多元廣泛，並能明確分析個人或組織現處之環境，以用為發展的依據。

SWOT 分析所使用的分析因素包含優勢、劣勢、機會與危機等四個向度，其主要意涵如下：

一、 優勢：指分析對象所具備的優點，而此一優勢在身處環境中有利於競爭。

二、 劣勢：劣勢即為分析對象本身所具有之缺點，作為改進或避免的方針。

三、 機會：指尚未明確的可能方向，掌握後能夠轉換成競爭優勢從中獲利。

四、 威脅：環境中產生的不利因子，有可能轉變成為分析對象的劣勢。

最早提出 SWOT 概念的學者是 Steiner(1979)，不過當時所使用的名稱是 WOTS-UP，但意義是相同的。隨後，Weihrich 於 1982 年提出一個概念性的分析架構 TOWS5 矩陣，即評估組織之優勢(strengths)、劣勢(weakness)、機會(opportunities)與威脅(treats)，其主要目的是幫助組織發展一個適合本身與環境之策略(葉碧雯，2006)。

一、SWOT 策略形成之步驟:

策略形成的過程是圍繞著 TOWS 矩陣，步驟如下(Weihrich，1982)：

(一)先對企業進行描述、定義，使企業策略的擬定能更明確、更有效。

(二)確認影響企業之外部因素。

(三)預測、評估未來之外部因素。

(四)檢視企業內部之優缺點。

(五)發展所有可行的策略。

(六)選擇可行的策略。

(七)組織處於動態的環境時，應隨時準備好應變計畫。

二、SWOT 特性:

SWOT 的分析的特性包括了(周文賢，1999)：

(一)廣被性

SWOT 分析之應用，不受產業別、行業別、企業別等限制，可廣泛應用於各個領域。

(二)整合性

SWOT 分析除了包含公司內部分析的結果外，尚須融入外部分析的資訊，因此需要發揮高度的整合性。

(三)簡易性

SWOT 分析的進行，不需要動用複雜的數學或統計方法，因此具有簡易的特性。

(四)層級性

在企業中，SWOT 分析並非僅適用於單一層級，而是可適用於多個層級。

三、SWOT 矩陣之分析步驟

要進行 TOWS 矩陣共有八個步驟，茲分述如下(黃營杉，1999)：

(一)列出重要的外部機會因素。

(二)列出重要的外部威脅因素。

(三)列出重要的內部優勢因素。

(四)列出重要的內部劣勢因素。

(五)將內部優勢與外部機會配對出 SO 策略。

(六)將內部劣勢與外部機會配對出 WO 策略。

(七)將內部優勢與外部威脅配對出 ST 策略。

(八)將內部劣勢與外部威脅配對出 WT 策略。

四、SWOT 的組合要素

(一)環境審視

1.外部環境分析：機會與威脅

外部環境分析包含了機會與威脅。威脅與機會也許會在不同的地方找到，但通常可以由經濟、社會、政治、人口統計、產品與技術、市場與競爭等因素中找到。值得注意的是不僅在注意當前的環境因素，亦須注意未來外部環境(Weihrich，1982)。

2.內部環境分析：優勢與劣勢

組織的內部環境分析包含的組織的優勢與劣勢。這些因素可以在管理和組織、營運、財務、行銷和其他地方看出來(Weihrich，1982)。

(二)策略型態的選擇

上述將組織的 S、W、O、T 進行交互配對，配對後可得四種策略型態。

1.WT 策略：改善劣勢避免威脅之策略方向

WT 策略，即依威脅最小化與劣勢最小化(Mini–Mini)之原則，降低威脅、減少劣勢。當組織若遇到極困難的環境之下，便可採用此策略使威脅與劣勢之影響降到最低。

2.WO 策略：透過機會改善劣勢之策略方向

WO 策略，即依劣勢最小化與機會最大化(Mini-Maxi)之原則來減少劣勢、利用機會，也就是組織利用外部機會來克服組織本身之劣勢，也就是所謂的「因時造勢」。

3.ST 策略：強化優勢規避威脅之策略方向

ST 策略，即依優勢最大化與威脅最小化(Maxi-Mini)之原則來強化優勢、避免威脅，亦即組織在面對威脅時，可以利用本身之優勢來克服。

4.SO 策略：結合優勢與機會之策略方向

SO 策略，即依優勢最大化與機會最大化(Maxi-Maxi)之原則來強化優勢、利用機會，此種策略是最佳且最積極的策略，能讓組織之發展趁勝追擊且順勢而上。

簡言之，SWOT 分析之用意在於透過理性分析，對環境取得理解後，進一步的保有自身優勢，彌補組織（亦可指個人）缺陷，開發潛在機會，降低可能威脅。尤其在隨著環境的變遷，既有之優勢可能會隨著各種因素而轉變，李明利（2006）以企業為探討對象時提及，當組織本身具有優勢時，擬定策略上應以擴大優勢距離為首重，因為競爭優勢會隨著競爭者的模仿與進步而消失。將上文所敘述觀念用在優秀原住民跆拳道選手的分析上，以因應目前國內外跆拳道的賽事。依據 SWOT 分析之基本論點而言，本文撰寫之重點即在於透過 SWOT 分析法，解析優秀原住民跆拳道選手之優勢，用以作為未來培育原住民跆拳道選手備戰的發展基礎，再規劃各項配套措施彌補選手之缺點，另外試圖發現優秀原住民跆拳道選手可能掌握的潛在機會，進而轉為特有優勢，將可能的威脅衝擊降至最低，提升優秀原住民跆拳道選手在比賽中的競技能力。

小結: 目前學術界有許多體育、運動相關的 SWOT 分析研究文獻如表 2-5，而本文也以 SWOT 分析法為核心，檢視優秀原住民跆拳道選手的競技能力，以規劃未來努力之方向，分析優秀原住民跆拳道選手發展現況及展望。透過 SWOT 分析目前優秀原住民跆拳道選手，將有助於使優秀原住民跆拳道選手更上一層樓，由此擬定未來訓練方針，在明確的線索指引下由基層做起，而使優秀原住民跆拳道選手選訓有所依循。本研究最後的建議可供各階層教練與跆拳道運動相關工作者參考。

表 2-5　體育與運動相關 SWOT 分析文獻

| 名稱 | 作者(年代) |
|---|---|
| SWOT 在公立體育場之應用 | 林木俊(1994) |
| SWOT 分析對國泰女籃訓練評估的運用 | 王　冷(1998) |
| 運動賽會行銷之 SWOT 分析 | 劉碧華(1999) |
| SWOT 分析在評估國中學校運動團隊發展決定之應用：以桃園縣立大崗國民中學射擊隊為例 | 李　理(2004) |
| 再接再勵，邁向成功以 SWOT 分析 2004 年奧運會中華女子壘球代表隊 | 張蕙麟(2005) |
| 以 SWOT 分析探討羽球單打戰術 | 王志全(2008) |
| 以 SWOT 分析我國柔道運動競技現況及戰術應用 | 謝秀芳(2010) |
| 我國申辦東亞運動會之策略 -以 SWOT 分析 | 葉雅正(2010) |
| SWOT 分析 2009 年世界運動會新興項目之未來走向 -以臺灣浮士德球協會為例 | 黃明義(2010) |

註:引自臺灣博碩士論文知識加值系統-自由的博碩士學位論文全文資料庫。華藝線上圖書館。表格經研究者整理而成。

# 第參章 研究方法

本研究以質性研究為主要方法，採用深度訪談法與參與觀察法，運用訪問來進行研究，歸結出目前優秀原住民跆拳道選手的現況，並透過半結構性訪問(semi-structured interview)訪談法，記錄選手、教練的心得感想和建議。為瞭解優秀原住民跆拳道選手在從事跆拳道訓練及比賽所面臨的問題，探究選手內部資源優勢、劣勢及外部環境的機會、威脅，並將結果整理彙整，作為本研究結論與建議之依據。本章共分為七節，包括第一節、研究架構；第二節、研究步驟；第三節、研究對象；第四節、研究工具；第五節、資料處理與分析；第六節、研究結果的撰寫方式。

## 第一節 研究架構

依據研究背景與動機、問題探索方向和文獻探討之敘述，採用質性研究的方法，資料的蒐集以深度訪談為主，參與觀察為輔，並以一對一逐漸深入的訪談方式，使受訪者回顧並敘說訓練及比賽歷程，透過對話方式呈現其背景、訓練比賽的過程經驗(優勢、劣勢、機會、威脅)、運動生涯延續的幫助等。為了更深入瞭解優秀原住民跆拳道運動人才現況與展望，以瞭解其家庭背景、訓練比賽經歷、生涯發展等，再由個案所提供的資料進行檢核，以 SWOT 分析逐步釐清意義及影響因素，給予建議及鼓勵(如圖 3-1)。

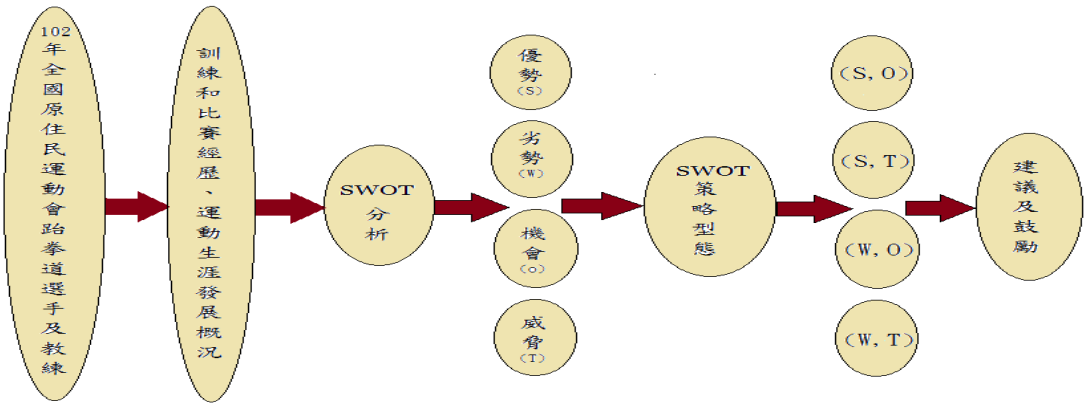


圖 3-1 研究架構圖

## 第二節 研究步驟

一、研究流程(如圖 3-2)

(一) 確定研究主題，並蒐集國內、外相關文獻資料

(二) 擬訂訪談大綱

蒐集相關文獻及徵詢專家擬定訪談大綱，採用半結構而開放的問題形式，以利訪談有脈絡可循。

(三)訪談者的訓練

訪談前，研究者必須熟練訪談內容，以避免影響訪談過程的流暢性及離題，配合訪談的情境做口語的敘述，引導受訪者坦承的陳述。

(四)時間與地點

聯絡本研究對象，說明研究目的、動機、安排受訪時間。每位受訪者訪談時間約 30 分鐘至 60 分鐘不等，經受訪者同意全程錄音，以避免資料有所遺漏。為使受訪者能放鬆心情的進行訪談，故場地的選擇以安靜舒適為主。

(五)訪談與觀察

訪談時參與觀察，同時進行錄音，以求得文字紀錄之完整，並進行資料的蒐集補充與澄清。

(六)提出結果與建議

訪談結束後，依據受訪者所填之基本資料及錄音手稿，進行內容分析並彙整資料，提出結果與建議。

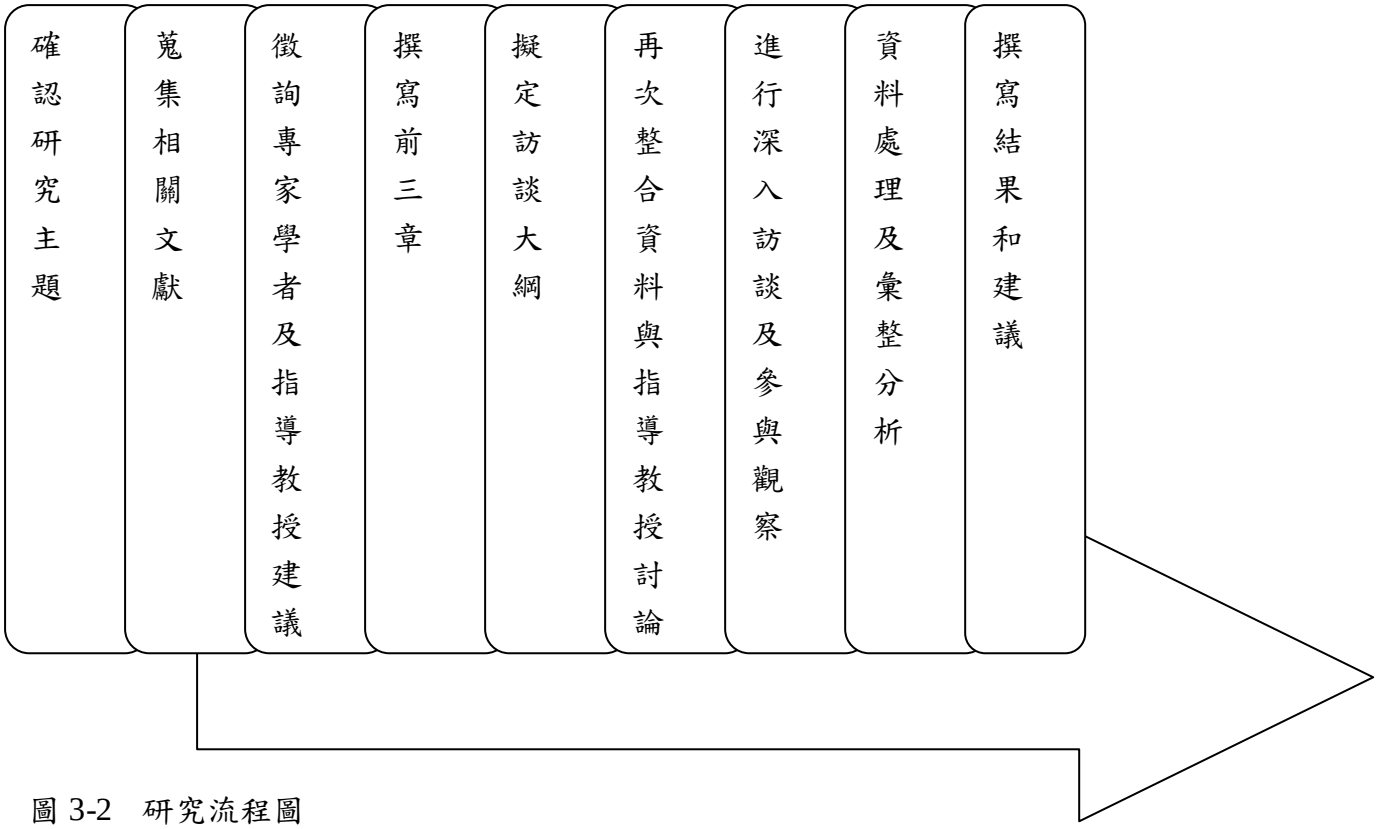


圖 3-2　研究流程圖

二、擬訂訪談大綱

本研究為了增加訪談大綱的效度，因此採用專家效度，在訪談前先與專家及指導教授討論，針對訪談內容給予修正與建議。

(一)專家、指導教授組合

1.參與原住民選手訓練工作的各級教練

2.原住民地區教育工作者

3.指導教授

(二)訪談大綱

依據專家學者及指導教授的建議，以針對優秀原住民跆拳道運動人才現況與展望的特殊性及本研究目的所擬訂下列訪談大綱:

1.選手部分

(1)原住民跆拳道選手背景與現況

(2)以 SWOT 分析原住民跆拳道選手的運動歷程(內、外在因素分析)

(3)原住民跆拳道選手運動生涯的延續

2.教練部分

(1)教練所瞭解的原住民跆拳道選手背景與現況

(2)以 SWOT 分析原住民跆拳道選手的運動歷程(內、外在因素分析)

(3)原住民跆拳道選手運動生涯的延續

## 第三節 研究對象

本研究以參與 102 年全國原住民運動會的跆拳道選手及教練訪問為主如表 3-1，訪談選手須具有政府認定之原住民身分，並有國際性比賽經驗或國內比賽前三名成績等，共 10 名。訪問前先以電話說明及 E-mail 訪談大綱說明研究目的、性質，及告知所有資料僅做學術研究之用並加以保密，獲得同意後再安排訪談。

表3-1 受訪者基本資料表

| 選手 | 族別 | 年齡 | 現職 | 學習(訓練)時間 | 成績表現 |
|---|---|---|---|---|---|
| A | 阿美族 | 28 | 自由 | 19 年 | 2012 年倫敦奧運 銅牌<br>2012 年亞錦賽 金牌<br>2009 年世錦賽 銅牌 |
| B | 阿美族 | 26 | 兵役 | 15 年 | 2011 年世大運 銅牌<br>2010 年亞錦賽 銀牌<br>2010 年亞運國手<br>2009 年世錦賽國手 |
| C | 阿美族 | 23 | 學生 | 12 年 | 2013 年全原運 銀牌<br>2013 年全大運 銅牌 |
| D | 阿美族 | 22 | 學生 | 13 年 | 2014 年世大錦 銀牌<br>2013 年東亞運 銅牌<br>2013 年亞大錦 銅牌 |
| E | 排灣族 | 21 | 學生 | 15 年 | 2013 年全原運 金牌<br>世青、亞青國手選拔 銀牌 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| F | 泰雅族 | 19 | 學生 | 12 年 | 2013 年全運會 銅牌<br>2013 年全原運 金牌 |
| | | | | | |
| **教練** | **族別** | **年齡** | **現職** | **學習(訓練)時間** | **個人經歷及帶隊表現** |
| A | 無 | 57 | 教練 | 40 年 | 帶隊-<br>1998、2006 年亞運培訓教練<br>2002、2012 年奧運培訓教練 |
| B | 排灣族 | 54 | 教練 | 25 年 | 帶隊-<br>2014 年全中運男子組團體冠軍<br>2014 年世界青少年國手教練<br>2014 年世界少年國手教練 |
| C | 無 | 50 | 教練 | 35 年 | 個人-<br>1988 年漢城奧運會銅牌<br>帶隊-<br>2014 年全中運對練選手個人銀牌 |
| D | 泰雅族 | 33 | 教練 | 18 年 | 個人-<br>2003 年世界跆拳道錦標賽銅牌<br>帶隊-<br>2013 年全原運對練選手個人銀牌 |

