



在比賽時的空前壓力焦慮一事，身為裁判員應了解其心態。並且在規則允許範圍內幫助選手創造優異成績，因此裁判員應採用心理學原理接近選手予以幫助。裁判員應在公平、公正機會下給予選手機會，協助使其有良好的成績表現。

2. 選手像玻璃杯，要特別小心待他們，選手經年累月長期的練習或訓練的目的是要提昇成績。但在比賽前，多數選手難免會緊張、敏感、情緒不穩、急躁等裁判員所擔負控制選手情緒的任務是相當困難的。為此研究運動員比賽心理是解決上述困難的要訣。

#### 四、規則部份疑難問題解答：

- (一) 可不可以允許一位跳高選手手握著東西起跳？ 答：可以
- (二) 鏈球擲出時，鏈球頭觸及圍籠，但是落在有效範圍內，如何判定？ 答：可判定為有效投擲——成功。
- (三) 選手在點名處報到時只佩帶一塊號碼布，應如何處理？ 答：儘量幫選手再準備一塊號碼布，否則亦須准許出場比賽。
- (四) 起跑時，雙腳是否一定要觸地？ 答：可觸地亦可不觸地，規則沒明文規定，只規定雙手必須觸地。
- (五) 一個抗議的隊伍，被判抗議無效時，希望知道他抗議無效的理由，可否？

答：他有資格了解抗議無效的內容，大會應該回答他。

(六) 優勝的長跑選手在賽完後發現多跑一圈時，應如何處理？

答：成績不計，名次照算。

(七) 接力賽時，檢察員發現選手由規定的內跑道跑到外側別人跑道去接棒，應如何處理？

答：判定犯規，因接棒時位置已非該選手規定之跑道。

(八) 在第二跑道的選手發現第三跑道無人跑時，自行更換跑道到第三跑道起跑這種行為是否被允許？

答：不可以更換跑道，違法時應判犯規取消資格。

#### 五、結語：

筆者有幸蒙中華民國田徑協會遴派，千里迢迢由台灣到印度新德里，參加國際田徑裁判講習會，內心甚感榮幸。惟在講習會中，深深體會到如欲提昇國內裁判水準，應積極培養年輕具有專業知識、技術與外語能力的裁判先生。另外，對於田徑規則的修訂、解釋、裁判技術的研討亦有相當機會的深入探討，可說獲益良多，不失為一個成功的國際田徑裁判講習會。祈望全國田徑協會以後能繼續鼓勵提供國內熱心裁判工作者的類似進修機會，增廣見聞，亦可提昇素質、鼓勵士氣，謹向有關人員致十二萬分的謝意與敬意。



第十一屆亞運田徑賽於1990年9月27日、28日、29日及10月1日、2日、3日計六天在大陸北平國家奧林匹克體育中心田徑場舉行。

田徑是運動之母，在比賽中被視為重頭戲，選手成為觀眾注目的對象，更是新聞採訪的焦點。所以金牌共有43面，其中男子部份有24面，女子部份有19面，也是亞運會27種比賽項目金牌數最多的一種。除了不丹、汶萊二國沒有報名外，其餘34個參賽隊伍都派出選手參加這項最具奧林匹克象徵的競技。

本屆破亞運計45人，平亞運計7人，破亞洲最高紀錄計有2人，即男子撐竿跳高大陸梁學仁選手，以5公尺62打破本人保持的5公尺61紀錄。另外女子100公尺跨

欄大陸劉華金選手，以12秒73打破紀政保持的12秒89紀錄。

大陸派遣男女83位選手參加，以秋風掃落葉之姿，摘下29面金牌，21面銀牌，11面銅牌，合計61面，其中大陸女將在19面女子競賽項目中包辦了18面金牌，唯一未能得手的是女子跳高，贏得空前的勝利，亦是與賽隊伍中表現最傑出的代表隊伍。

我國派遣男女21位選手，參加睽違20年的亞運會田徑賽，面對更多與更強的競爭對手，能夠獲得4面銀牌及3面銅牌，在與賽三十四國之中已是排名前茅，亦是我國代表團榮獲最多獎牌數的隊伍。尤其短跑女后王惠珍個人包辦100公尺及200公尺2面銀牌，榮耀倍增，成為我國亞運代表成績表現最豐碩的選手。



