

2017 年世界青年柔道錦標賽參賽報告書

王沁芳

前言

2017 年世界青年柔道錦標賽於克羅埃西亞札格雷布舉行，參賽國家共計 83 國，女子參賽選手 224 人；男子參賽選手 346 人，尤其以男子-73 公斤級人數高達 60 人參賽。

我國本屆代表參賽選手共計 5 名，以獲得今年亞洲青年柔道錦標賽得牌選手為組隊成員，包含男子-60 公斤級楊勇緯、女子-52 公斤級許琳宣、女子-63 公斤級鄭予靜、女子-70 公斤及張羽萱及女子+78 公斤級張齡方。其中以張羽萱於第二場比賽落敗，其餘選手皆為第一場就敗北，無緣爭取敗部復活之機會。亞洲男子選手部分共奪得 2 金 1 銀 10 銅，除了日本之外，在中亞偏歐洲的奪牌率為較高，除了技術之外，身體素質的發展及肌力對於柔道競賽當中為極為重要的一環，亞洲區在亞青獲得金牌之選手在世青的賽會上，皆無重大的突破及表現，還是以歐洲選手奪牌為主要重點。亞洲女子選手部分共奪得 6 金 4 銀 1 銅，不論在肌力或是在體能上，不像男子選手一般差異性那麼大，較著重於技術動作的施展及發揮，故在日本選手上 8 個量級獲得 6 金，可見在女子選手部分技術部分還是佔為優勢。

世界青年柔道錦標賽為 21 歲以下指標性之賽會，未來這些選手們將會是國際趨勢的潮流。可由世界奪牌分佈分析我國選手所欠缺的發展重點，柔道規則日漸更新，必須快速掌握國際趨勢，選手從小技術紮根之外，在青年發展階段應著重於身體能力及肌力發展與技術並行，有助於國際場上競爭力的發揮。

一、參賽期間:106年10月15-24日；比賽日期:106年10月18-21日

二、參賽地點:克羅埃西亞札格雷布

三、參賽選手名單:

姓名	參賽量級	就讀學校	參賽資格
楊勇緯	-60公斤級	國立台灣體育大學	亞青-60公斤金牌
許琳宣	-52公斤級	國立台東體育中學	亞青-52公斤銀牌
鄭予靜	-63公斤級	國立體育大學	亞青-63公斤銅牌
張羽萱	-70公斤級	中國文化大學	亞青-70公斤銅牌
張齡方	+78公斤級	國立體育大學	亞青+78公斤級銀牌

四、參賽過程:

(一)男子-60公斤級楊勇緯

楊勇緯選手為台灣18年來第一面亞洲青年柔道錦標賽獲得男子金牌的選手，此次賽會上第一場遇上相同是亞洲地區哈薩克 SHAMSHADIN Magzhan 選手，對手抓握法偏向歐式抓握，著重於單肩或是背後控制。在正規賽時間雙方幾乎在於計較搶手方式較多，楊生屬於較敏捷型的，對於中亞及歐洲式的抓握搶手方式可以很快化解危機，並且施術過肩摔動作，但動作準確性較差，並無其他動作搭配。在進入黃金時間後3分鐘，體能明顯下降，被施術釣袖動作落敗，在肌力與體能及動作持續性上應多加強。

(二)女子-52公斤級許琳宣

許琳宣為國立台東體中高二學生，第一場遇上比利時 BLAVIER Myriam 選手，歐洲選手抓握法較為強勢，且抓握好無論在衣襟或是衣領，都立即採取攻擊，在開賽一分半後被施術小內割半勝連接十字固定，對手沒有成功，但也消磨了許多時間。許生也因消極攻擊而被判取一隻犯規動作，雖然在落敗後積極搶攻，卻也比賽結束。許生在此量級有良好的身體素質，但在組手連接動作的連貫能力較差，都必須要抓到最好的位置才要施術，在國際場上總是會慢人一拍，這是國內大環

境所面臨的最大問題，就是為比賽攻擊的節奏較慢，而導致無法掌握攻擊要點。也囿於許生為新生代較為年輕的選手，缺乏較多的國際賽會經驗，建議可以有更賽會的磨練，在本身應培養多元組手抓握的組合方式以提升動作進入的時間點。

(三)女子-63 公斤級鄭予靜

鄭予靜選手為國立體育大學二年級學生，所參賽的 63 公斤級為中重量級，此量級需要輕量級的速度敏捷也需要重量級有的力量，國際上參賽人數也較為多，共為 38 人參賽。首場遇上的韓國選手為 2017 年 7 月該量級的亞洲青年的金牌 HAN Hee ju 選手，韓國選手的組手模式較為強勢且俐落。在投技的組手處理上雖然鄭生一開始採積極面對，但也過多的搶手且沒有確實的抓握好，先被裁判判決一隻犯規。當雙方攻擊姿態均為右邊時，面臨被對手控制鈎手後的脫手處理的狀態不佳，沒有有效的處理方式導致動作無法進攻，雙方同時再度被判決犯規。韓國選手利用戰術抓握到立即攻擊方式，導致鄭生無法先啟動攻擊而造成劣勢，最後 20 秒被判決第三次犯規出場。鄭生有良好的技術動作，但在搶手的觀念上及實際與動作結合的操作上，並沒有針對對不同型態選手有不同方式的處理方式，以及在戰術的應用及應變上，應可以透過平時訓練多以加強。