*註:*表格經研究者整理而成。

## 第四節 研究工具

本研究和其他研究方法一樣具有效性、可靠性，且取得的資料都是第一手的資料。研究工具有研究者本身、訪談同意書、錄音筆、筆記本、原子筆等。利用錄音器材、手寫筆記等方式來進行協助記錄及分析整理與詮釋等工作。在訪談進行時，研究者一定要與受訪者做事前溝通，並說明錄音的重要性，取得受訪者同意後才進行錄音。為確保能順利完成訪問，受訪前需確實執行前置的準備工作，並測試所有錄音器材。

## 第五節 資料處理與分析

一、訪談資料分析

寫下觀察和訪談的摘要，俾使於綜合和凝聚研究的焦點，操弄觀念這種直覺過程，以發展最初論題與概念的主題類別，從探索文獻開始，並且寫下它協助觀察的方式或觀察對比方式。操弄暫時性的隱喻(metaphor)和類推(analogy)，但不做標記。而且就觀察得到的觀念以及社會情境的狀態性，以顯示或掌握其精髓，將出現的觀念和論題試驗參與者，以釐清觀念(王文科，2000)。本研究主要踩跨個案分析(cross-case analysis)，即是把不同的人對同一問題的回答綜合在一起做分析。將訪問時記錄的筆記及錄音，彙集整理轉成文字稿進行校對。將訪談資料整理成文字稿後，送交受訪者做確認，再做資料分析。

二、研究的信度與效度

質化研究的信度是指研究者的互動形式、資料記錄、資料分析以及資料中詮釋參與者意義的一致性(王文科，2000)。Lincoln&Guba(1984)曾對質性研究的信度與效度提出見解，認為信度是可重複性(replication)，效度則是指可靠性(dependability)、穩定性(stability)、一致性(consistency)、可預測性(predictability)與正確性(accuracy)。研究者採用以下方式來增進資料內容分析的可信度、正確性與真實性:

(一)研究者本身的角度

研究初期以閱讀相關文獻來提升個人專業涵養，並配合跆拳道訓練及比賽之個人體悟及參與優秀原住民跆拳道運動人才培育計畫多年的經驗，進入研究領域，所獲得的資料可信度較高。

(二)參與觀察的納入

研究者本身乃是原住民跆拳道選手，自 2009 年開始於國家訓練中心長期培訓，以圈內人的姿態進行參與觀察，迅速了解並掌握原住民選手的訓練比賽概況，運用參與觀察中觀察者就是參與者的方式，經由對觀察內容紀錄與檢視，並與深度訪談中所發現之重點相互補充與印證，使研究所得資料獲得較精確之解讀，具研究之便利性與確實性。

(三)使用三角測量法(triangulation)檢核

(四)研究參與者本身的一致性

研究者除了正式訪談外，不定時利用電話、電子郵件與受訪者交流，藉由不同時間與不同方式檢核參與者所談內容。

(五)研究參與者間的一致性

本研究參與者年紀相異，以其獨特經驗均有相似之處，因此如果研究者在描述一件事情有所出入時，將立即與以澄清，以求得事實的真相與完整性。

(六)向研究參與者的教練、隊友印證

透過研究參與者的教練與隊友的接觸，亦可印證訪談的內容。

(七)研究參與者的評定

在資料進行分析完畢之後，將逐字稿、資料內容的完整分析寄給研究參與者，請其檢核並修正、刪除不正確或不想呈現的部分。

(八)研究參與者的回饋

研究參與者對於受訪、資料的分析給予研究者回饋，可為本研究歷程和資料的真實性做檢核。

## 第六節 研究結果的撰寫方式

針對訪問大綱內容，由每位選手在每一子題的回答做原始性的描述，經研究者將原始性的描述資料做文字上的轉述整理後，再送至受訪者做確認的工作，將回答類似者歸納在一起，找出其共同性及特殊性，並在每一子題下做討論，進行比較與對照。在結果描述時，將區別選手及教練的回答，並以 A 代表第一位受訪者。

# 第肆章 結果

本章內容訪談前先以電話方式向受訪者說明研究目的及性質，並 E-mail 訪談大綱讓受訪者瞭解訪談內容的取向，及告知所有的資料僅做學術研究之用並加以保密，獲得同意後進行訪談。內容根據選手的陳述並經受訪者修正確認後，在不扭曲語意的情況下，綜合所得之文字內容。本章共分為三節，第一節、原住民跆拳道選手及教練基本背景與現況；第二節、以 SWOT 分析原住民跆拳道選手運動歷程；第三節、原住民跆拳道選手運動生涯的延續。

## 第一節 原住民跆拳道選手及教練基本資料與背景

一、選手及教練的年齡

參與本研究的受訪選手有六位、受訪教練有四位，全部受訪者共十位。受訪選手的年齡範圍為 19-28 歲；平均年齡為 23 歲。在此也針對六位選手的學習(訓練)時間做比較，其中最長為 19 年，最短為 12 年，訓練時間平均為 14.3 年。受訪教練的年齡範圍為 33-57 歲，平均年齡為 48.5 歲，平均學習(訓練)時間為 29.5 年。

二、選手及教練的學歷、經歷

本研究之受訪選手幾乎都有在國家訓練中心培訓的經歷，目前也有二位正在接受 2014 年亞運培訓，其餘四位選手皆各自在學校訓練。受訪選手之學歷為一位已取得碩士學位，一位休學後服兵役，四位皆為大學生。以上受訪選手在高中以上就讀專門培育跆拳道選手之相關學校，皆以運動成績之績優保送升學。四位受訪教練都以學校、道館帶隊訓練為主，部分教練在選手時期有優異的成績表現，學歷都有高中以上程度，並具有中華民國跆拳道協會認定之裁判和教練資格。

三、選手的家庭背景概況

每個人受到家庭的影響，是不容否認的事實。無論小至生活習慣、習性、模式，或大到個人的性格、生涯發展及價值觀，都與父母親或照顧者的教導所影響，及有深層的關係。本研究主要想瞭解選手的家庭背景，是否會因家庭觀念或想法等所影響，進而探討其後面的參與動機等。

**選手 A:** 我的家裡有爸爸、媽媽，然後哥哥最大，還有一個姐姐，我是排行老三，下面還有一個妹妹，現在哥哥、姐姐都結婚了，然後妹妹才高中而已。那爸爸以前是開聯結車的，現在是在開計程車，媽媽這十年都是自己在賣東西，家裡給我的觀念就是自由發展，想做什麼就做什麼，並不會說一定要會讀書或考第一名。

**選手 B:** 我家有爸爸、媽媽還有一個哥哥加我四個人，父母親是開印刷廠的，哥哥也在那邊幫忙。家裡給我的教育和觀念是比較自由的，就是把自己的事情做好，而他們也不會給我很多壓力。

**選手 C:** 我們家有五個人，爸爸是保全、媽媽做生意，妹妹在工作、弟弟還在讀書，我現在念大學三年級。我們家屬於比較自由的，我做什麼爸媽都不太會管我，只要不是壞事就好，而且他們沒特別要求我也一樣可以考全班前三名，沒有拘束的讓我做我想做的。而且我自己是有信仰的人，我覺得有信仰和沒信仰就有差，會感覺沒信仰的人會低落很久，但我知道我有這個信仰，所以認為有神在幫助我，比賽輸了沒關係，重要的是讓我看到自己其實有多軟弱和哪裡不足的，不像有些人輸了就會怪來怪去不會去反省。

**選手 D:** 我家是一個小家庭，爸爸、媽媽還有一個哥哥。爸爸是水泥工在蓋房子，媽媽之前在療養院幫忙煮飯，現在已經退休在家裡負責家管。哥哥已經大學畢業現在正準備原住民特考。我目前大學四年級準備要畢業，然後有考上研究所。我家人都滿支持我選擇跆拳道這條路。

**選手 E:** 爸爸媽媽都是做陶瓷業，我有一個哥哥一個妹妹，哥哥現在出社會在做鷹架，妹妹現在是國一。我的爸爸也是跆拳道教練，不管在平時或比賽都對我的影響滿大的。

**選手 F:** 家裡成員有爸爸、媽媽、姊姊、弟弟，然後媽媽是在菜市場工作，爸爸是 開大卡車，姊姊念大學、弟弟念高中，他們都沒有練跆拳道，以讀書為重。我現在是大學一年級，目前都在學校練習。自己不會因為姊姊和弟弟都在讀書且成績好而覺得壓力大，反正我就踢好我的跆拳道，當然家裡的人都很支持我，也時常鼓勵我。

**教練 A:** 我自認為說其實他們的條件都很好，尤其在他們的身體反應和協調這些方面都很不錯。但是現在原住民的選手有一些問題，最主要的就是家庭的問題最大。一般來講，我們學校這邊原住民選手的家庭大部分都是單親，或者是家庭經濟狀況比較不好，不過因為他們有受到政府的補助會讓這些小孩子好像產生了一種惰性，就是認為自己不需要那麼認真和用功，因為以後政府對我們的家庭也是會有補助，所以政府在這方面，像是補助原住民一些經費的時候，我是希望政府應該再做徹底的研究與討論，之後看用什麼方法來解決問題，讓小孩子本身能夠得到實質上的獎勵和補助。

**教練 B:** 至於我們這裡的原住民家庭，幾乎以排灣族的比較多，然後家庭經濟狀況幾乎都算是小康，因為有一些選手他們的父母親職業是軍人、警察、老師等，所以一般的收入及家庭狀況都還不錯，然後家裡對小孩子學習跆拳道的支持度滿高的，那我自己也非常支持原住民小朋友參與跆拳道運動。

**教練 C:** 目前我們學校原住民的家庭狀況應該有六、七成環境都不好，單親、收入戶或是父母都遠在外面工作很少回來，所以他們在家庭這個部分的溫暖和陪伴都比都市孩子少很多，因為一般家庭的家長出去工作有時候都一個禮拜或一段時間才回來，所以隔代教養的比例算高，再來原住民地區喝酒的比例滿高的，而且小孩子回到家對於學校課業完成的比例也不高。再來就是他們到學校讀書的意願不是很高，因為會回來部落的青少年幾乎都是在外面碰壁，沒辦法在外面有很好的工作才回到部落，那回來以後就只有

打零工，收入不是穩定的，所以能夠給予的就很少。在訓練上我們就碰到很多困難，比如說小孩子常常不來，因為沒有家長督促變成常常要找小孩子來練習，那有時候他們會去打獵或假借名義之類，我覺得要常常跟小朋友做這方面的教育和溝通，在訓練上就沒辦法像都市那麼完整，加上我們在這個區域又沒有體育般的成立，很怕去影響到小朋友在學科領域的學習，所以只能利用晚上的時間來訓練，又牽扯到小朋友有原住民舞蹈社、合唱團、咖啡社，所以我的想法是希望讓小朋友在國中階段多去參與不同領域找到真正喜歡的東西，我也會鼓勵他們嘗試不同的事情。其實這些社團時間不至於影響到訓練，如果練習時間不夠也會在假日做加強，我會犧牲假日幫忙他們，但通常假日來練習的選手不多，但我還是會針對幾個有意願、想拼的選手去訓練，就不能放棄他們。

**教練 D:** 我們現在道館在訓練的選手幾乎都是原住民，那家庭背景都是在山地部落，訓練的時候都是我去接送他們，因為他們的交通比較不方便，那道館離選手家裡都還有一段距離，所以訓練的時候我都從兩、三個地方去接送。選手的家庭背景就是家長都在部落工作，幾乎都是零時工，有少部分的是家長是有正常的工作。

四、選手參與跆拳道的運動經歷與經驗(動機、發展、目標)

本研究在探討選手最初投入跆拳道運動的動機及訓練等相關問題為主，並瞭解選手在學習跆拳道過程的發展狀況，及對自我的目標設定與未來期許。

**選手 A:** 我在國小階段就讀兩個不同的國小，主要是因為為了要練跆拳道，因為兩個學校在不同鎮上，上學車程往返有兩年的時間，都是媽媽每天接送不管颱風下雨都一樣，直到國三那年選上亞錦賽國手進入國家隊到高雄左訓中心，所以從我國三接著到高中都在左訓。高中階段有比 2002 年亞運，我有回學校讀半學期，但之後我又選上東亞運國手又下去高雄左訓，就這樣一直待到大學。大學也是在高雄左訓訓練和讀書，直到快畢業那年才回去學校,後來念了研究所也是選上國手下來左訓到 2012 年,那我是 2013 年研究所畢業。

一開始練跆拳道是從學校社團，因為爸爸的關係，也因為哥哥先練就想跟著他一起，然後練到後面才知道爸爸自己從小就希望可以練跆拳道，但因為家境因素沒有辦法想做什麼就做什麼，後來他就把學習跆拳道的想法投射在我們小孩子身上，希望我們可以健身、好玩，之後就開始有比較專業的訓練往選手生涯發展。我的比賽過程和經驗就是第一次參加國際賽是 15、16 歲，那時候心智沒有很成熟，有點誤打誤撞跟著大哥哥、大姐姐去學習，那時後第一次出國比亞錦賽就拿金牌，接著就是亞運第二名，其實那兩場比賽完一直到大學是沒有成績的，大概中間有兩、三年的低潮，自己覺得運動生涯好像已經夠了，感覺就只有這樣而已也沒有什麼好追求的，自己對周遭環境很徬徨，不知道現在要做什麼，可能因為小時候不懂事，到高中就覺得自己很厲害了，所以會沒有目標，其實大家都有想幫忙我，可是我自己心裡過不去，後來經過那段期間的歷練才有比較好。升大學那時候就有面臨到決定要繼續練習還是讀書的問題，原本想說不練就念師大要練就到國體，那時候爸爸就有跟我說都練這麼長一段時間也拿過這麼好的成績，希望我能有一個代表作，所以我就覺得那就再繼拼看看。那時候我決定要繼續訓練之後，就告訴自己要比賽就要挑戰最高的比賽層級，所以開始了奧運夢。那讓我印象深刻的訓練應該是 2009 年世錦賽的集訓，因為我覺得比賽得牌對我來說還好，我比較注重過程。從我高中畢業之後到升大學，一直到 2009 年那段期間是我體能跟技術進步最大的時候，那時候體能原本是中後段，後來經過教練指導我怎麼練、怎麼跑，也教我怎麼去運用，也因為我自己有目標所以訓練時靠著意志力去撐完，體能也就從中後的階段拉到最前面，在體能進步後，我的技術也整個起來了，就是自己想踢什麼動作都可以，覺得我在比賽上可以隨心所欲去表現，而且心智上也比以前成熟。印象深刻的比賽是第一次比國際賽的時候，因為我第一次出國比賽從來沒看過女生有 186 公分，我遇到的對手是中國的選手，而那時候年紀還小所以教練們都希望我去學經驗，教練也跟我說如果我這場打贏就是金牌，所以我沒有想太多，而大家也沒有很期望我會拿牌，其實看到對手這麼高反而不會害怕而是很興奮，因為從來沒看過這麼高的女生，所以就想打贏她，後來我真的贏了，覺得很不可思議。我的國際性比賽經驗是從 2001 年亞錦賽開始並拿到金牌，接著是 2002 年釜山亞運銀牌，然後是 2005 年澳門東亞運銀牌，再來是 2006 年卡達亞

運銅牌，2009 年的世錦賽銅牌，我記得我參加 5 次亞錦賽有 3 次拿金牌 1 次銅牌，接著就是 2012 年奧運銅牌。

**選手 B:** 國小就讀中壢的中正國小，國中是道館教練推薦去考平鎮國中，高中就直升平鎮高中，大學就用全中運金牌的成績進入國體。我第一次到左訓是在 2004 年奧運的時候以陪練員的身分，是教練由學校推薦幾個選手到左訓當奧運選手的陪練員，那時候就跟著大家一起訓練，到 2006 年亞運才算是正式專門陪一位亞運選手訓練，這兩次都只待半個學期就回學校了。後來到大一又下來左訓陪朱木炎教練訓練，就是在 2008 年奧運的時候，那時候就是當他的陪練員。我到了 2009 年才是自己選上世錦賽國手進來的，一直在左訓待了三年。那針對訓練的狀況，我覺得在學校練習的氣氛當然比較好，因為在學校練習會感覺團隊的凝聚力很好，在左訓的選手可能都來自各個學校所以會有差。我覺得訓練是看自己，在左訓可以跟來自很多地方的選手一起練習，也可以接觸到國際教練一些新的東西和想法，那在學校可能就是同一個教練在教，或同一個選手一直在練。當然我覺得在左訓練習是比較方便，而且課業上也比較沒有壓力，在學校可能要上課又要練習也會比較多外務，所以在左訓是可以專心投入在訓練上。印象深刻的練習就是 2009 年世錦賽集訓時，每天就是要練四餐覺得很辛苦，也不知道自己那時候是怎麼熬過來的。那比賽印象最深刻是我國二比世青的時候，那是我第一次當選國手，又到歐洲國家去比賽，讓我覺得很開心。我的國際賽經驗是從國二開始，有得到世青第二名，國三是亞青第二名，到了 2010 年才又拿亞錦賽第二名，隔年 2011 年的世大錦第三名。有選上成人組國手是世錦賽、亞錦賽、亞運、世大錦、世大運，總共選上五次國手。

