

Client : Singapore Sports Council

Media : Lianhe Zaobao

Page Number : Page 1-3, zbNow

Date : October 25, 2006



新加坡出现一项前所未有的运动——“巧固球” (Tchoukball)。  
跟大多“弱肉强食”的运动不同的是，它要提倡的是“君子”精神，  
所以又称“君子球”。

报道 / 林方伟 摄影 / 萧紫薇  
部分照片由新加坡巧固球协会提供

# 巧固球Tchoukball

## 君子好球

**新**加坡巧固球协会宣传巫淑惠 (23岁，救世军青年发展中心社工) 说，“君子球”最主要及另类的规则是：不能抢对方的球，或用身体阻挡对方，即使是“无意”撞到或阻挡对方射球，也算犯规。

巧固球进球得分的方法是：球员得“飞起”，单手将球抛射在立地斜55度的球网，球不落在网前半圆的禁区，成功飞弹出去又不被对手接住，就赢得一分。

巧固球是一名瑞士医生Hermann Brandt怀抱着一个“公平竞赛，尊敬对手”的乌托邦希望，而在1970年发明的。这项运动让所有球员都有机会进球，而且在不受阻扰的空间、情况下进球，这样任何人都能根据自己的进度，发挥出自己内在的潜能。



巧固球也可在沙滩、草场上玩。

国际体能教育总会 (International Federation of Physical Education) 对他的发明非常赞赏，认为巧固球“在生理、心理及社会各层面，明显充满教育性”，更称它为运动革命的转折点，而颁发了个世界奖给他。

新加坡巧固球协会刚设立一个月

新加坡巧固球协会才刚设立一个

月，不过已经吸引了超过百人参加。协会主席Md Rezal B Ramli (26岁，地理老师) 说，他们正积极把它介绍给全国学校，已有五所学校进行这新颖的球类运动，其中一些还把它纳入体育课程里了。

他说：“许多运动，就好比足球，如果你不是很强的球员，队员就不会传球给你。很多人因为这样的自尊心而不敢争取机会，或因被冷落而渐渐在运动场上消失。”

洪建辉 (34岁，救世军青年发展中心负责人) 说：“巧固球的球员不受身高及能力的局限，人人都可以玩，而且形式非常灵活。除了可在现有的篮球场上玩，也可移到沙滩、草场上去。”

“另外，也可分九人制或七人制来玩。巧固球进球时，给人的视觉时像排球扣球，或抛标枪 (javelin)，时而像抛保龄球，可说是多种运动的结合体。”

### 台湾巧固球水准世界第一

本地或许第一次听说巧固球，但这运动在瑞士、意大利、巴西、英国、加拿大、日本及印度已经开始盛行。台湾更是玩巧固球历史最悠久的地区，水准甚至是目前世界排行第一。

陈国书 (31岁) 是台湾巧固球国家队球员，也是球队防守教练兼副教练，他上星期特地从台湾飞来新加坡分享他们成功的经验，并主持裁判研习班，来提高本地巧固球的素质。他的射球千变万化，要球弹向哪里就弹向哪里，这正是巧固球的最高致胜境界。

陈教练说：“巧固球在台湾有30年的历史，从小学到社会人士都有人在玩。台湾在巧固球上的表现很好，巧固球是在国际体坛代表我们台湾升旗的运动。”



### 想试玩巧固球?

除了“活力启动!” 11月4日、11日、18日和12月23日的四场试玩会 (详情请上网www.sporton.com.sg) 外，巧固球协会每个星期六上午10点至下午1点也有免费的示范班，地点是Blk 65 Kallang Bahru前的篮球场。更多详情可浏览www.tchoukball.org.sg。

↑←! 飞弹跳起，单手将球抛射在球网内，球不落在网前半圆的禁区，成功飞弹出去又不被对手接住，就赢得一分。



### 『活力启动!』其他活动

体育理事会今年7月设立青年体育发展处 (Youth Sport Developments Division)，现在，在青年体育发展处“活力启动!” (Sport On!) 计划推动下，青少年们可以在这个学校假期开始试玩巧固球。

除了巧固球外，从11月4日至12月23日间的六个星期六，早上11点至1点、下午3点至5点的时段内，青少年还可在 \*scape青年公园及滑板公园 (Youth Park, Somerset Skate Park & Field) 的体育训练班“Sportscovery”上，免费体验足球、篮球、直排滑轮 (Inline Skating)、终极飞盘 (Ultimate Frisbee) 等热门运动。

青少年只要上网 (www.sporton.com.sg) 报名，从六个时段中选择适合自己的时段就ok了。

那些不想直接参与运动的人，也可以通过体育摄影、设计T恤及涂鸦比赛等周边活动，来参与体育飞扬的时刻，因为“体育精神”就是让大家聚在一起，增进友谊与感情。

青年体育发展处处长李秉晖说：“我们设立这个新的部门，就是希望制造更多机会让年轻人参与运动，而且是更长时间地运动，同时得出更好的运动表现。”



在“活力启动!” 计划下，青少年可以参加体育训练班“Sportscovery”，免费体验终极飞盘、直排滑轮等热门运动。