

中華帕拉林匹克總會

2022 曼徹斯特大獎賽(跆拳道)代表隊參賽報告

填表人：柯易智

參 賽 名 稱	中文：2022 曼徹斯特大獎賽
	英文：2022 Manchester Grand Prix
參 賽 地 點	英國—曼徹斯特
參 賽 日 期	2022 年 10 月 16 日 至 10 月 21 日
參 賽 隊 人 數	28 個國家，82 名選手
代 表 團 人 員	領 隊：戴淑華 教 練：柯易智 選 手：陳健強 運動防護員：陳孟岑
參 賽 行 程 表	10/16 出發 TK0025 21:55/05:20 台北-伊斯坦堡 10/17 轉機 TK1993 07:40/09:50 伊斯坦堡-曼徹斯特 10/21 出發 TK1996 16:55/23:05 曼徹斯特-伊斯坦堡 10/22 轉機 TK0024 01:50/17:55 伊斯坦堡-台北
參 賽 經 過 及 成 績 總 表	<p>10/17 抵達曼徹斯特第一天透過中華隊劉總教練的協助安排，中午用完餐下午直接到英國國家跆拳道隊訓練中心練習，順便調時差。</p> <p>10/18 日上午九點到大會安排的訓練場訓練，下午召開教練領隊會議</p> <p>10/19 日上午九點到大會安排的訓練場訓練，中午過磅</p> <p>10/20 日當天上午 09:30 分選手陳健強第一場對上韓國隊選手 LEE Dongho，上次健強在亞帕青年運動會冠亞軍輸給了他，健強心理上有所罣礙，在場上想比較多，動作並沒有發揮出來，比賽一開始一直以側踩攻擊去試探對手，卻忘了主要的得分動作，分數落後時，教練喊了暫停讓健強有機會休息，並且重新組織動作，告訴健強盡量少接觸近身，因為韓國選手知道健強雙手無法防禦，會趁這個時候攻擊。</p> <p>重新回到場上，健強有做出教練給的戰術，在互擊的過程中雖有得分，但也因為防禦部分導致掉分，整體上韓國選手身體素質遠遠超越健強，對方兩隻雙手看不太出來哪裡有殘疾，在比賽過程中韓國隊都能用手防禦掉我們的攻擊，導致分數不好得分，因此輸掉了比賽，在完賽後大會人員立即跟我們說韓國隊選手分級沒有過，還在 review 被技術代表發現所以直接判他失格。因此直接晉級第二場賽事。</p> <p>第二場對上巴西世界排名第一 TORQUATO Nathan 的選手，健強第二場表現比第一場來的好，雖然都有攻擊，但都被對手閃過，對手知道健強雙手無法防禦，利用他的經驗趁健強腳落地找空檔攻擊，因此輸了比賽。</p>

<p>參賽效益分析</p>	<p>雖然輸了比賽沒拿到名次，但積分有進帳，世界排名也向前邁進，也累積了比賽經驗，經驗累積非常重要，畢竟在國內沒有健強的賽事，這次比賽讓健強見識到世界各國的選手打法，也錄下 K44 級別 63 公斤級每位選手的比賽影片，回國後針對影片中每一位選手做動作上的分析，利用影片找出對手的弱點，在訓練上多作對手動作，模擬訓練以利往後遇到可以清楚的知道要如何去應對，這次掌握健強量級各國選手影片，相信未來遇到可以清楚知道要如何去應對，畢竟國外的選手目前尚未有像建強一樣雙手殘疾，大多數都還有一隻手是完整的，在跆拳道比賽過程中都還有防禦能力，目前也一直針對健強防禦這部份去做加強，可望未來比賽能有亮眼表現。</p>
<p>綜合評估分析</p>	<p>優勢</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 此比賽累積比賽經驗 2. 收集各國選手比賽影片，以利往後遇到可清楚明瞭對手動作 3. 感受國際賽事現場震撼感 <p>劣勢</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 賽場經驗不足 2. 比賽打一回合五分鐘，尚未能每回合給予最佳戰術 3. 心理建設需要加強 4. 雙手無法防禦，必須利用步伐移位閃躲
<p>檢討與建議</p>	<p>檢討</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 會多加強防禦能力，步法移位閃避對手攻擊 2. 明確攻擊得分點 <p>建議</p> <p>希望可以多參與一些公開賽，從小比賽打起累積比賽經驗，增加信心。</p>

照片剪影



臺灣桃園國際機場準備出發



英國國家隊訓練中心練習



英國國家隊訓練中心練習



英國國家隊訓練中心練習



與英國國家隊訓練中心合影



與世盟主席及各國教練合影



大會練習場練習



大會練習場練習



賽前熱身



賽前熱身



教練幫健強綁道帶



上場前合影



觀摩對手打法



觀摩對手打法