**選手 C:** 國小學跆拳道只是興趣而已，因為我在家裡比較待不住，所以媽媽就給我送到跆拳道館去玩，然後到國中開始有比賽，成績有全中運第二名，後來上高中在全中運也有第二名。上大學之前有念過國立體大，可是不喜歡那裡的環境，因為我不喜歡只有學跆拳道而已，我喜歡接觸比較多的東西。後來就休學考進文化大學，它跟一般體育院校的環境不太一樣，因為它有其他的科系，可以接觸到比較多的人事物。在大學訓練就

以學校為主，偶爾才會到道館去練習。印象比較深刻的比賽就是升高三那年我跟學姊的一場比賽。那時候打傳統的護具，然後我跟學姊三回合下來都是平手，雖然之後她還是贏了，可是那時候自己發現每一間學校就都希望我可以去念，所以這讓我覺得有點不自在，因為我覺得自己 要去念哪裡為什麼要別人去左右。之前就是教練說要把我送到某大學，然後我就不喜歡所以休學，本來自己是想考其他學校的，可是教練說不行，所以覺得為什麼我不能決定。後來到文化大學，我還滿喜歡那邊的環境，也變得喜歡練習，因為在那裡會有教練安排練習的課表，也有請特別的體能教練，所以練習不會枯燥也有不同的訓練課程，並且可以看到自己進步的空間。我們學校的體能教練是把一些國外的體能和技術中最基本的東西帶過來訓練，只是台灣太落後且不願意把那些有用的東西引進來，我覺得那些訓練真的很不錯，可以看到自己體能不斷的進步，雖然我練的時間比別人短，但是在高強度訓練下體能還是會比別人好。大學中間也有到左訓中心訓練過，不過那邊的練習狀況就比較是死操猛操，教練們覺得累就是有練到。那我們學校是訓練強度到了就停，所以回學校之後才慢慢發現體能原來是這樣練的，可以不用練那麼多就能達到目的，還有在左訓降體重沒有一個好的營養師或體能教練去給你訓練的菜單和課表，像在學校這些知識就很充足，有人會教我們怎麼控制體重和怎麼練習。

**選手 D:** 國小三年級開始練跆拳道，那時候是因為興趣，就覺得這個運動很新鮮。然後我國小六年級第一次打全國比賽並且得到第一名，國中有打全國青少年的比賽和全中運，這期間都是在道館練習。上高中就用運動成績進去治平高中，高一的時候因為參加韓國公開賽受傷腳斷了，停了八個月沒有練習，之後才開始慢慢恢復練習，所以那一年都沒什麼成績。高二的時候有參加亞青國手選拔，並且順利選上。高中的生活滿嚴謹的，選手都統一住校管理，訓練上也滿辛苦，一天練三餐，早上晨操、下午技術訓練、晚上也有練習，而且假日我們縣市也會集訓。上大學就是用亞青比賽的成績甄審進入台體，本來自己是想去念國體，後來聽我們教練的話讀台體。進入大學待了半學期就被徵招到左訓去練習，之後也就一直待在裡面接受訓練。左訓練習的感覺很規律，練習量很大，每天就是只有吃飯、睡覺、練習，課業上比較不注重，但是比較學校的練習我會覺得學

校較輕鬆自在。大學最好成績是東亞運第三名，大二、三都有全大運第一名，國際性成績有高中的亞青第一名，大學的亞大錦第三名。在升學和訓練、比賽都很順利，不過在今年亞運決選讓我有很大的挫折感，感覺輸得不甘心，也覺得比賽中有一些不公平的地方，感覺沒有保障和權益。目前對自己的目標就是希望能獲得 2017 年世大運國手資格。

**選手 E:** 因為我爸爸是跆拳道教練，所以我從幼稚園就開始慢慢跟著練，國小剛開始去比賽都會輸，到升國中才開始有成績出來，那時候最好成績是全國少年盃第三名，升高中那年有全國青少年冠軍。之後我到泰山高中就讀，最好成績有全中運第二名，亞青、世青國手選拔第二名。我覺得印象深刻的比賽經驗是從小比賽開始每次離第一名都是以一分之差落敗，當老二的心情很不甘心。我覺得自己很容易先放棄，比賽到後面會開始先放掉，然後都是先贏才輸，亞青、世青國手選拔都是這樣輸掉的。在練習上我覺得有時候會非常吃力，因為我的腰部有受過傷，所以轉身的動作不太能做，然後我國小、國中沒什麼練習，平常也只有回道館練習，只有高中的練習量比較大。自己在比賽的心態上就是，從小就被我爸灌輸就算比賽輸了也要輸得很漂亮，所以我幾乎在比賽場上都不會害怕，自己的好勝心是還好，以前會比較重但現在就覺得還好，應該是越大就對比賽越看得開。父母親給我的壓力滿大的，也許因為我爸是教練的關係，當然給我的壓力就非常大。大學我是以術科單獨招生進去北體，平常的訓練時間也因為學校的關係加上晚上術科方面，所以通常沒有固定的練習時間，只有要比賽時早上有晨操，沒有比賽的話一個禮拜就只練兩餐，所以我們的訓練時間比別人少，有時候比賽需要的體力會讓我無法負荷。

**選手 F:** 國小是在我家附近道館練習。國中時有停練一年半因為去打棒球，因為我道館教練的學姊在萬芳高中指導，所以就帶我去那邊唸書，大學就是自己考進去國體，繼續練習、比賽。國、高中最好成績是，國中有世青國手選拔第二名、高一選上亞青國手。我的練習狀況普普通通，上大學後有感覺比較自主。高中有段時間到國訓中心練習，覺得那邊練習很累。現在回來學校就覺得訓練量還好，學校練習時間是

早上晨操、下午練習、晚上有兩天夜訓，如果有比賽就會多練禮拜六。而我印象比較深刻的比賽就是第一次當亞青國手，我覺得還滿開心的。目前對自己的目標和期許就是明年的大專盃和選上世大選國手。

**教練 A:** 從國小一直到國家隊我都有帶過原住民的選手，那我認為一般在國小、國中的階段的原住民選手都很好，可是到高中、大學以後為什麼會沒有繼續練下去，我覺得可能是受到家庭的影響，那留下來的選手可能剩不到百分之二、三。國家隊其實原住民的選手不多，原因就是在國中、高中可能受到家庭的影響中斷，沒有繼續從事跆拳道的運動。其實我個人認為，政府單位或是原住民族委員會應該對這個區塊的選手做詳細的追蹤，那因為我們在學校擔任教練，可能對這個方面也沒有辦法說很確實的掌握資訊，也希望說相關單位可以在這方面多用一些心思，想辦法留住優秀的原住民選手。我在國家隊中印象比較深刻的是帶過很多優秀的原住民選手，包括曾櫟騁選手、朱元志選手，還有就是潘穎選手。因為這三位選手，在我帶的時候就覺得說，他們比一般選手優秀的地方就是體能條件，還有身體的協調很好，當然鬥志方面也比一般選手好。

**教練 B:** 針對選手的訓練狀況我認為我們原住民的小朋友優於平地的小朋友，可能是我們原住民的運動細胞比較好一點，然後我他們的理解度及各方面條件和一些身體素質都滿好的，所以我們原住民選手的狀況會比一般平地小朋友好很多。至於我們參與比賽，讓我們最頭痛的就是我們經費問題，因為參加全國比賽縣市的補助很少，所以我們都需要靠家長去負擔支援。在比賽的過程不是說每個比賽成績都很好，最近在 101-102 年的全國少年盃成績進步，然後我們這次的全中運也幾乎是我們原住民選手得獎，有兩個第一名，兩個是第五名、第六名，也拿到國中團體冠軍。至於我們以後選手的主要目標，也因為現在還在國中階段，之後上高中要看他們以後的學校怎麼訓練，那我就盡量輔導他。我印象比較深刻的學生是有一個選手在這次台灣舉辦的世青比賽中成績優異，榮獲男子組 55 公斤級的第三名，然後他這次全中運也是表現很好，獲得金牌，也是全中運國中三連霸。這位選手我從幼稚園就訓練到現在，一路上比賽成績都非常優秀。

**教練 C:** 我們不是正統的體育班團隊，剛開始大家都不看好我們，而且布農族的孩子也不高，但是我也是跟小孩子鼓勵說身材在好不練習一樣是沒用，上帝已經給了你先天的條件，但後天不努力還是零，現在上帝給你不好的條件，可是你透過後天的努力上帝會看的到，因為你是真正去做不是說而已，所以有做就會得到成效，那經果這樣努力，這些小孩子也從南投縣得牌到全國比賽中得牌。在讀書上是讀他們喜歡的體育班，那他們可能會比一般坐在教室裡睡覺或吵鬧而被老師趕到外面的同學來的好，再來就是說我曾經有個孩子品勢、對練都冠軍，但因來自家庭問題就離開了，在今年過年他說有空想回來，但之後就聽到他過世了，好像是喝酒車禍，也就是說酒跟環境害了這個孩子，所以連我們想要幫也很難，有時候自己會想說如果有更多的資源進來給這些孩子，也許會不一樣，但當時跟父母親講的時候他們沒辦法理解，就是硬要他讀書，結果到最後不但中輟又找不到專長，就輟學在外面打零工，這樣近朱者赤近墨者黑，一個年輕生命就結束了，那這是我到部落教學上的挫折。再來之前我有送幾個小朋友到外地讀書，希望他們離開這個部落到外地的體育學校去練習，我跟他們講去那邊教練希望你們好好拼，結果有兩對選手回來都當爸爸媽媽，那現在他們就過得很辛苦，以前這兩個孩子都是單親家庭，環境不好要如何養生出來的孩子，打零工一個月才賺多少錢，照顧這些孩子要有一個人顧也就沒有生產力能夠維持多久。這些孩子已經痛苦了十幾年，又把這些痛苦留給下一代，等於一直惡性循環，如果說能有更好的能力怎麼會不要，所以就是他們這個部分會讓我很無力，但我就只能盡量鼓勵他們，現在就只能募一些物質的東西這樣幫忙，不可能幫他們養小孩。那我等於也是間接把這些實際經驗的小故事告訴下一代的小朋友，我常講原住民要改變的地方就是把遠光放遠一點會有更大的幫助。常講說成功不見得只有在部落成功，成功是能夠給下一代看到未來，因為在部落就是只有侷限在這個地方，好像井底之蛙一樣，但當你跳出來看到外面不同的環境，就能擴大這個環境改變它，我常講上帝給你那麼多機會，當機會來了卻不去抓住還要來怪誰，我們常講跆拳道這三個字的意思是，跆拳是外在的手腳併用，道是內在要懂得融會貫通，領悟多少跆拳道的功力就會發揮多少，領悟不到你就是只能在這個階段，所以好的選手他們領悟性就很高，那要到達那個境界就是靠自己去思考，慢慢去修正和檢討自己，而不是一昧的怪

別人，哪個國手能當一輩子的，但後面的人如果不去抓住這個機會哪時才能當國手，所以去做才有機會成功。這是我的感受，希望能讓他們清楚自己的路，也給他們一些期許。

**教練 D:** 訓練這些選手是辛苦的，有時候會面臨到他們家庭的問題和經濟上的問題，那有時候出去比賽雖然他們資質不錯，家長也很支持這個運動，但有時候限於要買一些器材和裝備，都會礙於一些經濟上的問題，那這些問題幾乎都是我自己掏腰包才能選手出去比賽。讓我印象比較深刻的是有一個選手目前是高中生，身材不錯有 180 公分以上，在我這邊訓練也快要升黑帶了，而且又準備參加全國原住民的比賽，那在他身材優勢的情況下我也很樂意的教他並支持他，雖然他家裡有穩定的職業，可是他們家有七個小孩，也因為家裡經濟的關係最後他半途而廢。目前我道館這邊的比賽成績還好，因為我們的選手都還剛起步， 我也才在道館帶第四年而已。

在訓練上比較困難的像我們道館這邊的選手包含國小、國中、高中，那當然道館會比較以基礎、啟蒙的方式來帶選手，但是唯一的狀況就是我們宜蘭縣目前沒有一個正式的體育學校，所以也不能讓國小、國中的選手做銜接，所以比較好的選手就不會留在我自己的道館，會選擇讓他們出去發展，我認為我們這裡欠缺的就是選手延續性的安排，當然我們自己教練也不想把自己的選手帶到外縣市。

## 第二節 SWOT 分析原住民跆拳道選手之運動歷程

一、針對選手跆拳道訓練比賽之優勢(自我強項)

**選手 A:** 我覺得是個性上的不服輸吧，即使沒有力了還是要撐著，應該是面子問題和不服輸的個性，會想要撐到最後。在身體素質上，我覺得還好，有感覺比較強壯，以前就覺得自己的身體碰撞力很好，體能上我覺得還好，只有肌肉比較發達，重量訓練的課表我可以做得很重。其他方面我是覺得我的學習能力比較好，就是教練在教新的動作時馬上可以舉一反三，自己也會反覆去練習。那我的服從性滿高的，如果今天跟教練意見不合那還是會用另外的方式去溝通，比較不會去反抗，因為為了達到我的目標，我覺得必須要去接受每個要求。

**選手 B:** 優勢對我來說，我覺得身體素質是還好，因為我認為自己並沒有天生很好的身體條件，也因為從小我的身體並沒有很好，都靠訓練的關係和自己努力撐下去才把體能條件拉起來，優勢就是意志力會比別人好，比較可以去堅持。

**選手 C:** 我覺得我的身體素質較好，可是心理素質相對就不好。身體條件和體能各方面不錯，訓練上的心態會比較積極。我覺得在體能上多少會因為我是原住民而影響，因為有很多知識資訊都有提到原住民的體能本來就比一般人好，經過訓練當然會更佳。

**選手 D:** 我覺得自己的優勢是在我這個量級的身高算不錯，技術上在動作的得分時間還不錯，也會有上端的動作。身體素質也覺得因為身為原住民的關係有比較好，反應都很快。想法上比較正向和積極，好勝心強，也能夠服從教練的指導。

**選手 E:** 我的優點就是在技術比較好，然後自己體能條件上像爆發力也不錯。心態上以前會比較積極，覺得就算輸也要輸得很漂亮，比賽中也是直接豁出去，因為我覺得既然比了就比到最好。

**選手 F:** 我認為在我這個量級，身材有優勢然後腳也比較長。覺得自己經驗比較好，心態上不會緊張，認為打就對了。

**教練 A:** 我認為原住民的內在優勢就是因為他們從小可能接觸大自然的環境比較多，跟我們以前那個時代一樣，生出來家長就把我們丟在地上爬、在地上玩、在田裡跑，所以我覺得說原住民選手在訓練和比賽上，優勢就是他們的反應、協調比較好，無形之中養成他們這一種永不放棄、永不認輸的個性。所以我覺得說，原住民選手其實很適合在跆拳道運動這方面的發展，應該多去發掘優秀的選手。在技術上是沒有什麼大問題，因為從以前我們也都有在外面開道館，接觸的小朋友很多，在我的道館裡面幾乎占了有三分之二都是原住民的小孩子，那他們在這個階段，可能在思想或各方面都還沒有純熟，可是他們在練習上會比一般的小孩子好。所以我覺得原住民的選手，如果說我們能好好

的發掘他，然後好好的給他們規劃和培養，必定能讓他們的運動成就有所提升。

**教練 B:** 訓練原住民選手他們主要優勢就是比較耐操，然後不會覺得練習很累，身體素質各方面都很好。

**教練 C:** 原住民好的地方就是他們的協調、反應能力很好。不好的地方就是心態的部分，像自信的部分比較薄弱，他們會因為學科和生活背景的缺點而沒有自信，但是他們忘了自己先有的運動特質，這個是他們的強項卻被很多因素影響，所以會變成說要常常跟他們鼓勵，其實我就跟他們講這些優秀的運動員，不是一出身就是國手也是後天努力來的，所以你看人家也是堅持，我舉例朱木炎在國中三年是沒有成績的，但是他堅持所以拿到奧運金牌，假設他國中三年就放棄了那今天就沒有朱木炎這個人。我說陳詩欣當時也曾經走偏路，但她重新回來也認清感情不能當一輩子的飯碗之後，她回頭那才花了短短的時間恢復就再創高峰拿到奧運金牌，其實這些轉換就是心態的問題。我常說運動員這些特質如果可以找到原住民本身的強項，把弱項去除掉，那未來原住民的天下有多恐怖。所以優勢就是原住民的運動天賦，因為生活環境比較天然，每天跑跑跳跳的環境，就跟早期的農家子弟的體能一樣，但就是說擁有這麼好的環境，沒辦法善用也是沒用。