(四)女子-70 公斤級張羽萱

張羽萱選手為台北市立大學二年級學生，參賽的量級為 70 公斤級，該量級參賽人數為 38 人。張生第一輪輪空，第二輪遇上美國 STOUT Nicole 選手，此選手為左邊型態站姿，張生擁有與對手身體素質互相抗衡的能力，且積極攻擊造成對手被判決消極攻擊兩次。囿於北市大聘請白俄羅斯教練，對於歐式單肩抓握法的處理較能有效應對及處理。第三輪遇上的選手為奧地利 POLLERES Michaela 選手，該選手為青年世界排名第三名，此選手為反摔技為主，張生積極想攻擊卻未將內腿技術動作的控制點做好，且動作沒有持續完成造成對手反摔的機會，最後以內腿反摔一勝結束比賽。大多以反摔技為主的選手，主動採取攻擊的機率會較為降低，針對專門做反摔技術的選手，應在動作的施術上面多以足技且安全性的動作去試探，並搭配移動破勢將對手重心破壞。在張生的投技技術動作應多以加強。

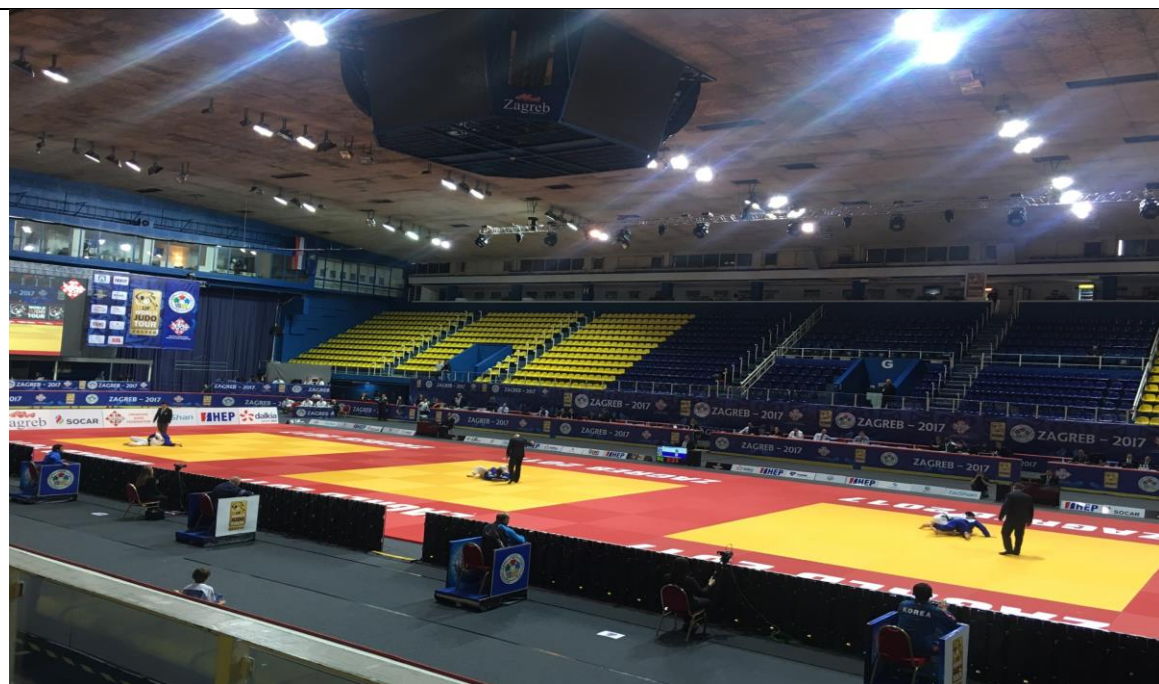
(五)女子+78 公斤級張齡方

張齡方選手於亞青錦標賽中獲得銀牌，目前就讀韓國龍仁大學一年級學生，張生雖然在該量級身高不高，但體型及敏捷度好，有韓國風格較強勢的搶手模式，搶手節奏快。技術動作為內腿及大內割技術，動作較為單一，也因身高不高在國際上得意技動作選用與體型上較沒有加分的優勢。第一場遇上的是古巴 AGUILAR Eliannis 選手，古巴選手爆發力強與動作的連結性進入快，在開賽不久以大外割一勝結束比賽。張生身體素質肌力上較為欠缺身體抵擋的能力，未來在該量級應要強化上肢肌力及增加得意技術動作。

五、檢討與建議：

世界青年柔道錦標賽為 21 歲以下選手最高指標性賽會，由未來這些各國的選手可看見未來國際趨勢的潮流及國家柔道競技運動的發展強弱。在國際柔道總會的競賽機制上，本身前八強才可以敗部復活，為避免不同國家較強的選手於第一場就遇上造成遺珠之憾，在幾年前除了成年以外，在青少年及青年也開始進行排名機制，抽籤系統將排名較前面的選手錯開，這也意味著，不管籤運如何都會遇上國際該量級排名較為前面的好手。在亞洲地區的青年積分賽會不多，一年約 4-5 個賽會左右，而對於我國而言，選手的穩定因素，並非每一個賽會都是同一個人參加，積分相對分散；在歐洲鄰近的國家多，青年的賽會多積分相對取得容易，故此次各量級積分較高的大多為歐洲國家選手為多，我國派出奪得亞洲青年柔道錦標賽得牌之選手參賽，不論遇到誰都只有提升自身的能力與實力，才不會第一場興敗而歸。

六、其他



圖一 世界青年柔道錦標賽比賽場地



圖二 賽前訓練



圖三 賽前訓練



圖四 張羽萱選手 參賽照片