

## 國立宜蘭特殊教育學校新聞剪輯

活動主題	拔河	活動日期	108. 5. 20
報導媒體	葛瑪蘭新聞網	登刊日期	108. 5. 21

### 特殊教育報導/ 系列五~ 宜蘭特教生拔河隊 冠軍常勝軍的神話【影音新聞】



【記者李寶琴 / 五結報導】

隨著6/1日即將參加·教育部體育署在桃園林口舉辦「各級學校室內拔河比賽」的國立宜蘭特殊教育學校拔河隊·正緊鑼密鼓的加緊練習·這一支特教生的拔河隊·堪稱是冠軍的常勝軍·從民國92年迄今·只有一年得到亞軍·真的是眾志成城永遠的冠軍隊伍·



拔河隊締造了冠軍常勝軍的神話



拔河隊教練，也是學輔處主任黃志欽指出，民國92年奉派到國立宜蘭特殊教育學校服務，即着手籌組拔河隊。歷經14年，其中只有一年得到亞軍，拔河隊優異的成績帶給孩子們極大的榮譽感與自信心。這是名次以外給孩子更大的收穫。



神話的背後原來是永不放棄的苦練和紮實的基本功



本身亦為拔河國家代表隊的黃志欽表示，拔河不是靠蠻力，而是靠技巧的融合跟體會，它是一種着重後背為主的運動，主要在於身體後仰、平衡與小腿的角度，藉由肩骨外推，腰部與繩子感覺的融合，而使整個身體穩住。



就算手掌磨破皮，包紮後繼續練習



一般學生做10次的動作，特教生可能要做100次或1000次以上，由於特教生資質特殊，相較之下比較難以體會，身體與繩子融合的感覺。所以黃志欽教練著重於體能訓練和基本動作的要求。



咬緊牙根創造團隊的榮耀



每場次練習，從最基本的跑步到所有的暖身運動，皆一一要求到位，毫不馬虎。因為參加的是「八人制、540公斤競賽」，所以體重亦是控制的項目之一。



黃志欽教練語重心長的表示，特教生大部分個性單純、執著，一旦參與拔河隊，唯一的認知就是團隊合作，要贏得比賽，所以有些學生，就算手掌磨起泡了，仍然堅持要繼續參與拔河訓練，令他感到心疼和感動，如此的感動也是促使他10幾年來，願意不斷付出耐心與愛心，來培訓這一個社團。



難能可貴的是，該校的教職員工看到學生們的認真努力，竟然一起參與訓練，而讓該校連續三年獲得「教育部體育署各級學校室內拔河比賽教職員工組」冠軍，原來用愛心灌溉的園地，才是成就永遠的冠軍果實。