**教練 D:** 其實我們原住民的身體素質就是很大的優勢，但是心理上就比較內向，大家都會說原住民很猛，可是我覺得我在這邊訓練選手的過程中，這些原住民選手都是私下很敢發揮，但是在大眾面前就會害羞、比較不敢施展自己的技能和長處。

二、針對選手跆拳道訓練比賽之劣勢(自我弱項)

**選手 A:** 缺點就是太情緒化，現在是有接觸到心理輔導這部分所以比較好，慢慢懂得去控制自己的情緒，那以前自己的情緒管理比較差我覺得是天性，一有不愉快馬上就把情緒反射出來。還有就是想太多的問題，因為以前會比較悲觀，我覺得是因為團隊的影響，從小的環境周遭都很少有原住民，我會有被歧視的感覺，像是大家在討論一件事情

時，我的想法通常會跟大家不太一樣，那他們就沒辦法接受，所以就變成他們用他們的方式，我就用自己的方式，這樣在團隊上就沒辦法融洽也會產生一些歧視，所以我就覺得自己無法融入在團隊裡，而他們也就是拿原住民這個身分去談論我。其實現在多少還是會這樣，在人群中我不太敢表達自已的意見，因為我就是小時候被排斥過，別人也不會採納我的意見，所以就覺得多去講還是一樣沒有意義。針對自己身材上的劣勢，我覺得要看自己參與的體育項目，像因為我是練跆拳道的，所以在我的量級上身材就是劣勢的，但有些項目就沒有身高上的差別，雖然我身材不好，可是我覺得可以從其他比較強的方面來補足。

**選手 B:** 我覺得我的缺點是比較死板，像在比賽上會不知道怎麼去變化，其實也跟我的個性有關，比較不主動然後太制式化，都是照著教練或其他人的命令去做事，很少有自己的想法。例如像我在比賽上可能會依賴教練，希望指導我的是我熟悉的教練。身材上我覺得算是中等，但現在我身材上的優勢也比較少，因為現在選手身材都越來越高，而且目前比賽趨勢比較不適合我，因為自己的打法還是屬於傳統護具模式，加上變化較少，所以在這邊就沒有得到優勢。比賽上我不是那種很冷靜的選手，一上場就會一直想得分，所以對手比較好猜到我的動作，而且如果被對手先得分的話自己就會開始亂踢。心態上我覺得我是起起伏伏，也因此比賽成績就時好時壞，以前會給自己很大的壓力，比賽上好勝心也很重，會因為這些因素造成自己發揮不出實力。

**選手 C:** 比賽的心態比較不好，就是比賽中如果一開始我先得分的話就還好，可是如果讓對手領先的話我就會不知道怎麼處理，因為我不太會追分也會開始不專注，就是會亂掉且不能控制好自己。不過我在比賽的心態上並沒有害怕輸，只是可能會時好時壞，我比較容易會被外在的東西影響。

**選手 D:** 覺得自己的個性太害羞了，比較不懂得表達自己的想法，在與教練溝通上會有些小狀況，教練的指令若我沒辦法執行就比較不太會去說。還有自己的壓力也不太會去調適，比賽如果和認識的人對到就會綁手綁腳。

**選手 E:** 我的缺點就是柔軟度不好，心態上比較消沉，尤其現在很多的運動傷害就讓我容易想放棄，會害怕說我那麼年輕怕以後不能走或不能繼續踢。

**選手 F:** 缺點就是比賽時想太多，有時候就抓不到出腳的時機，感覺自己的狀況很不穩定，有時候好有時候不好。剛從左訓回來學校時，因為訓練比賽上的某些原因，讓我本來不想練了，但後來想過就覺得還是決定要讀完。

**教練 A:** 內在缺點就是這幾年原住民受到政府大力的補助，很多家長都不去工作，在家裡面等著政府補助的錢，讓小孩子從小看到這種情形，我覺得這個是很不對的。我剛才之前就有講，政 府在補助原住民這個區塊是不是應該有所調整，尤其是補助到小孩子本身上，而不要說把這個錢都拿給家長，現在我們碰到很多選手就會認為自己不要那麼辛苦反正以後政府會補助我。在以前我們看到的運動員幾乎都是原住民選手比較多，但現在慢慢的原住民選手一直減少，因為他們也開始沒有辦法吃苦，所以我想說政府應該從這裡再研究，或者說補助方面也應該是盡量針對小孩子的需要來做補助比較好。

**教練 B:** 身體條件就是我們原住民的小朋友會比一般平地的矮了一些，所以身高不足的話就加強訓練，在速度和技術上改進，我認為比較劣勢的地方就是要不斷的訓練才能轉為優勢。還有平常原住民選手的缺點，我覺得最不好的就是練了一段時間就好像自以為到了巔峰時期就不練了，我遇到很多原住民的選手就是這樣，已經練到國、高中了而且成績也相當不錯，卻很可惜就沒有繼續練下去，最主要是選手本身，有這個三分鐘熱度的壞毛病。

**教練 C:** 原住民的身材上的劣勢要靠後天的努力去克服，我認為不管跆拳道、籃球、田徑的選手它的身高只是成功的其中因素之一，跆拳道國手不一定是最高那個，所以我常講不要去迷失，很多人說選才但我不否認要選才，但心理素質如果不夠好選多高的還是一樣沒用，那我們要的選手是心態素質強的，不是只看外在，所以這是我鼓勵小孩子的其中一個方向。還有就是我們現在有品勢，所以品勢也是我們另外一條生機，再來運

動能走一輩子嗎，未來需不需要轉換教練和教職，所以跆拳道它從短、中、長都有在做規劃，甚至到未來都是可以銜接的運動，所以不見得要成為最優秀的運動員，但你可能未來是一位優秀的教練。所以我覺得運動員是可遇不可求的，希望能讓他們在練習跆拳道上，除了當選手以外還可以看到更重要的東西。

**教練 D:** 應該是心態上的問題，我覺得可能因為選手都在山上和部落長大，也很少接觸比較大的世面，而且我們山上都是小部落，學生方面全校也才二十幾個，所以朋友之間都是以部落為主，當然選手在外面可能在心態上會覺得這個場面很大也很陌生，就會畏畏縮縮的不敢放開來去比賽。

三、針對選手跆拳道訓練比賽之機會(理想狀況)

**選手 A:** 我覺得我還滿幸運的因為家裡人都很支持，自己也在國家隊這樣的環境下訓練，又有很好的教練，重點是我比較可以去接受很累的訓練。針對國家隊的訓練和管理方式，其實每個人都問我這樣的問題，因為我很小就在這裡練習，我也喜歡這裡的練習環境，因為簡單，在這裡就是練習、吃飯也不會有太多的外務，像之前我回學校就要想等下要幹麻、練習要練什麼，那在左訓就不用想那麼多，因為已經有人幫你安排好，你只要負責專注練習就好，但這裡的缺點就是沒有空間，管理上也一定有不滿意的地方，但我覺得如果要待在這裡服從性就要高。至於廠商贊助我覺得其實也還好，並沒有說太大的幫助，雖然讓我增加知名度，不過還是要有一些條件，就是要有比賽成績，但相對的壓力也會增加許多，所以並不算是我的機會。對於獎金的鼓勵，我覺得這是一定要的，會持續練那麼久的跆拳道，最主要就是因為消耗了這麼多精神體力，目的也就是要去賺這些獎金替自己的未來鋪路，因為運動員的生涯不長，像我今年比完如果我成績好就能有更多的籌碼去準備更多的事情，因為我也到一個年紀，那後面的路當然就是要趕快去準備，只是說如果有這樣的獎金，就能有更多籌碼去跟人家談，也就是換一個角色時我能有更多資源這樣。

**選手 B:** 我覺得最大的動力就是家裡的支持和獎金。家裡他們都不會給我壓力，比賽輸了就會說再努力，一切順其自然。在獎金上，我現在有原住民計畫的營養金，還有參與一些針對原住民選手的培育計畫。那家裡上的經濟狀況算不錯，所以金錢上的壓力比較沒有大，家裡也不會給我經濟壓力。在學校我覺得每個教練都給我很多幫助，像我的道館啟蒙教練，他在我想放棄練跆拳道的時候把我拉回來，那時候我國小在降體重，因為超重沒有去比賽所以之後就不敢回去道館，後來是教練打電話叫我回道館，也因為他這樣子我才繼續練習。我覺得自己一路練跆拳道上來都還滿順利的，能到好的學校環境、碰到好的教練，之後又到了左訓。那我念研究所的目的是想延長我選手的生涯，那時候也沒有想很多說要畢業要當老師，只是想讓自己能打更多比賽。

**選手 C:** 我覺得在機會上，家人方面是還好，因為從小到大他們就是輸贏沒有關係。在學費上會有減免原住民學生和運動員的部分，而且獎學金也有學業成績優良或是用比賽成績在申請，其他額外的獎學金自己也有去申請。

**選手 D:** 我覺得是家庭，因為我們家很支持我在練跆拳道上，中間我有因為腳受傷所以媽媽希望我不要練，可是那時候我覺得都已經打到現在了，還想繼續練習。我自己也有申請一些縣市獎學金和學校的減免補助，比較不會造成家裡的經濟負擔。如果是比賽受傷的話，學校也有合作的醫院可以讓我們去看病且掛號費也有算便宜。

**選手 E:** 我現在有申請原住民族委員會的獎學金，學校的學費也有減免，因為家裡的經濟狀況還可以所以比較不用擔心，而且自己有去打工。在比賽上，畢竟我們大學是以獨招進來的，教練會希望我們要有成績出來，因此會督促我在比賽上更積極。我自己有參與原住民選手培育計畫，我覺得對我幫助滿大，像是之前有降體重的問題，我自己有說我有降體重這樣的需求，所以他們就會請專業人員、營養師開一些營養配方和訓練計畫給我，之後在降體重就有比較輕鬆。

**選手 F:** 我覺得家裡都還滿支持的，因為我最近比賽都沒什麼成績，家裡的人還是會一直鼓勵我，自己的教練也很支持我，私底下會跟我聊很多。還有我自己也有比賽的獎學金，我覺得原住民選手的資源還滿多的，都有一些補助和計畫，像台北市選手的資源又比其他縣市多，而且在學校也會有減免，我覺得對家裡幫助很大。

**教練 A:** 這個規劃上應該要原住民族委員會和當地的縣市政府及教育機關去了解，一些原住民選手的補助有沒有針對選手它本身的需求去補助。我現在我在學校服務，針對我們學校我希望政府可以把原住民優秀的選手，目前家庭狀況不是很好或是單親的，那我覺得像我們學校就是很好的訓練單位，如果說各縣市有意要栽培原住民選手，可以把他們全部集中到這裡來，然後由政府來照顧這些小孩子，在這邊培養的小孩子都會以青少年為主，那這些原住民青少年以後到了大學，還會怕國家隊沒有一線的選手嗎。我想說國家也沒有好好利用到這個體育中學的區塊，其實對於體育中學，我們國家既然花了這麼多錢蓋了那麼好的設備，有沒有想到說原住民優秀的選手更需要政府來照顧，不如把他們集中到這邊來，那這樣子讓他們會有一個很好的練習環境或很好的生活環境，讓他們無後顧之憂的練習，這個對我們國家將來在運動環境上要提升的決定有很大幫助。

針對我們學校的原住民選手來說，教育部給我們的補助是針對全面性，而沒有針對原住民的運動選手來作補助。那政府對原住民的家庭是有補助，可是他也不是針對現在有在從事運動或實質上的幫助。他們的補助就是一般的家庭，實質上對小孩子並沒有幫助。那如果說政府和我們原委會有注意到這個部分的話，其實可以瞭解一下，我們全國裡面國小的選手，可能原住民就佔大部分，可是到國中、高中為什麼沒有繼續練，就像我講的政府沒有照顧到這些從國小就開始投入運動的這些原住民選手，如果在國中、高中有很好的環境來幫助他、照顧他，那他們可能會繼續從事這個運動，那因為沒有幫助，選手可能就回去工作。所以我希望國家花了這麼多錢蓋體育中學，其實我們可以把全國優秀的運動人才尤其是原住民集中到這裡，並由政府來照顧，我想這樣子對原住民的運動選手就不會有斷層的危機。

**教練 B:** 當然我們盡量會爭取各團體和各公司行號補助原住民選手的訓練。因為我們不是說每個原住民選手都會有補助。最近也有教育部委託國立體大來補助我們這邊原住民選手的訓練計畫，然後縣市這邊我們道館就有三個選手在這次的全中運得牌，所以縣政府就有補助我們成績優秀的原住民選手。

**教練 C:** 機會就是要有強而有力的決心，因為畢竟他們對部落裡面的影響很大，就是家庭和部落環境的因素，要有一套比較完整的教育體制來幫忙這邊的原住民。在架構上我常說原住民地區在運動上沒有體育班，還有我們也知道全世界最會唱歌的布農族八部合音在奧運上唱過，擁有這麼好的聲音結果在部落沒有音樂班，這些班都設在平地我覺得對原住民很不公平。如果說我們可以把更多的原住民把他的特質在這裡發揚，人才在這裡為什麼我們不用，是不是就抹煞這些人才，要幫他們就要找資源想辦法來幫，人才還是需要培養，不是說老是撿現成的，全世界最會運動的人不見得是現在的國手，其實還有很多人才可能因為他環境不好被埋沒，鑽石為什麼成鑽石，它也是挖出來後琢磨過，經過人家發掘後才由工匠、藝術家們去巧奪天工才能成為一顆閃亮的鑽石，那我們部落有很多鑽石只是埋在那個地方，如果可以真正落實整個體制，找一些企業財團或有心的人來幫忙，也許明日之星就是潛伏在這個部落某一個角落的人。

**教練 D:** 我認為家人的支持是一個重點，當然能有社會的一些資源可以支持我們，才能讓選手放心的去訓練。目前我們是有兩、三個選手有機會可以在全國上拿前五名，那他們目前沒有什麼獎學金，只有原住民本身的一些資助。那一些培訓的金費我還沒有提計畫出去，因為目前他們就沒有比較好的成績，但是他們是有這個機會。在訓練上，我們道館的訓練時間比較少，如果能多出我自己的時間來訓練他們，可能選手得牌機會能更高，但是我們道館不是說像一般體育班選手的訓練，我們只有一個禮拜練三天，所以在訓練的時間上也是一個問題。

四、針對選手跆拳道訓練比賽之威脅(外在影響)

**選手 A:** 其實練越久威脅越大，因為大家都知道你，然後身體受傷的狀況也是我的威脅，還有年紀的問題就一定有差，怕體力跟不上，當然技術的發揮還是要建立在體能上，就會覺得心有餘而力不足，現在年輕人的體力好所以就算我經驗好也可會有威脅。還有我覺得精神上也有威脅，教練和大眾給我的期望要我拿到好的成績，不容許失敗。

**選手 B:** 我覺得我的威脅其實不算是年紀的問題是自己心態方面，我常常就是心態很不穩定，我覺得自己在比賽上很容易緊張吧，不管碰到好的或不好的對手都會緊張，自己會想太多，而且我有一段時間還滿怕被踢到上端，因為那陣子常被踢頭被教練罵，所以比賽很怕自己又犯同一個錯，覺得自己的障礙比較多是心理因素，之前有請到心理輔導老師，那他們的方式我有去嘗試，只是潛意識多少還是有障礙，我覺得就是要突破自己。比賽上，我覺得現在的比賽趨勢一直在變，我自己調適的比較慢要適應很久，因為我的動作定型了變化也比較少。針對降體重的威脅，我是覺得降體重要有一個方法，以前對我的威脅還滿大的，是因為上大學接觸到很多這方面的知識所以有改善。

**選手 C:** 我覺得是教練這個部分，因為其實我們教練平常在訓練時講話比較負面，我就很不喜歡這類的言語，所以我覺得他可能會影響我，如果教練的想法比較正面的話會讓我更積極。比賽上，我覺得對手的威脅讓我覺得還好，因為上場就不會想太多，只會想著處理好每一個動作，現在大家打法都差不多，如果是以前的打法就會感覺有威脅，可是現在的選手第一腳都只有側踩，所以我只要處理好就可以。在想法上就覺得自己的求勝心就沒有像之前一樣，如果以我現在是選手的身分，當然這是個威脅，因為選手就是要去求勝利，我感覺自己現在認為輸贏變得不那麼重要。

**選手 D:** 比賽上對手的威脅多少都會有，就是會透過影片被對手了解到自己的動作，然後也知道怎麼應對，用什麼動作能克我。現在又換新的電子護具，像我從以前練到現在打法比較偏向傳統護具，而現在新的選手只要注重側踩就好，所以他們也把側踩練好就可以，相對的側踩的動作就會比我們好，然後對於新護具的適應也需要一段時間。我

覺得對於那些偏遠地區的原住民選手，當然山上的資源就比較少，而且感覺沒有教練有意願想要往山上去發展，所以他們能接觸到的東西就比較少。

**選手 E:** 我現在的威脅是學校的訓練時間，因為我覺得練習非常重要，既然要比賽就是要拿成績。可是我們學校的練習時間很少也不固定，如果沒有比賽的話一個禮拜就只有練兩餐，所以自己的體力會不能負荷。我有和教練反應可是效果不大，因為我們學校其實上課和活動很多，像一些外面的運動會都需要我們的學生去幫忙所以影響練習的時間。現在的環境多少會影響我訓練和比賽，像是要練習又要上班，又要顧慮一些事情，如果是高中就只要練習就好，現在念大學就等於出一半的社會而且自己會想太多，怕影響到比賽的表現。