茲將田徑賽獎牌得主列述於后：

## 男子組

## ■100M

①曼瑟 (卡達)	10.30
②鄭晨(大陸)	10.51
③迪薩納亞克·斯里揚塔 (斯里蘭卡)	10.64

## ■200M

①高野進 (日本)	20'94
②迪薩納亞克·斯里揚塔 (斯里蘭卡)	21'17

③趙存林 (大陸)	21'28
-----------	-------

## ■400M

①馬利基·穆罕默德 (阿曼)	45.81
②穆夫塔赫·員卜拉欣 (卡達)	46.09
③小中富公大 (日本)	46.85

## ■800M

①金奉猷 (南韓)	1:49.48
②柳泰慶 (南韓)	1:50.00
③汗·納達爾 (巴基斯坦)	1:50.01

## ■1500M

①蘇萊曼·穆罕默德 (卡達)	3:43.56
②金奉猷 (南韓)	3:45.04
③奧山光廣 (日本)	3:45.53

## ■5000M

①蘇萊曼·穆罕默德 (卡達)	13:50.22
②森下廣一 (日本)	13:50.23
③張國偉 (大陸)	13:52.12

## ■10000M

①森下廣一 (日本)	28:47.96
------------	----------

②金在龍 (南韓)	28:49.61
③張國偉 (大陸)	29:01.13

## ■110M跨欄

①余志誠 (大陸)	13.82
②岩崎利彥 (日本)	14.11
③金子公宏 (日本)	14.21

## ■400M跨欄

①阿巴斯·吳拉姆 (巴基斯坦)	50.15
②黃洪哲 (南韓)	50.24
③高永紅 (大陸)	50.47

## ■3000M障礙

①山田和人 (日本)	8:34.64
②拉姆·迪納 (印度)	8:35.19
③牛新祥 (大陸)	8:35.19

## ■20KM競走

①毛新遠 (大陸)	1h23:16
②酒井浩文 (日本)	1h23:17
③李明才 (大陸)	1h25:08

## ■50KM競走

①周兆文 (大陸)	4h08:33
②翟萬波 (大陸)	4h10:17
③小坂忠浩 (日本)	4h16:59

## ■馬拉松 (42.195KM)

①金元卓 (南韓)	2h12:56
②清水悟 (日本)	2h14:46
③崔哲浩 (北韓)	2h18:18

## ■跳高

①周忠華 (大陸)	2.26
②劉運鵬 (大陸)	2.20
③吉田孝久 (日本)	2.15

③趙炫旭 (南韓)	2.15	③池田明由 (日本)	66.52
③廖學松 (中華)	2.15	■十項運動	
③希卜·阿卜杜拉 (卡達)	2.15	①金子宗弘 (日本)	7799

## ■跳遠

①陳尊榮 (大陸)	8.04	②古金水 (中華)	7623
②黃庚 (大陸)	7.86	③龔國華 (大陸)	7453
③賴正全 (中華)	7.73	■400M接力	

## ■三級跳遠

①陳燕平 (大陸)	17.51	①大陸	38.99
②鄒四新 (大陸)	17.31	②中華	39.27
③柳在均 (南韓)	16.32	③日本	39.61

## ■撐竿跳高

①梁學仁 (大陸)	5.63	■1600M接力	
②葛雲 (大陸)	5.40	①日本	3:05.82
③金哲均 (南韓)	5.40	②卡達	3:09.96

## ■鉛球

①程少波 (大陸)	18.89	③大陸	3:10.03
②馬永豐 (大陸)	18.81	■女子組	
③埃尙 (印度)	17.32	■100M	

## ■鐵餅

①張景龍 (大陸)	61.18	①田玉梅 (大陸)	11.80
②王道明 (大陸)	55.90	②王惠珍 (中華)	12.09
③戈爾巴尼·曼舒爾 (伊朗)	52.70	③李英淑 (南韓)	12.10

## ■標槍

①吉田雅美 (日本)	77.26	■200M	
②金基薰 (南韓)	75.86	①韓青 (大陸)	23.42
③溝口和洋 (日本)	75.84	②王惠珍 (中華)	23.89

