

淺談少年桌球運動員選材

陳進祥^{1*} 陳裕芬² 周資眾³

¹ 私立實踐大學體育室 講師

² 國立虎尾科技大學體育室 助理教授

³ 私立義守大學體育室 副教授

摘 要

桌球運動員選材理論與方法已成爲運動科研的重要課題，通過客觀指標的測試，使經驗選材和科學選材結合起來，才能把深具潛力的人才從小挑選出來，進行有系統的科學訓練管理，以提升我國在世界桌壇之競技實力。根據桌球特點，桌球運動員科學選材應從身體形態、生理機能、身體素質、運動技能、心理素質等方面進行相關測驗和評價，藉此建立起少年桌球運動員之運動能力常模。選材的階段分爲(一)初選階段(二)複選階段(三)精選階段。近年來，大陸對於兒童桌球運動員選材標準已有了初步指標。我國仍停留在教練的主觀判斷與經驗選材階段，訓練系統與選材系統無法有效整合，以致中間出現斷層。因此，在不排除豐富經驗定性的基礎，輔以科學的定量分析，建立起少年桌球運動員之運動能力常模，挑選發掘出優秀的少年桌球運動員，施以科學化的訓練，未來在世界桌壇，穿金戴銀，揚名國際，指日可待。

關鍵詞：少年、桌球、運動選材

*連繫作者：實踐大學 845 高雄縣內門鄉內南村大學路 200 號
Tel：0958155559
E-mail：chenmail77@yahoo.com.tw