**選手 F:** 我最大的威脅就是降體重，有陣子想休學就是因為不想降體重，因為我覺得升上去一個量級就會沒什麼機會，打起來感覺也有難度，所以自己想打的量級都是需要降體重，每次降都大概要降七、八公斤。

**教練 A:** 威脅包含一些家庭裡的經濟壓力、家裡的人支不支持，然後如果說真的有把這些選手集中到體育中學來，他要離鄉背井的話，家長捨不捨得、願不願意，如果說有各縣市的政府單位幫忙這個區塊並負責說明，例如經濟壓力的問題，選手家裡可能沒有辦法供應他一般國、高中的費用，所以可能國中畢業就沒有繼續升學。其實他們真的用心去讀書可能都沒有，因為他們可能以後並不想走學術路線，只有想說可能國、高中畢業以後要回家鄉裡面去工作才可以生活，我覺得實在是浪費我們很多資源。以山上的原住民來講，他們跟外界的接觸比較少，可能他們到達一個年齡層以後就接觸到外面的一些誘因，然後開始往他們之前想要的生活去闖，而且有很大的改變。今天選手從國小就有人發掘到他是個運動人才，然後國中、高中也有去承接的話，讓選手有一個目標，可能將來在走運動這條路就會比較順，而且比較不會有後顧之憂。在醫療方面，我們學校在醫療上和運動防護的方面是絕對沒有問題。如果說要來照顧選手的，我們有防護室也有防護員，學校也有護理師。在課業上如果讓原住民學生去讀一般學校的話，當然在讀

書方面可能他們就會比較沒有那麼好，不過也是有原住民很會讀書且讀得很好的，這種例子也就是說選手在走運動這條路的時候，我們有沒有實質上來幫助他，讓他無後顧之憂，可以專心的在求學的階段好好的讀書，然後又好好的去從事他的運動生涯，如果有我相信應該是可以克服解決。

**教練 B:** 威脅就是選手訓練到某一個程度就會有瓶頸,所以我覺得就是要不斷的訓練才不會受到很多的困擾，當然這個威脅就是我們教練要讓選手不斷的往外去參與比賽。所以我覺得威脅是教練應該要自己去衡量，並不斷的參與對外的訓練和比賽，給選手更多的經驗和刺激，這樣才不會造成威脅。

**教練 C:** 在家庭的因素上，他們從小沒有接觸比較正規的人生課表，就是什麼時間該做什麼事情，他們沒有這個系統和觀念，好像就是去上學是很勉強的，但是換一個角度我這樣玩沒有課表就沒有進度，沒有進度就沒有目標，那因為現在年輕人就沒有給他目標和明確課表的情況之下，他會不知道要幹什麼，所以他就是玩。那你看到部落這些孩子惡性循環下，變成他們就對讀書和其他東西都沒有興趣，但其實他們本質不壞，只是沒有一套系統在這個地方來做他們延續學習的態度。學問就是要學要問，他們又不會問,原住民就比較靦腆,除非你跟他很熟才會比較熱情,但是剛開始你會覺得他很沉悶，所以說如果有一個目標，比方說看到有些人總會追求這些明星特質的人，明星特質的人總會吸引別人的注目，所以我常跟小孩子說自己要去塑造明星特質，有這個特質人家才會跟隨你，所以我說魅力在哪哩，要能夠改變你的左鄰右舍和學弟學妹，不要忘記把你的明星特質拿出來影響你周遭的人，而不是自己被影響走，這個就是成功者和失敗者的不同立場，成功者會去影響旁邊的人去成功，失敗者很容易被人家影響，成功的人雖然孤單但是影響力是無遠弗屆的。像我以前當選手就很享受出場的感覺，我以前會覺得全場都在看我，我認為自信要去培養，如何想著要站在冠軍的舞台，就要找到自己特殊的天分，但是還是要去體會，不去體會別人不能幫你，所以說其實他們本身要去突破，我只能當一個教練期待他們能在心態上強一點、多一點明星特質。

**教練 D:** 可能最大的威脅是有些人練習的動機是為了要比賽有些則不是，那我這邊的選手都是想要比賽才來這裡練習，都不是說來運動而已。當然在訓練的過程他們是大的威脅可能是時間上的問題，再來就是他們自己的持續性不夠，有時候我們的選手練個一、兩年就覺得枯燥乏味，之後也就沒有練，但我覺得這些選手都是有機會的，卻因為某種原因像讀書、工作等，所以很多國、高中畢業的原住民選手就要開始上班，家裡經濟的問題必須讓小孩子去分擔父母親的壓力，所以我認為很大的威脅就在這個地方，就是不能讓他們持續的原因。

## 第三節 原住民跆拳道選手運動生涯的延續方向

一、瞭解選手目前運動生涯的發展及需要的相關幫助

**選手 A:** 針對偏遠地區大部分原住民選手來說，其實我那時候比完奧運有到偏遠的地方去看一些小選手，那我覺得他們的資源真得很少，在新竹尖石鄉那邊的國小，其實從山下到山上開車要兩小時，他們那裡有很多運動項目的隊伍，可是他們那邊沒有資源沒有場地，而且我覺得他們那麼多原住民的小朋友，有這樣的人才可是卻沒有人願意上山去教他們，我覺得這時候就是政府必須要去思考的問題，像原委會這樣的政府機關等。像他們要下山訓練，我是覺得就要看政府怎麼去安排他們吃住，目前都沒有。其實很多偏遠地方的選手都一樣，山上的小孩子遇到最大的困難就是沒辦法持續他們的運動生涯， 因為吃住都沒辦法處理，就會面臨說我到底要不要繼續在運動上，有些人就是為了要升學才會硬要練習，若成績好就有辦法繼續升學，當然也是靠那些獎金。前提下，有些是成績不好的選手他們要怎麼辦，要靠什麼繼續練習，是不是又要回去山上了。我覺得獎學金的制度是不夠的，因為獎學金只是暫時的幫助，所以要從小去開始培養，如何去幫助他們持續運動生涯。我覺得如果到我們這個年紀，退休之後是不是可以回歸到那些偏遠地區從事教學，讓我們這些優秀的原住民選手去指導，從他們小時候開始這樣一直持續循環這個制度，讓退休後的優秀原住民選手去協助這些原住民小選手，是不是

這樣原住民的資源環境和運動成績就會起來了。有些選手退休後會對未來很茫然，在升學和就業就需要一些輔導，所以我認為就是要像我剛說得那樣子的一個循環，這樣我們才有工作做，原住民小孩子也才有人去教，不是只有靠政府給錢。希望政府單位能針對退休後的優秀原住民選手這些人才，安排他們到需要幫忙和指導原住民選手的地方去發揮所長。以國內、外交流來講，針對原住民跆拳道選手我覺得是還好，如果政府有我說得有去那樣的規劃，那裡面應該就會納入這個部分。可是如果說針對原住民選手的話那更應該要多去接觸外面，因為我們天性就是活潑開放，很容易跟其他人打成一片，進步也會比較快。而且我覺得原住民選手練習比賽上忍耐度很高，比較能吃苦。還有就是以前我有不被教練重視的經驗，所以如果說我們有原住民的教練教育原住民的選手，感覺會比較了解原住民小孩子的想法和觀念，在溝通上不會有很大的代溝和問題。像現在國家隊舉重隊就有原住民的教練，那他們教練與選手之間的溝通和默契就很好，就不用經過很多的磨合，也不會有偏見。

那我對未來的想法是，希望可以當教練指導選手，我會比較想要教原住民選手。之前也有跟別人談過，我希望可以聚集一些家裡經濟困難的小朋友，像是想就學卻沒有機會往上爬，如果說我給他一個練習跆拳道的機會，小朋友來參加並好好練習，那就有機會往上繼續求學或接受一些補助，如果他們連這樣的機會都沒有的話，那他們可能念到國、高中後就出去打工，如果有這樣的機會當然就是很好。我會有這樣的想法是因為我看到原住民的弱勢，那時候到新竹看到的小選手給我很多感觸，那他們就是只有一個目標，因為教練給他們灌輸一個觀念就是拿第一名就有獎學金，所以他們會告訴自己要贏要讓家裡更好過，我們山下是比較少有這樣的事情發生，當然還是有只是比較少數，我是希望自己能有這個能力幫助他們，因為看到他們的動機是希望能改善家裡環境，跟我小時候的情況一樣，自己家裡以前也不好過父母親也很辛苦，也是因為比賽獎金才能改善生活。像現在原住民小朋友都不知道以後要幹麻，去讀書又讀不贏別人，沒錢就只能去上班，所以很多運動人才就這樣流失了，政府也沒有去注意到，就沒辦法很完善的針對原住民選手。而且現在也有很多原住民教練都沒有地方去，都是要跟一般人去爭專任教練的職缺，如果有專任教練還能針對原住民地區的安排會不會更好。

**選手 B:** 目前自己已經退休，以後也不會參與比賽，在今年二月亞運複選沒選上後就沒有目標，就想說要開始為未來著想，我自己是沒有想走教練、老師路線，所以大概會轉型。當完兵可能先回研究所復學，之後再去學其他的一技之長。我不想走當教練是覺得對教學沒有很大的熱誠，因為我的表達能力不好，我可以了解別人指導我的東西卻沒辦法教導學生。現在自己會因為沒有達到想要的成績而遺憾，像現在看到他們練習我也會想要一起去拼，可是就沒有那個目標，所以覺得自己現在應該要轉換，如果一直執著在跆拳道上，那我會的東西就只有這個，我的心態已經變成就是我想去學別的東西，因為未來才是最重要的，選手到一個階段就差不多退休了。目前會擔心自己我只會跆拳道而沒有其他專長，還好家裡有一個公司可以讓我比較不會擔心最後沒有工作的問題，但他們還是希望我可以找自己有興趣的工作，前提會先在爸媽公司那邊工作存一些錢去學習東西。我個人比較想往烘培那方面發展，因為我喜歡吃甜點類的美食，我的夢想是開一個自己的下午茶店這樣，至少我有一個夢也有去想過，會比較能去執行。目前現在原住民選手運動生涯需要的幫助，我覺得最需要的是一個學習的環境，就是像很多偏遠地方的選手他們的資源和器材比較少，或許他們是有潛力的，只是他們沒有一個好的學習環境，在師資或硬體設備上比較缺乏，如果可以給他們提供更多東西，應該可以把他們原住民的潛力發揮出來。其實我自己是沒有親身看過，只是我透過電視大概了解，覺得也許他們平常有一點點東西就很開心了，那如果他們有好的資源會更好，因為有些人是真的很想學習只是沒有這個機會。在獎學金和補助上，我覺得如果經費允許的話，應該要幫助更多地區的選手，不要只有針對幾個選手，一定要從基層開始培養才會越來越好，不是從中間這樣額外去給獎勵，這樣培養素質就不會那麼好。還有像選手退下來可能面臨到工作的問題，我覺得真的需要學習的機會，學習其他專業開發第二專長，最好能有一個課程或免費教學，讓選手找到自己第二個興趣是很重要的，不然等到退休後就有點晚，學習起來也比較困難，所以在選手生涯中能學習其他的專業，在退役後會比較能早點進入狀況。在國內、外交流上，把選手聚在一起交流，例如國體的培育計畫，我是覺得那個太短期了看不到成效，如果真的要好好培育的話是有滿多問題的，因為大家來自不同地方像學業上的問題就會衝突到，所以要長期培訓的話要想辦法去解決這樣的問

題。現在練跆拳道的原住民選手越來越少了，就是練到一半就不想練了，現在還在的選手就是成績比較好的，當然這些選手可能有很多因素而選擇沒有繼續練習，所以希望原住民選手能堅持自己想要的東西，不要那麼快就放棄。針對舉辦全國原住民運動會等賽事，我覺得這是給原住民選手更多比賽的機會和經驗，而且這個比賽是有獎金的，我覺得多一個機會就是多一個幫助，雖然比賽的層級沒有很高，因為比賽的選手人數不多素質也不算最頂尖，不過能給一些比較基層的選手一個表現的舞台。

**選手 C:** 我現在大三，希望在明年大四可以考取研究所，但是希望能朝其他運動相關領域發展，因為我滿有興趣當私人的體能教練，就是會給選手安排課表，可以依照每個選手的特性和運動項目去安排體能課表，我也以我們學校的體能教練為目標。我能繼續參與跆拳道的動力就是，目前一直都有領獎學金，然後現在就滿喜歡學校練習的方式，我覺得教練不會是看成績去教選手，他不會說你成績好就特別教你，體能教練也是。我認為現在原住民選手最需要的幫助是專業知識，因為選手好像都不瞭解自己在練什麼，不管是技術或體能上多少都要去了解自己在做什麼，還有運動傷害和心理等方向，我覺得這些對運動員都很重要，如果脫離比賽場上這些東西都還是有用的。像現在那些在健身房工作的都比真正的運動員還專業，我是覺得說不要有體育班的設立，我覺得我們為什麼要被歸類在那個區塊，我高中就是體育班但是老師有在盯我們就比較好，現在看到很多念體育班的選手到大學之後就明顯覺得落後別人很多。對於能保障原住民選手在升學或工作上，我認為是獎金的影響，因為原住民孩子的家境都不是說很好。

**選手 D:** 我覺得是生活上的補助，還有之後我們畢業後工作的問題，在進入職場就業時希望提供一些機會或建議輔導。我自己有在修教育學程，也會去考教師檢定但之後不一定會當老師。針對原住民希望能多去幫助比較弱勢的選手，能多給選手一些技術上的交流或其他幫助像是醫療防護等，對原住民選手可能出去比賽一趟能特別的去補助。再來我覺得原住民選手對防護醫療的知識都不充足，不知道怎麼保護自己而影響訓練，希望能請到專業的人員來授課幫忙。

**選手 E:** 目前自己之後的規劃和未來打算都還在想，我覺得要跟著自己的興趣走比較好，除非真的走頭無路我才會繼續在跆拳道當教練。如果有機會考研究所就繼續比賽，但如果我要繼續打的話可能就會找一個練習份量比較多的學校，希望在考研究所這方面能有老師協助我。然後我這次有申請原住民選手的計畫，之前高中就一直有參加，這個計畫幫助我很多。針對原住民選手是否需要多一些互相交流的機會，我覺得像出國比賽就滿需要的，國內對我們現在這些選手是還好，如果對那些一般組或其他學校的選手進步會比較多。對於原住民選手能獲得政府或相關單位怎樣的幫助，我覺得是經濟上，覺得像花東地區選手，有時候需要來北部比賽的可以多去補助，像這次世青比賽就有一個花蓮的選手拿到金牌，那他們來台北比賽又需要教練帶感覺很辛苦，不是只有原住民選手其實那些教練也很需要鼓勵，像我爸在帶道館就對原住民的學生免費教學。所以我認為補助的話就要針對家境不好的選手，然後我認為如果有補助就要努力去爭取，所以選手還是要有一些補助的資格在，若補助了還不努力的話還是一樣，要補助真的很需要幫助的人效果才會好。

**選手 F:** 目前我就是好好把大學念完。針對原住民選手需要的幫助我覺得是零用金和醫療。醫療就是希望能有全身檢查之類的，然後希望自己在畢業後有保障和穩定的工作。

**教練 A:** 這個問題應該和剛才前面講的都有一些相關，在獎學金、補助上，學校和一般縣市政府是一定都會有，但是並不會因為你是原住民就給你比較多的補助。但是我希望政府可以另外來照顧這些原住民學生，就像我講的原住民學生有很多住在山區裡面，那如果說把小孩子集中到一個地方，讓他們專心去讀書，專心去從事運動，國家既然有成立這個體育學校，為什麼沒有辦法把這些原住民的選手集中起來，像現在體中招收的學生幾乎跟一般高中是一樣，雖然一定要有運動項目，可是國家並沒有照顧這些運動選手，他們來唸書還要自費，如果國家願意的話我希望把體中當作原住民青少年的培育中心，不要說光運動有成績，他們在這個地方也可以專心，實質上來講對我們原住民運動員才有很大的保障。針對原住民選手國內、外交流，這個當然是有需要的。如果說今天

有把青少年原住民集中練習，我們才有國內外的交流的可能。現在國家既然對這個運動積極在花錢培育優秀運動人才，那其實原住民這個區塊，有很好的運動人才，而且這幾年我們國內也有在做優秀原住民運動人才的培育計畫，可是我覺得這個計畫太籠統也太分散，變成每個縣市可能只有一、兩個選手，如果今天有辦法能集中起來，然後這些運動選手特別的照顧，讓他們無後顧之憂的訓練，這樣要去國外移地訓練，甚至請國外的人到我們國內來教學，才能確時幫助到這些小孩子。整體來說從國小裡面發掘到這些優秀的原住民運動人才，把選手集中在一個學校，由這所學校替選手做規劃輔導，然後政府全力的支持，實際上才是對我們原住民運動人才有幫助。