## ■鏈球

①畢忠 (大陸)	71.30	③田玉梅	24.01
②于光明 (大陸)	69.84	■400M	
		①李桂蓮 (大陸)	52.13



## NCHU

## 田徑與我



■ / 應數四 張芷苓 田徑隊

## ■ 1500M

- ①鄭麗娟 (大陸) 4:23.11  
②蔣樹林 (大陸) 4:23.97  
③金金兌 (緬甸) 4:25.03

## ■ 3000M

- ①鍾煥娣 (大陸) 8:57.12  
②金春梅 (北韓) 8:57.63  
③王華碧 (大陸) 8:59.00

## ■ 10000M

- ①鍾煥娣 (大陸) 31:50.98  
②王秀婷 (大陸) 31:52.18  
③松野明美 (日本) 31:56.93

## ■ 100M欄

- ①劉華金 (大陸) 12.73  
②羅 彬 (大陸) 12.97  
③秋元千鶴子 (日本) 13.81

## ■ 400M欄

- ①陳菊英 (大陸) 56.05  
②陳冬梅 (大陸) 56.89  
③穆羅斯·埃爾馬 (菲律賓) 59.47

## ■ 10KM競走

- ①陳躍玲 (大陸) 44.47  
②金冰潔 (大陸) 46.57  
③增田房子 (日本) 47.09

## ■ 馬拉松

- ①趙友鳳 (大陸) 2h35:19  
②荒木久美 (日本) 2h35:34  
③李美玉 (南韓) 2h36:31

## ■ 跳高

- ①佐藤惠 (日本) 1.94

- ②曹忠萍 (大陸) 1.90  
②金希宣 (南韓) 1.90

## ■ 跳遠

- ①熊其英 (大陸) 6.69  
②劉淑珍 (大陸) 6.64  
③李英愛 (北韓) 6.51

## ■ 鉛球

- ①隋新梅 (大陸) 20.55  
②黃志紅 (大陸) 20.46  
③鄭春花 (北韓) 14.61

## ■ 鐵餅

- ①候雪梅 (大陸) 68.56  
②黃志紅 (大陸) 62.60  
③北森郁子 (日本) 53.82

## ■ 標槍

- ①張 麗 (大陸) 66.00  
②徐德妹 (大陸) 61.92  
③松井江美 (日本) 56.04

## ■ 七項運動

- ①馬苗蘭 (大陸) 6231  
②董玉萍 (大陸) 5355  
③馬君萍 (中華) 5213

## ■ 400M接力

- ①大陸 44.36  
②印度 44.99  
③泰國 45.24

## ■ 1600M接力

- ①大陸 3:33.57  
②印度 3:38.45  
③馬來西亞 3:38.52

我常想，我是非常幸運的。在未進大學前在欄架方面總共拿了五金一銀，進入大學之後至今也拿了四金一銀。雖然我的成績遠比不上甲組的選手，但對平凡的我而言，已達到以田徑為興趣的目的。

初中二年級開始接觸欄架，雖然第一年連在決賽的資格也沒有，卻也沒想到以後會靠欄架在田徑場上立足。不過我的跨欄姿勢並不算標準，而且又要改成三步跨欄，所以每當練習時總要先克服對欄架的恐懼感。哎！沒想到與欄架相識多年，對它的恐懼一年更甚一年！

平時隊友說我「一天捕魚，三天曬網。」在田徑場上碰面，第一句話總是「好久不見」，但到了比賽前二、三個月便很訝異，我會天天出現。隊友也給了我一個綽號—芷貓，原因不詳，我也百思不解。在隊上，或許我練習的份量沒別人重，出現的次數沒別人多，但我的鬥志並不比別人小，僅管練習時會有些膽怯，但在比賽時除非名次已定，不然卻是志在必得。

想想比賽給我最大的收穫，並不在是

否能得到獎牌，而是能認識許多朋友，雖然比賽場上大家是難分高下的勁敵，但在私底下卻熟得像老朋友似的。知道嗎？我最喜歡的項目是接力，因為成果由四個人共同分享，同時勝利也是由於四個人的團結合作所獲取的，所以喜悅的程度遠超過個人獨享的興奮；而我最討厭一個人獨自練習，毫無樂趣，除非做完課程，不然一定苦著臉。我想這是每一個人群性心理的表徵。的確田徑運動是枯燥的，正因為如此，其成果才益發的值得珍惜。

沒有真正接觸過運動的人永遠不能了解運動選手背後的辛酸，除了接受嚴格的訓練外，還得面對受傷所帶來的一切煎熬與衝擊，而只有關心與鼓勵才能使我們再接再勵，向前邁進。我是屬於群體的，我的成就也絕非我一人能達成，若沒有老師的指導，隊友的督促、配合，相信我早在田徑場上消失了。在此我願與我的老師、朋友分享我一切的榮耀，沒有你們，就沒有在田徑場上奔馳的我！