**教練 B:** 我認為每個運動生涯中，經濟支出是最為困擾的，當然我們希望會有政府機關和公司行號來補助選手，這樣才會無憂無慮的訓練。現在選手升學就業上就會看比賽成績，如果成績好我們教練都會推薦到各個學校這樣。在醫療防護上，因為我本身也是做相關防護的工作，所以平常訓練我都會教一些基本常識，告訴他們如何保護自己，有時候也會教一些收操、做操，因為選手最重要的一定要懂得保護自己，有任何受傷要積極去治療，不要讓運動或訓練受到舊傷的影響，而不能繼續訓練或比賽。其他方面是還好，最希望的幫助還是經濟上的問題。

**教練 C:** 我覺得原住民選手和平地選手的差別就是在於環境上，因為環境一定會改變心態，想想看窮的人會不會沒有自信，每天看有錢人就會很嚮往，有錢的小孩子課業不好家長馬上帶去補習班，那我們這些窮困的小孩一回到家看到家裡家徒四壁，雖然夢想著自己能夠學習卻沒有機會，所以他們從小就有被壓抑的心態，到學校想要問老師又不敢開口，變成一直壓抑在那個環境裡面到最後就選擇放棄，變成有夢想卻不敢繼續堅持，因為他已經覺得不可能了，沒有這個環境、沒有錢、沒有父母的支持，會無奈但只能屈就於環境的因素。現在我能夠幫助他們就是說不斷去找一些企業關心，因為他們先天的環境不好，像一些硬體、軟體的設備都沒有比都市好，那我就是不斷的透過訊息給外面的人知道，這個地方除了文科的教育之外，在其他領域也很薄弱，但是假若有那麼

一天體制改變，如果能變得更完善，我覺得這就是我們給下一代能夠去看到的目標，我們不可能說以後他們會成為偉大的人，但最起碼比你現在好很多，因為有了夢想和目標，這是我們目前現在要能夠幫他們的。目前我們的獎學金和補助就是以之前的原住民計畫為主，但是今年只有一個選手入選，也因為它的標準設很高，都是用最高的標準來選出選手，那永遠都是那些得牌的選手拿去，在基層上變成分到的又沒有，所以我才講制度設計的不是很好，因為這些在比賽能得牌的人都是在體育班，或比較能夠受到照顧的人，那基層的選手是不是一輩子都只能觀望。其他方面我們有世界展望的幫忙但不是很多，還有選手全中運成績的獎金，在我們這邊獎金不太會給小孩子拿回去，怕拿回家父母用在不對的地方，所以我們學校裡面有一個儲蓄把獎金暫時放在這裡等他們畢業再給他們。再來我有在跟學校說成立一個體育班，讓我們有基本的資源，然後我們可以募款，把場地設施弄的很完善，因為如果不這樣做其實很難幫忙選手。最後我是覺得說希望真的多關心一些部落的孩子，不只是原住民也包含比較窮困弱勢的家庭，其實他們真的需要實質的幫助，不是只有一個月補助多少錢，是不是除了錢之外還有更有價值的東西，讓他們學會以後也有能力幫助別人，我覺得與其說每天給他魚不如教他釣魚，這是一個簡單的道理，就是要看有沒有真正願意有人來到部落教他們。期待有更多人能幫助原住民這個區塊，盡量把這個力量讓大家知道我們在做什麼，成就不是說要花很多錢，是要用在對的地方，如果有能力就要想辦法讓大家為這些孩子一起努力。

**教練 D:** 因為我本身也是宜蘭人，當然在外面比賽那麼久了，回來教跆拳道就是我自己的心願，可以指導自己家鄉的原住民的選手，希望可以把我們原住民選手的運動成績拉起來。再來就是其實奧運金牌、銀牌很多都是原住民選手，以跆拳道來說陳詩欣也有一半的原住民血統，曾櫟騁也是，他們訓練的地方都是在外縣市或比較先進的城市中訓練，當然跟我們城鄉的差距會有點大，那我在這邊的心態上就是看能不能讓這些部落的小孩子多出去見識外面的比賽，所以我在暑假或假日會帶選手去外面比賽，那我就是以比賽為訓練，我覺得這樣的方式會比較快。在自己道館有時候可能會兼顧到小孩子是國、高中，所以一些訓練的成效會比較差，就是程度好的選手我就會帶他們出去，像我

們會去國體移地訓練或一年參加大概五、六次的比賽。我這邊滿多選手在宜蘭縣的選拔都可以選上，以我們縣市的比賽規格和資質當然很容易就選上，但是出去比賽成績就不是很理想。那目前依我的狀況和經驗，在跆拳道的技術上和我所了解的東西也只有這些能幫助他們。在金錢的支助或者是一些外在的協助，也是要靠我自己跟鄉公所和議員去寫計畫申請。除了金錢上的幫助，其實其他的一些補助如果能帶給選手好的成績，選手有好成績自然升學就業就很簡單，我也是國體畢業的，如果選手想要升學我這邊當然會幫忙。再來防護醫療這些設施都是我自己準備，因為我在學校也有學一些防護的知識，所以就我自己處理選手受傷的問題。針對我對原住民選手的一些期許就是，我覺得我們原住民選手的資質一定比一般人高，我想跟原住民選手說的就是學習的態度，態度就是要比較積極正面一點，有心理上的問題不妨可以跟教練或者家長去做溝通，不要讓自己處在一個負面的想法，要正面的去鼓勵。心態上就是要想說人家可以我就可以做到，勿妄自菲薄的態度面對訓練。

# 第伍章 討論

本章節內容主要探討為第一節、原住民選手 SWOT 分析；第二節、SWOT 策略型態的應用探討；第三節、原住民選手運動生涯的延續發展，各項主題內容分述如下。

## 第一節 原住民選手 SWOT 分析

SWOT 是由 Marriott Bill. JR 提出一個相當經典且常用的分析構面以分析組織或個體所處現狀的優勝劣敗，並提供清晰的組織現狀，供經營者做當下決策、現狀分析或未來進展的思考基礎。在這樣的分析中，內在的優缺點與環境中的機會與威脅一併呈現，更可以清楚看出被分析單位的整體優劣勢。以下為國內優秀原住民跆拳道選手的自我現況分析，以選手本身的優缺點，及在競爭中能獲得的機會及受到的威脅，將針對訪談結果的彙整做進一步的瞭解。

一、優勢

(一)生理

所謂的優勢就是原住民的運動天賦，大部分的教練及選手都認為原住民選手的優勢在於身體素質較一般人優異，從生活中可以了解他們所接觸的環境能夠在體能各方面有過人的表現，像是比賽中爆發力的展現、動作協調性的敏捷。

(二)心理

原住民選手對於訓練的忍受力及耐操度也是其中一項優點，有效的訓練過程總是痛苦難熬，不過這些選手可以做到自我要求並堅持每一個挑戰，這種意志力和決心是受到教練們所肯定的。在比賽的心態上，他們擁有旺盛的求勝心和鬥志，更有不服輸的個性，即使沒有力氣還是要撐到比賽結束，可以看出原住民選手抱持正面與積極的態度來面對他們每一個訓練和比賽。

二、劣勢

(一)生理

有些選手指出身材上的劣勢讓他們在比賽中相當吃虧，不過對比賽的影響不大，因為他們能利用自我的強項來補足身材上所缺乏的優勢。

(二)心理

優秀的運動員必須在體能、心理、技能的表現上三者兼備，其中心理的影響是比賽勝負中最為關鍵的因素，透過選手和教練的訪談後，發現原住民選手的缺點都指向心理素質的表現較差，那也是目前選手在訓練和比賽最大的問題。有教練認為偏遠山地的原住民選手平常生活在部落中，以致於對外在環境見識較少，讓選手在心態上產生一種城鄉的衝突，雖然私底下個性開放且勇於表現，但是只要一出去比賽就容易害羞、緊張甚至怯場，變的畏畏縮縮不敢放開來去發揮。其實普遍原住民選手都覺得自信心的部分較為薄弱，可能會因為先天的環境背景或其他能力方面的弱勢，產生了一種自卑的想法，像有些選手在人群中不太敢表達自己的意見，他們認為不會被其他人認同與接受。再來就是原住民選手在比賽中的壓力沒辦法獲得良好的調適，因此影響比賽的成績表現。目前針對原住民選手心態上最大的缺點，就是無法有始有終的面對自我的運動生涯，選手的心態會以為成績已經達到高峰期就可以不練了，那教練認為他們應該能有更好的成就，卻因為選手本身的問題沒辦法繼續去栽培而產生遺憾。

三、機會

(一)家庭、學校、道館

對於目前幫助原住民選手持續在跆拳道運動生涯發展的動力，我們可以從很多的觀點來看，不可否認的能獲得家庭成員全力支持就是成就選手的一個機會，還有教練們願意花時間與金錢去培養也是對選手很大的幫助。家庭和教練的支持才是讓選手繼續朝夢想實現的大力推手。一般優秀原住民選手的家庭，父母親付出很多心血在培養小孩身上，當然也期望他們能有一番成就。而偏遠部落的原住民選手，家庭環境不好也無法栽培小孩子，這時候就需要教練的溝通與協助，並願意奉獻自己真心的幫助他們完成夢想。

(二)補助、政策

現在原住民選手可以從政府機關、學校獲得相關補助及獎勵，多少降低家庭經濟的負擔，在其他企業或民間團體等也都有補助相關經費，及捐贈器材設施給偏遠地區的原住民選手。一些優秀原住民選手認為獎金的設置與補助，對於可以持續的練習跆拳道來說，最主要就是因為消耗了這麼多精神體力在運動專長上，為的就是要賺這些獎金替未來鋪路，運動員的生命不長，所以補助的獎金能讓選手有更多的籌碼在未來需要轉換角色中有更多的資源和機會。

四、威脅

(一)家庭觀念

目前原住民選手最大的威脅為是否能夠持續在運動生涯的問題。首先是經濟的弱勢，再來是家庭教育總是建立在早點賺錢、貼補家用的觀念上，迫使選手無法繼續參與練習比賽。當然近幾年政府大力補助原住民地區，讓原住民的家庭開始有依賴補助收入的現象，這樣的家庭觀念導致原住民選手產生負面的心態，認為只要靠政府幫忙就可以生活，不需要這麼辛苦努力的訓練，所以現在原住民選手一直在減少的原因，通常都是不能堅持自己所學。

(二)經濟狀況

原住民家庭經濟的影響使選手必須面臨工作壓力的現實面，所以很多國、高中的原住民選手其實都是很有機會的選手，不過最後只能去分擔家裡的生活。再者一些部落的青少年原住民選手跟外界接觸比較少，在他們達到一個年齡層後開始接觸到外面的誘因，慢慢的想要有所改變，想到外面的環境去發展，而中斷練習。

(三)偏遠地區環境、資源受限

部落的原住民選手的威脅通常是訓練時間和防護醫療不足的問題，由於沒有像平地地區道館和學校體育班有完整的訓練制度，所以練習次數和訓練量少之又少，相對的競爭力就會低於其他選手。對於選手受傷的問題也沒有得到完善的治療照顧，可能都只有教練充當防護員在處理。還有選手在訓練到某個階段時容易產生瓶頸，因為環境關係無

法對外做交流，在訓練中選手都是以同一人在做模擬，完全缺乏對外的實戰經驗和技術上的切磋。

## 第二節 SWOT 策略型態的應用探討

一、SO 策略：

結合原住民選手的自我優勢與外部機會，應當充分發揮選手的運動特長，並確實掌握外在環境給予的機遇。有效的運用選手本身擁有的運動天賦去訓練，針對他們優異的體能條件和吃苦耐勞的精神，並配合完整的訓練課程，相信必能達到事半功倍的效果。當然為了要能持續原住民選手的運動生涯，每一個機運都是一次的幫助。家庭和教練對選手的影響甚大，正面的力量都是支持他們繼續前進的動力。政府機關、各大企業、民間團體也一直都有在關注我們原住民運動員，除了針對成績優異的選手給予獎學金，也讓選手參與各項的培育計畫，希望能從基層開始照顧這些條件不錯的原住民選手。

近年原住民選手在運動界優異的成績表現是大家有目共睹的，臺灣的社會從上到下開始重視原住民選手這個區塊，很多補助和計畫也越來越能針對選手的需求去做改變，雖然有些政策還是不太完善，並不完全獲得教練與選手的認同，以偏遠地區的原住民選手來說就有很多不公平的地方，但是相信經歷多次的調整和建議，在未來一定能獲得改善。

二、ST 策略：

強化選手的優勢去規避現有的威脅。運動員這些優異的特質，如果可以從原住民選手身上找出強項，把弱項去除掉，那原住民選手在未來體育圈的影響力是不容小看的。優勢是原住民選手的生長環境所賦予他們的運動天賦，但是擁有這麼好的條件卻沒辦法善用也是沒用。以跆拳道的比賽來看，或許有和原住民選手一樣擁有這些優異的運動條件，甚至更出色的競爭對手，所以原住民選手必須善用自我優勢，對抗競爭對手給予的威脅，那針對有些先天身材比較劣勢的選手來說，可以靠著後天的努力，利用戰術的運

用及積極正面的心態去克服。

目前偏遠部落的原住民選手在家庭環境上的威脅甚大，除了經濟上的困難，還有被生活環境及周遭親朋好友的觀念影響，造成一些選手無法持續在運動場上，甚至沒有改善他們的生活環境，因為這些選手從小就沒有接觸到比較正規的人生規劃，所以不會對未來做一個適當的安排，沒有一個明確的目標使他們的生活漫無目的，造成一種部落選手的惡性循環。若要改善這樣的現況，或許可以從塑造部落原住民選手的明星特質開始，透過個人去影響周遭的人這樣的想法，並利用教練和家人的溝通協助，告訴選手本身的優勢及如何塑造自己的明星特質，有了這些特質才會有人追隨你，也能夠影響周圍的人去改變現況，而不被現實環境所影響。成功的人可以影響別人，失敗的人會被別人影響，我們要相信雖然成功者是孤獨的但是影響力卻是無遠弗屆的。

三、WO 策略：

讓原住民選手透過目前機會改善劣勢，針對選手心態的調適將會是一個很大的課題。有教練認為部落的原住民選手對外面的大環境見識較少，讓選手在心態上產生一種城鄉的衝突，變成只要出去比賽就容易怯場，其實普遍原住民選手的自信心不高，或許因為背景條件差或能力不足而感到自卑，因此要能改善的機會就是讓選手到外地去交流，藉由與平地選手的練習、比賽，彼此互相觀摩學習，必能提升原住民選手的技術水準，也能適應不同選手的強度和比賽環境，當然這樣的學習機會是需要外界的力量來幫助才可以有效的落實。

為了能讓原住民選手改善家庭的弱勢，參與跆拳道運動就是一個幫助他們成功的機會，這需要教練們給予選手一個目標和夢想向前邁進，讓他們瞭解要拿到好成績才能有好的未來，只要靠著自己的努力就能繼續的升學，及獲得更好的出路。

四、WT 策略：

有效的改善原住民選手的劣勢及避免威脅，可以讓選手快速達到應有的成效。目前政府機關對於原住民區塊的補助是針對全面性的，沒有特別針對原住民選手做區別上的

補助，也就是說選手並沒有得到實質上的幫助，除了一個月補助多少錢之外，是不是可以用更有價值的東西和資源，而不是靠這些杯水車薪的獎金去填補劣勢，我們要有長久的遠見，更重要的是讓選手在訓練和比賽上能夠無後顧之憂，甚至在未來有好的條件去面對職場，更有能力去幫助其他人。

對於目前體制和政策上的問題，或多或少占了部分的缺失。應該針對原住民選手提供一套完整的教育體制，在架構上原住民地區沒有設置體育班和音樂班，體育和音樂多年來一直是原住民的強項，我們都知道布農族的八部合音曾在奧運上表演過，也獲得世界的好評，我國體育界的優秀原住民運動員更是人才濟濟，那是不是應該要發掘這些優點並因材施教，可以用教育的方式聚集原住民選手並找出他們的特質發揚光大，而不是抹煞他們的天分。人才是需要培養的，不是老說要撿現成，世界最強者不見得是目前這些舉世文名的人，其實還有很多可能因為某些因素而被埋沒。一顆石頭需要經過發掘後由工匠、藝術家們細心的琢磨而成為閃亮的鑽石，其實很多原住民地區有很多的鑽石沒被發現，若能真正落實整個體制，募集一些企業財團或有心的人士來幫忙，也許明日之星就潛伏在這裡。

## 第三節 原住民選手運動生涯的延續發展

以目前原住民選手的現況到未來的發展方向，除了在正規的訓練及參與比賽之外，應該去思考必須利用什麼方法，才能讓選手在運動生涯中順利完成夢想。一般平地的原住民選手在運動經歷上幾乎都算順利，當然學校、家庭、教練的支持促使他們能有更多的動力，而他們大部分的劣勢、威脅也不完全影響到整個運動生涯的發展，在經過多次訓練和比賽的歷練之後，必定能在某個階段去突破，相信在未來會有更好的成就。針對偏遠地區的原住民選手，缺乏的資源就較一般平地原住民多，除了師資的不足、訓練及比賽的經費問題、設備器材的短缺、家庭與生活環境的影響等，種種因素已經影響到選手是否決定持續在運動生涯上，應該建議政府單位在制度上可對此做適當的改善與調

整，有效運用社會現有的資源來幫助他們。部落原住民選手想要繼續往上爬就必須要學習一技之長，那給他們一個學習跆拳道的機會，讓他們繼續求學或接受補助，但是在當中卻沒有教練願意到這裡教學，所以可以針對目前退役下來的優秀原住民選手去做這方面的規劃與安排，在專任運動教練上能有保障的名額，給他們機會去服務偏遠山區需要指導的原住民選手，並把這個計畫當作一個循環的制度，讓原住民選手從基層開始就受到妥善的照顧，並能銜接至國、高中甚至到大學，到了退休後也有一個完善的體制讓他們把經驗做傳承。當然我們可以從目前的教育制度來當作借鏡，許多教育政策開始在關懷部落偏鄉地區的教育程度，有學者發現原鄉地區學校的正式老師十分缺乏，具有原住民族籍的正式老師更少，而當地身份的原住民族正式教師更是少之又少。當原鄉學校的文化傳承力量正在逐漸流失，開始去呼籲原住民族師資公費生的制度必須去恢復，並且擴大招收名額。具體的作法就是在師資培育的過程中嚴加把關，並加入某種比例的多元文化教育、原住民族文化與教育或是相關文化課程，以確保這些在未來即將回到部落服務的教育新兵，能夠擁有更專業的教育知識背景，以及更貼近部落的文化關懷之心(葉川榮，2013)。

本研究受訪之六位原住民選手幾乎都有在國家訓練中心培訓的經歷，而這些選手從小就獲得各界的資源與管道，並且得到家庭大力支持也成為他們最重要的後盾，所以在從事運動項目中可以發展的相當順利，也因為優異的成績表現在求學階段上都有保送的資格與機會，當然在補助和獎學金的制度上也有很大的優勢。以部落的原住民選手來說，目前部落環境某些習性和父母親老舊的教育觀念裡，使選手在運動生涯中產生了極大的威脅，當然訓練及比賽資源的缺乏，也是影響選手持續在運動這條路上的主要因素。針對一些政策的執行和缺失，也因此讓部落的原住民選手在這競爭激烈的運動環境中成為弱勢，所以現階段最需要幫助的是偏遠地區的原住民選手，他們需要很多的機會去改善這樣的劣勢。目前選手除了學習運動專項的技能外，他們所欠缺的是需要去瞭解運動以外各方面的專業知識，不要只侷限在自己的運動專項裡。當然第二專長的學習對退役後的選手更是重要，能在選手生涯中找到另一個興趣，並有計畫的執行，才是對未來的一個保障。

# 第陸章 結論與建議

本章將研究發現與分析做整體概述，目的在探討優秀原住民跆拳道選手的現況與未來發展等議題，經由彙整後提出的結論與建議，以提供原住民跆拳道選手、教練及相關單位作為日後參考之依據。本章共分為第一節、結論；第二節、研究歷程的反思；第三節、建議。

## 第一節 結論

本研究旨在探討優秀原住民跆拳道運動員的運動經歷，以質性研究之敘說研究方法，由資料蒐集、分析交互運用的方式，利用 SWOT 分析及探討選手運動生涯的過程，找出其中在未來能有效幫助原住民選手持續參與跆拳道的關鍵因素。茲分述如下:

一、原住民選手 SWOT 分析

(一)優勢: 優異的身體素質和條件、積極正向的心態、刻苦耐勞的精神、較佳的服從性及學習能力、比賽中旺盛的企圖心、驍勇善戰的魄力。

(二)劣勢: 心態的調適不佳(自卑感、自信心不足、後期針對參與的動機和熱誠無法維持)、身材條件差、較無創新及突破性的想法行動、不擅表達產生溝通的困難。

(三)機會: 學校家庭師長的支持、完善的訓練環境(國訓中心)、補助與獎勵的制度、選手培育計畫的實施、政府相關單位及企業民間團體的支助。

(四)威脅: 家庭經濟狀況不佳、城鄉差距與衝突(生活環境與教育的影響、教練師資短缺、訓練比賽資源不足、對外適應性差)、政府補助制度所衍生的問題。

二、原住民選手運動生涯

針對原住民運動員的特質和觀感，經由研究者個人經驗與觀察及深入訪談結果得知，原住民運動員天性開朗、活潑，可是常因為外在影響而迷失自我，但少部分選手卻

是內斂、害羞，也可能在某些關鍵時刻錯失機會，應該針對人際關係的學習需做加強，並增加心理建設等相關課題，讓原住民選手更有競爭力。

原住民選手參與跆拳道動機的探討，可能是因為興趣，也可能是需要一個機會去改變目前的生活條件，雖然選手各有不同的動機，卻抱持著相同的目標，應該利用有效及完善的訓練方式，鼓勵外界投入資源和經費，配合政府的制度措施，幫助原住民選手持續在跆拳道運動場上追夢。

優秀的運動員需要經過長期的培育才有今天的成就，應該從基層單位開始發掘有天分的原住民選手，依照他們的特性給予實質上的幫助，有計畫有系統的實施訓練方針，在求學過程中培養這些選手銜接至每個階段，及未來職場上都能利用所學回饋社會。對於目前政府單位針對原住民運動員的制度和政策，雖然大部分對選手都有幫助，不過卻有些盲點需要去關心和重視，以偏遠地區的原住民選手的劣勢來說就是最好的例子，應該要深入去瞭解迫切需要幫助的選手他們的需求為何，並對症下藥而不是呼個口號、簽個名到此一遊，應積極的正視缺失才能得到有效的改善。

## 第二節 研究歷程的反思

回顧這兩年研究生及選手的過程，覺得完成了一項不可能的任務，打從心底佩服自己的毅力和對研究學習的堅持與態度。回想過去，從大學到研究所長期待在國家訓練中心，花樣年華的日子裡奉獻出時間、心力投入在訓練與比賽上，為自己在跆拳道場上定下的目標和夢想努力著，雖然犧牲了在學校讀書的生活，少了和同學相處玩樂的時間，相對的我比一般人擁有更多的歷練及體悟，跆拳道生涯在我人生價值中是無可被取代的。不過儘管能有這麼多豐富的運動經歷，但我始終覺得遺憾在學科上修習的還不夠，或許從小家庭教育的關係，被灌輸不要侷限在「運動員只會運動」的舊觀念裡，所以一直告訴自己要成為學術兼備的運動選手，慶幸我有當老師的父母從小就栽培我們，加上本身個性好強不允許自己表現太差，也因此課業上有打下基礎，讓我再回到學校唸書不

至於那麼辛苦，當然從全職選手的身分轉換回學生時，的確曾經有過徬徨無助及挫折，任何事情都要去重新學習和適應，不過對我來說每一個挑戰都是繼續向前的動力，到現在我依然深信人的潛力是無窮的，不管扮演著什麼角色，我都有信心能勝任它。

在研究過程中，最令我感動的是從「無到有」的成就感。想要完成一篇有價值的研究是辛苦的，針對每一個研究環節抱著很高的期許和要求，並希望自己能在學術界發表出一篇有意義的研究。還記得全台跑透透只為了訪問到最有影響力和指標性的人物，從北到南、上山下海，期待得到受訪者最珍貴的回應與經驗談。在整理資料與撰寫逐字稿的過程中，心情的兩極化至今讓我印象深刻，反覆重播著錄音檔及敲著鍵盤的日子讓我有種度日如年的掙扎，不過靜下來聽著受訪者吐露出對跆拳道生涯裡最深的感動卻令我有種感同身受的悸動，腦海中總自然的浮現出一幕幕選手生涯的酸甜苦辣。藉此論文的發表，把最優秀原住民選手訓練、比賽的經驗和歷程分享給大家，讓各界看到原住民選手這些璞玉，並期待有更多人與團體能為台灣的原住民跆拳道選手盡一份心力。

我以身為原住民感到驕傲和光榮，因父母親皆從事教職，對學生的教導、學校的經營和栽培子女對家庭的照顧是備受肯定與認同，也常廣結善緣尋求資源來服務鄉親，推動原住民文化與培訓人才更是不遺餘力，他們時常教導我要心存善念、懂得感恩與回饋，成為一個有用的人把所學的貢獻於社會。學習跆拳道十幾年的日子，遇到很多貴人也獲得很多的幫助，讓我在跆拳道運動生涯上成長學習的相當順遂，並能有今天的成就和歷練。當選手的過程中，其實發現到很多原住民選手的發展有資源不足的困境及經濟與教育的弱勢，有些非常有潛力的選手也因此斷送運動生涯。身為原住民的自己，非常希望能夠在能力範圍中幫助他們，期待各界以行動來支持贊助更多需要栽培的原住民選手，讓他們無後顧之憂的追求夢想。最衷心的期盼:目前原住民跆拳道選手在體壇上的表現非常優異，政府單位和民間企業團體應重視這些資源，積極用心去發掘與培養具有潛力的原住民選手，期待日後看到更多原住民跆拳道選手在奧運舞台嶄露頭角、為國爭光。

## 第三節 建議

一、針對選手及教練的立場

(一) 普遍原住民選手認為心理素質是影響訓練及比賽的重大因素，研究者建議應加強心理調適與建設，從賽前、賽中、賽後及平時的練習去做輔導，以選手最根本的問題去著手，包含動機、信心養成、減少自卑感等狀況，從中協助他們強化優勢補足弱勢。研究者從訪談中發現，以選手最親近和依賴的人為心理諮商者，將會帶來更多效果與幫助。

(二) 運動員一定要體認運動生涯只是人生中的一部分，生涯規劃對於運動選手而言，不僅是一種觀念也是一種生活方式與整體人生的發展(周文祥，1996)。運動員在尋求極致的過程中，除了追求運動成績外，往往也忽視自己在運動以外其他領域潛力與能力探索及培養(洪聰敏，2002)。目前原住民選手針對未來從事的工作職業相當茫然，研究者建議在選手生涯中就必須要求自己增進運動專業知識，及培養第二專長的發展，讓自己有更多機會和條件去面對職場生涯。當然知易行難，這時候就需要選手身邊的教練師長們多去關心與瞭解，先讓選手分析出自我的優、劣勢，才能在忙碌的訓練比賽之餘快速掌握其他領域的強項。

(三) 目前針對原住民選手各方面的補助相當多，如何去抓住機會、善用資源是選手及教練必須去掌握的。但是研究者發現還是有些原住民選手沒有好好利用這些外在優勢來幫助自己成功，因此建議選手及教練不要輕易忽略每一個對自己有幫助的條件，它不是理所當然，而是更要珍惜與知足。針對部落原住民選手資源缺乏的困頓，許多教練們建議希望招募各大企業、團體認養偏遠地區的選手，除了平時的補助外，能有更多額外的資源來幫助他們。

二、針對制度的改善空間

(一) 研究者從訪談中瞭解與發現，政府單位對於目前原住民選手的照顧，在某些制度規劃和相關計畫還是有盲點存在著，像是有些補助只針對弱勢原住民家庭而非選手本身，有些則是需要符合資格條件、設定很高的標準等其他狀況，完全忽略了實質上需要幫助的原住民選手，因此建議不要只針對某些選手或單位，希望可以從最基層裡找出具有潛力的選手慢慢的培養，給他們一個機會和動力去實現目標、夢想，並改善先天劣勢的環境。

(二) 目前原住民跆拳道選手的斷層來看，無法維持選手參與跆拳道的關鍵在於對未來發展的疑慮和不確定。針對上述所言，研究者認為目前沒有一個好的規劃來支持選手繼續留在運動場上，若是想積極發掘這些擁有運動天賦的原住民人才，就應該成立專門培養選手的環境，像是在原住民眾多的部落中設置體育班，或以某單位為培育中心並集結國內優秀原住民選手，給予他們完善的訓練和升學制度無後顧之憂的參與訓練比賽。當然在原住民選手退役後的出路更需要被重視，訪談中有些選手建議，栽培目前優秀的原住民選手投身至教練工作，以服務偏遠地區的原住民選手為主要目的，除了解決部落地區缺乏教練的窘境，也讓這些成績優秀的原住民教練有工作的機會，利用自身經驗回饋原住民同胞。

# 引用文獻


王宗吉( 1986)。台灣土著民族遊戲的文化社會學研究。*大專體育研究集刊，1*。

王宗吉(1995)。台灣原住民的傳統遊戲。*國民體育季刊，23*(3)，23-34。

王宗吉(1998)。*台灣原住民傳統遊戲的現代社會觀*。取自國立臺灣師範大學台灣原住民文化與教育之發展。

王宗吉、黃緯強(2000)。台灣原住民運動的現況與未來。*學校體育，11*(1)，4-8。

王文科(2000)。質的研究的問題與趨勢。載於中正大學教育研究所(主編)，*質的研究方法*(頁 1-23)。高雄市:麗文文化。

王佳媺(2005)。*2005 年高雄縣原住民族運動會改革之研究*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

王學富(2007)。*運動舞蹈選手參賽動機與阻礙因素之研究-以 2007 世界運動舞蹈台灣公開賽為例*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

王嘉燕(2007)。*臺北市國小教師國語文寫作教學實施之調查研究-運用 SWOT 分析*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

王志全、張家昌 (2008)。以 SWOT 分析探討羽球單打戰術。*中華體育季刊，22*(1)，128-135。

王建台(1995)。台灣原住民運動文化的初探。*國民體育季刊，106*，61-67。

王建台(1999)。臺灣原住民歲時祭儀與運動文化之探討。*國教天地，132*，13-16。

王建台(2001)。*台灣原住民傳統體育之研究-以布農族為對象*。取自行政院體育委員會，未出版。

王建台、王秋光(2009)。臺灣少數族群運動文化之現況與展望。*國民體育季刊，159*(38)，29-31。

王建台、巴唐志強(2012)。原住民運動樂活專案執行成效評析。*國民體育季刊，169*(41)，51-57。

巴唐志強(2010)。臺灣原住民傳統體育之推廣與策略探析。*大專體育學術專刊*，44-51。

台北市政府原住民事務委員會(2010)。*蓄積能量、培力人才-談原住民人才養成與發展。*取自台北原野電子報第 88 期網址 http://epaper.taipei.gov.tw/public/epaperHTML/06249145371/01.htm?id=n01

行政院體育委員會(2001)。全國原住民運動會舉辦準則( 2001 修正版)。*行政院體育委員會公報，2。*

行政院體育委員會(2012)。中華民國 102 年全國原住民族運動會競賽規程總則。取自 102 年全國原住民族運動會大會網站網址 http://sport102.ntpc.edu.tw/comp_1.asp

余錦泉(1963)。臺灣泰雅族太魯閣群的體質。*臺大考古人類學刊，21/22*，21-31。

宋宏達(2003)。*台灣原住民的傳統體育研究-以卑南族為對象*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

吳永仁(2010)。*尋找、發現、迷失、超越自我-一個籃球選手逐夢經驗的敘說與範疇勾劃*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

吳騰達(1997a)。台灣原住民傳統體育運動。*國民體育，26*(2)，4-11。

吳騰達(1997b)。卑南族的傳統體育活動。*台東文獻復刊，1*，51-57。

吳聰雄(2010)。*原住民族青少年在生涯發展教育之研究-以台北縣是為例*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

李明利(2006)。*台灣建築師西進大陸專業營建管理市場之競爭力分析-以 SWOT 分析上海市為例*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

李仁德(1996)。體育獎章與運動之成績分析。*國民體育季刊，24*(4)，147-173。

李加耀(1997)。賽夏族的狩獵活動—與運動文化之關連性。*體育學報，24*，49-59。

李加耀(1998)。提升原住民運動文化及身體素質的研究風氣。*學校體育雙月刊，8*(2)，55-57。

李昱叡(2010)。教育部 99 年度培育優秀原住民青少年運動人才計畫推動現況。*學校體育，120*，5-7。

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*，118-141。

邱共鉦(2005)。*2004 年奧運會跆拳道金牌選手技術分析-朱木炎個案研究*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

邱共鉦、林青輝、蔡明志、許宏志(2012)。臺灣跆拳道奧運競技發展之探討。*輔仁大學體育學刊，11*，232-247。

汪茂鈞(2007)。跆拳道運動的起源與發展之探討。*龍華科技大學學報*，24 期。

汪涌、何軍(2011)。*聚焦全國少數民族運動會品牌效應*。取自中國民族宗教網網址 http://www.mzb.com.cn/html/Home/report/237499-2.htm

官坤林(2003)。*台灣晶圓代工產業分析與競爭策略之研究*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

周文祥 (1996)。壓力的調適與管理。*國民體育季刊，25*(4)，28-37。

周文賢(1999)。*行銷管理-市場分析與策略規劃*。智勝文化有限公司。

周德賢(2006)。台灣原住民棒球運動的潛在問題剖析。*大漢學報*，21，223-230。

周資眾、方進隆(2007)。臺灣運動選材的發展與展望。*中華體育季刊，21*(2)，75-81。

林承謀(1984)。中華民國優秀女子籃球運動員人格特質之研究。*臺大體育，5*，50-55。

林榮培(2002)。跆拳道運動員專項體能與致勝要素探討。*中華體育季刊，16*(1)，112-120。

林良達(2006)。*我國優秀原住民運動員發展歷程之研究*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

林孟男(2007)。*運動賽會結合文化創意產業策略之研究*(未出版博碩士論文)。國立臺灣體育學院，台中市。

林曼蕙(2010)。學校原住民運動人才培育計畫與成果。*學校體育，120*，10-14。

林以昕(2010)。*聽見原聲:原住民小學的運動發展解析*(未出版博碩士論文)。國立台北教育大學，台北市。

范春源、溫卓謀、陳玉枝、呂政武(1999)。原住民參與體育活動人口調查。取自行政院體育委員會網站。

紀俊吉、蘇慧慈(2006)。運動員應有的生涯規劃。*大專體育，86*，127-132。

洪嘉文、詹俊成(2000)。落實培育原住民學生田徑人才計畫之策略。*學校體育雙月刊，11*(1)，31-37。

洪聰敏(2002)。*運動員的生涯規劃*。運動員心理技能訓練研討會，運動心理學類。

洪建智(2007)。從人口變遷談原住民體育政策。*淡江體育，10*，145-152。

姚重軍(2011)。開發少數民族傳統體育的可行性探討。取自中國民族宗教網網址 http://mzb.com.cn/html/node/167791-2.htm

陳永鑫(2002)。*台灣新中藥產業價值鏈中價值活動的SWOT分析與發展方向之研究*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

陳淑滿、蔣憶德、溫富雄(2004)。原住民與非原住民棒球選手運動目標取向、運動動機與知覺成功信念之研究。*大專體育，6*(3)，81-91。

陳俊玄(2005)。*全國大專校院運動會發展與教育意涵之研究*(未出版博碩士論文)。國立中正大學，嘉義縣。

陳科嘉、歐正聰(2007)。以 SWOT 分析校外體育教學之探討：以銘傳大學網球課為例。*大專體育，93*，52-58。

陳淑娟(2011)。*影響優秀田徑運動員成功生涯轉換的關鍵因素探討*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

陳登翔(2012)。*原住民、運動與媒體-以 100 年全國原住民運動會為例*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

陳順義(2013)。*運動員參賽表現風險因子之探討-以跆拳道、網球為例*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

郭鴻明(2007)。*優秀台灣原住民參與田徑運動賽會發展之研究(1946-2006 年)*(未出版博碩士論文)。國立臺東大學，台東市。

孫明輝、林耀豐(2007)。優秀跆拳道運動員心理技能之分析研究。*屏東教大運動科學學刊，3*，161-170。

翁文卿(2005)。*我國優秀女子田徑中距離選手訓練歷程*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

翁文真(2008)。*臺灣原住民運動會與族群認同探討*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

馬賴古麥(2004)。*原住民族自治制度之形成要因及其願景形塑*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

馬鈺龍(2009)。細數臺灣原住民體壇強將 臺灣的住民運動員 撐起臺灣體壇的一片天。*運動時報，6*。取自網址 http://oldsac.sa.gov.tw/resource/annualreport/sport6/p16.asp

莉欣書妲（2001）。全國原住民運動會的沿革與申辦九十年全原運會紀要與感想。取自 http://www.nhctc.edu.tw/~aboec/90paper-publication/9.doc。

張秀雯、周建智、黃美瑤、陳維新(2008)。青少年跆拳道菁英選手運動表現與創造力之研究。*大專體育學術專刊 97 年度*，505-512。

教育部(1996)。全國原住民教育會議實錄。取自教育部全球資訊網網 http://www.edu.tw/treasure/publish.aspx?Node=1052&Index=0&WID=6635a4e8-f0de-4957-aa3e-c3b15c6e6ead

教育部體育司(2003)。培育優秀原住民學生運動人才計劃之介紹與展望。*學校體育雙月刊，13*(4)，4-11。

教育部體育司、教育部電子報小組(2009)。97 學年度培育優秀原住民學生運動人才計畫。*教育部電子報，363*。取自網路 http://epaper.edu.tw/topical.aspx?topical

教育部體育司、教育部電子報小組(2009)。「97 學年度培育優秀原住民學生運動人才計畫」入選選手分析。*教育部電子報，363*。
取自網路 http://epaper.edu.tw/topical.aspx?topical_sn=334

教育部體育司、教育部電子報小組(2009)。培育原民運動員 盼世界體壇發光。*教育部電子報，363*。取自網路 http://epaper.edu.tw/topical.aspx?topical_sn=337

許巧怡(2012)。*原鄉青少年下山就讀體育班的壓力與因應*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

彭文珊、王根瓊、龔世芬、沈芳汶(2007)。*敘說性探究*。教育研究法-個案研究法。
取自網路 http://s16.ntue.edu.tw/flame/teachers/fen/論文寫作/個案研究.doc

黃營杉(1999)。*策略管理*。華泰文化事業。

黃嘉源（2003）。台灣原住民運動會之研究(1994-2001）。*台東教育大學學報，146*(下)，156-172。

黃緯強(2003)。*阿美族豐年祭參與現況及其影響因素之研究-以台東縣長濱鄉樟原村為例*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

黃覺誼(2011)。*聽出生命的奇蹟-一位聽覺障礙者參與跆拳道之個人經驗敘說探究*(未出版博碩士論文)。臺灣體育運動大學，台中市。

黃佩琳(2012)。*優秀跆拳道運動員的專門知識*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

葉憲清(1974)。平地青年與山地青年越野賽跑能力之比較。*體育學術研討會專刊*，52-60。

葉憲清(1976)。台灣山地各族青年越野賽跑能力之比較。*體育學術研討會專刊*，156-173。

葉霽翔(2000)。*跆拳道運動在台灣發展過程之研究*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

葉碧雯(2006)。*桃園縣龍潭鄉文化創意產業行銷策略之研究-SWOT 分析*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

葉連祺(2007)。國小 SWOT 分析項目、權重體系及影響因素之研究。*師大學報教育類，52*(2)，23-48。

葉川榮(2013)。關懷偏鄉教育系列(三)-原鄉原住民師資短缺與師資培育文化課程問題。*台中教育大學教師教育電子報，10。*
取自網路 http://home.ntcu.edu.tw/~TEC/e_paper/e_paper_c.php?SID=84

楊淑君(2010)。*臺灣跆拳道運動發展之研究*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

楊家維(2012)。*優秀跆拳道選手技術分析研究-以 2010 年世界青少年女子組羽量級為例*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

鈴木質(1999)。*台灣原住民風俗*。原民文化事業有限公司。

鄭光慶(1995)。正視原住民學童的體育活動。*學校體育雙月刊，5*(3)，48-51。

鄧衍沛(2009)。*2007 年兩岸少數民族運動會之比較研究*(未出版博碩士論文)。國立屏東教育大學，屏東市。

潘添財(1994)。從原住民文化特色談體育活動之相關與展望。*中華體育季刊，8*(2)，54-62。

蔡禎祥(1959)。桃園縣合歡泰雅族體質人類學之研究。*台大考古人類學刊，13/14。*

蔡葉榮(2000)。我國優秀跆拳道女子運動員年齡、體型、拳齡之分析。*體育學報，28，*173-182。

蔡明志、邱共鉦（2004）。跆拳道協會經營策略與奧運奪金團隊成功運作模式之探討。*國民體育季刊，143，*21-27。

蔡守浦、陳志明(2004)。台灣原住民體育政策的檢討:以原住民運動文化特性為核心的討論。*大專體育，73，*20-25。

蔡葉榮(2007)。優秀青少女跆拳道選手體型、啟蒙年齡、專長踢擊動作之分析。*運動教練科學，8，*11-18。

劉萬得(2001)。*屏東縣原住民傳統體育之研究*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

劉照金、王建台、邱金松(2004)。傳統文化與社會變遷對魯凱族長跑運動之影響-以屏東縣霧台鄉聚落為例。*南大學報，38*(2)，91-113。

劉鎧誠、吳海助(2010)。傑出籃球員之特質分析。*運動與遊憩研究，5*(1)，95-105。

學校體育雙月刊編輯部(2011)。學校運動人才培育之現況。*學校體育，126*，33-37。

盧麗專(2002)。*演藝設施管理服務之研究-以台東縣政府文化局演藝廳為例*(博碩士論文)。取自臺灣博碩士論文知識加值系統。

謝秀芳、蘇慧慈(2010)。以 SWOT 分析我國柔道運動競技現況及戰術應用。*中華體育季刊，24*(2)，170-178。

A.T. Blodgett; R. J. Schinke; L. A. Fisher; C. Wassengeso George; D. Peltier; S. Ritchie; P. Pickard(2008). From Practice to Praxis: Community-Based Strategies for Aboriginal Youth Sport. *Journal of Sport &amp Social Issues (Impact Factor: 1.05),* 393-414.

Forsyth, Janice; Giles, Audrey R.(2012). *Aboriginal Peoples and Sport in Canada: Historical Foundations and Contemporary Issues*. Univ of British Columbia Pr.

Howie-Willis, Ian(1991). The proud champions: Australia's aboriginal sporting heroes [Book Review]. *Australian Aboriginal Studies, No.1*, 1991, 92-94.

Hanrahan, Stephanie J.(2009). Working with Australian Aboriginal athletes. *Cultural Sport Psychology, Chapter number 16*, 185-192.

Lincoln & Guba(1984). *Naturalistic inquiry*. Newbury Park, CA: Sage.

Nicholson, Matthew; Hoye, Russell; Gallant, David(2011). The Provision of Social Support for Elite Indigenous Athletes in Australian Football. *Journal of Sport Management,Vol. 25 I*ssue 2, 131-142.

Robert J. Schinke(2010). The Adaptation Challenges and Strategies of Adolescent Aboriginal Athletes Competing Off Reserve. *Journal of Sport & Social Issues*, 438-456.

Sun Maojun(2001). The ponder on the development of taekwondo. *Journal of Capital Institute of Physical Education*, 47-50.

Schinke, R. J.; Eys, M. A.; Michel, G.; Danielson, R.; Peltier, D.; Pheasant, C.; Enosse, L.; Peltier, M.(2006). Cultural social support for Canadian aboriginal elite athletes during their sport development. *International Journal of Sport Psychology* 2006 Vol. 37 No. 4, 330-348.

Schinke, Robert J.; Michel, Ginette; Gauthier, Alain P.; Pickard, Patricia; Danielson, Richard; Peltier, Duke; Pheasant, Chris; Enosse, Lawrence; Peltier, Mark(2006). The Adaptation to the Mainstream in Elite Sport: A Canadian Aboriginal Perspective. *Sport Psychologist*, Dec2006, Vol. 20 Issue 4, 435-448.

Teng Su-ge; Wang Xue-feng; Chen Yao(2008). Analysis on Promotion of Taekwondo on College Students' Quality Education. *Journal of Changchun Teachers College*, 94-96.

Tara-Leigh F. McHugh; Angela M. Coppola; Susan Sinclair(2013). An exploration of the meanings of sport to urbanAboriginal youth: a photovoice approach. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health Volume 5*, Issue 3.

Victoria Paraschak(1996). *Paving the Way to Respect: The National Aboriginal*. Sport Foundation, 1969-1978. University of Windsor, Ont.

Weihrich, Heinz(1982). The SWOT Matrix- A Tool for Situational Analysis. *Long Planning Review, Chicago, II*, Vol.21, Iss.1,12-15.

W.Pieter(2008). Body Build Of Elite Junior Taekwondo Athletes. *Acta Kinesiologiae Universitatis Tartuensis*,2008,Vol. 13, 99-106.

**附錄一**

# 參與研究同意書

敬愛的訪談者，您好:

您對體育界的奉獻與付出令研究者十分的景仰與感佩，研究者目前是國立臺灣師範大學運動競技學系碩士班研究生二年級的學生潘穎，目前正在進行碩士論文的研究，題目為「培育優秀原住民跆拳道運動人才現況與展望」。本研究目的在於探討我國原住民運動員，並調查分析優秀跆拳道選手之現況，透過研究的發現與建議，期望能改善原住民跆拳道選手在訓練及比賽之阻礙，提升我國跆拳道競技運動的水準和競爭力、培育更多優秀的原住民跆拳道選手，並提供相關單位作為政策規劃與執行之參考，重視原住民選手之發掘及培養。若能接受訪談分享您寶貴的經驗，定能給予原住民選手更適切的協助。研究目的包括:

一、瞭解原住民跆拳道選手，在訓練及比賽上的優、劣勢之情形

二、瞭解原住民跆拳道選手對於自我運動生涯的延續及未來發展方向

三、針對原住民跆拳道選手在訓練比賽、未來發展的需求提供相關的建議。

本研究將以訪談方式進行，基於以上的想法，本研究想邀請您接受一到二次，每次約 60 分鐘的訪談。至於實際次數與時間，將依您本身行程規劃事先與您商談而定。訪談的進行主要根據研究者事先設計好的訪談大綱，同時將全程錄音。至於訪談錄音檔，僅供學術使用，絕不對外公開，請您放心。同時，為確定您所陳述的內容與意函未被研究者所誤解，研究者在整理訪談內容之後，會再請您過目檢視，確認描述內容與您所想要表達的語意是否符合，若有任何有關研究過程或內容方面的寶貴意見也請您不吝指導。

本研究參與純屬自願性質，您可以自由決定是否參加本研究，研究過程中不需要任何理由，可隨時撤回同意或退出研究，您的決定我們會賦予絕對的尊重，也不至影響您在目前所享有的一切權益，閱讀完以上的說明，您可以問任何相關問題，若無疑慮，您

也有意願參與此研究，請在下方參與者的空白處簽名。如果您對該研究有任何問題，或擔心您提供的資訊之處置，您可以向下列單位及人士提出諮詢。誠摯的感謝您的參與！

經由詳細說明後，本人已經充分了解以下有關我參與此研究的各項權利與義務等重點：

一、本研究將遵行研究倫理進行研究，故可確保本人之有關權益。

二、本次觀察與訪談旨在瞭解並蒐集本人之經驗看法。

三、本人同意此觀察過程中可以錄影與錄音，作為研究之用。

四、研究者對本人所提供之錄影與錄音資料有保密責任。使用上，只有研究者可在研究教學中使用，關於觀察與訪談內容，研究者將在刪除足以辨識個人背景資料之內容後，才在研究報告中呈現，並不為其他用途之使用。

---

**參與者基本資料**

姓名:

年齡:

學歷:

原住民族別:

服務單位及學校:

學習(訓練)跆拳道時間:

最佳運動成績:

參與者簽名:　　研究者簽名:　　日期:

**附錄二**

# 訪談大綱

選手部分

一、原住民跆拳道選手背景與現況
(一)請研究參與者簡要敘說自我背景與現況
(二)請研究參與者回顧從小到大的跆拳道學習經驗及比賽經歷(啟蒙、發展過程、比賽情況、自我目標期許)
(三)研究參與者個人最佳競賽成績
(四)其他臨時相關的問題

二、以 SWOT 分析原住民跆拳道選手的運動歷程(內、外在分析)
(一)請研究參與者回想並說明在訓練及比賽過程中之優勢(自我強項)
(二)請研究參與者回想並說明在訓練及比賽過程中之劣勢(自我弱項)
(三)請研究參與者回想並說明在訓練及比賽過程中之機會(理想情況/機遇)
(四)請研究參與者回想並說明在訓練及比賽過程中之威脅(外在影響/對手)
(五)其他臨時相關的問題
-- 相關原因之參考
1.家庭因素（經濟壓力、家人支持、離鄉打拼等）
2.專項體能、心理、技術（體能的訓練、技術的發揮、心理的素質等）
3.防護醫療資源（運動傷害、控制體重等）
4.教練師長（與他們的關係、支持度和肯定度等）
5.學業（課業上的進度等）
6.感情（交友狀況等）
7.其他

三、原住民跆拳道選手運動生涯的延續
(一)請研究參與者簡要敘說希望能在運動生涯中獲得的相關幫助
(二)其他臨時相關的問題
-- 相關原因之參考
1.獎學金、補助（校內或校外獎學金、學校補助或減免等）
2.專門人才培育計畫（參與相關培育計畫等）
3.升學就業（現階段升學問題、未來就業問題等）
4.增加防護醫療知識、資源（請專業人員授課等）
5.國內、外交流（參與移地訓練、公開賽等）
6.其他

教練部分

一、教練所瞭解的原住民跆拳道選手背景與現況
(一)請研究參與者簡要敘說目前訓練的原住民選手之家庭、訓練狀況
(二)請研究參與者回顧訓練原住民選手跆拳道的過程及帶隊比賽的經歷(啟蒙、發展過程、比賽情況、對選手的目標期許)
(三)其他臨時相關的問題

二、原住民跆拳道選手的運動歷程(內、外在環境因素分析)
(一)請研究參與者回憶並說明針對原住民選手在訓練及比賽過程中之優勢
(二)請研究參與者回憶並說明針對原住民選手在訓練及比賽過程中之劣勢
(三)請研究參與者回憶並說明針對原住民選手在訓練及比賽過程中之機會
(四)請研究參與者回憶並說明針對原住民選手在訓練及比賽過程中之威脅
(五)其他臨時相關的問題
-- 相關原因之參考
1.家庭因素（經濟壓力、家人支持、離鄉打拼等）
2.專項體能、心理、技術（體能的訓練、技術的發揮、心理的素質等）
3.防護醫療資源（運動傷害、控制體重等）
4.教練師長（與他們的關係、支持度和肯定度等）
5.學業（課業上的進度等）
6.感情（交友狀況 等）
7.其他

三、原住民跆拳道選手運動生涯的延續
(一)請研究參與者簡要敘說希望能給原住民選手在運動生涯中的相關幫助
(二)其他臨時相關的問題
-- 相關原因之參考
1.獎學金、補助（校內或校外獎學金、學校補助或減免等）
2.專門人才培育計畫（參與相關培育計畫等）
3.升學就業（現階段升學問題、未來就業問題等）
4.增加防護醫療知識、資源（請專業人員授課等）
5.國內、外交流（參與移地訓練、公開賽等）
6.其他