

## 木球運動的發展與演進 Development and Evolution of Woodball

許銘禮\*

Ming-Lee Hsu\*

黎明技術學院通識中心  
Center of General Knowledge Course,  
Lee-Ming Institute of Technology

許方慈

Fang-Tzu Hsu

黎明技術學院數位多媒體系  
Department of Digital Multimedia Technology,  
Lee-Ming Institute of Technology

林靜宜

Ching-Yi Lin

屏東科技大學休閒運動與健康系  
Department of Recreational Sports and Health Promotion,  
National Pingtung University of Science and Technology

### 摘 要

本研究是在了解木球運動的起源與發展，木球運動是當今唯一由國人發明與推展至世界的運動，競賽的規則與高爾夫球相似，運動強度緩和適中，適合各種年齡層的運動人口。場地範圍規畫具有彈性，可於一般公園、學校的草地等均可作為運動競賽或練習場地，是一項難度低、易上手的運動。從推展至今，在國內各縣市已經成立超過 20 個木球委員會，國際方面也已推廣約 40 個國家成立木球運動協會，並於 2004 年舉行第一屆世界盃木球錦標賽，為木球運動第一場國際比賽。學術上，則於 2003 年舉辦木球運動的國際學術研討會及國際裁判講習會。這表示由國人自創的木球運動，已擴展國際逐漸風行於全球，且在學術與推廣上皆有不錯的表現，才能在短短二十年間，在國內、外引起一股興盛風潮，也是台灣運動史上的一個重要里程碑。

關鍵詞：木球、揮桿、總桿



## Abstract

The main point of this study is to present the origin and development of woodball, woodball is the only sport that was invented by our own nation and extended the movement to the world. The contest roles are similar to the golf, the intensity of this sport is moderate, it's the kind of sport that is suitable for people of all ages. The place for playing woodball is flexible, it's available in the parks, the grass in the schools and other open areas, it is a low degree of difficulty, and it's easy for everyone to do this sport.

From the beginning of the popularizing, it has already set up more than 20 woodball committees throughout the country, it has also been extended to about 40 countries which have established woodball sports associations worldwide, and held the first wood ball World Cup tournament in 2004, which was the first international woodball sports game.

Academically, the woodball International Symposium & International Referee Seminar were also held in 2003.

It revealed that this sport which was invented by a fellow national has gradually become more and more popular in the world. And when it comes to the academic performance and promotion, both of them reached the fruitful results, within just two decades, it has been prevalent day by day, not only in our own country but also all over the world.

**Key Words:** Woodball, Swing, Handicap



## 1. 前言

木球運動是一項由台灣人所發起的運動，發明動機源於翁明輝先生想讓年邁的父親在考量年齡及欠缺寬廣的場地下，也仍能保有打高爾夫球的技術與樂趣，有感而生的運動。翁明輝（2001）指出，木球運動的誕生是由具高爾夫運動背景者，在需要、欲望與需求等三個基本特性下所綜合構成的產物。所以，木球運動的揮桿擊球動作與高爾夫運動的揮桿動作相似，競賽場地、成績計算方式等也仿效高爾夫運動規則，但因場地範圍較小，故改良球體與加重球體之重量，來降低擊球飛行距離（王仁堂，1994）。

木球運動自 1998 年起，便積極推廣舉辦全國性學校各級賽事、推廣社區木球運動，甚至已邁向國際正式運動項目目標推進；1999 年 11 月第 18 屆亞洲奧林匹克理事會(Olympic Council of Asia,OCA)正式通過承認亞洲木球總會為其組織的正式會員（周仲忽，2006）；2000 年受到教育部之認同，將該運動項目正式列為「中等學校運動績優升學輔導辦法」運動項目，成為正式的運動項目之一，此外也積極舉辦與參加國際學術之交流（鄭振洋、宋一夫、湯慧娟，2013）。

近年來，從事木球運動的人口有逐漸增長的趨勢，目前木球運動的社團組織有國際木球總會、亞洲木球總會、中華民國木球協會、中華民國大專院校體育總會木球委員會、各縣市體育會木球委員會、各鄉鎮市體育會木球委員會、各鄉鎮市木球協會，木球運動從社區運動到各級學校體育教學，甚至成功的推展到國際成為全世界的運動項目之一（李文姬，2005）。

在國內，木球運動紮根各縣市，也成為各級學校體育教學科目之一。全國大專運動會於 2002 年也將木球運動納入正式比賽項目，約有 50 所大專院校派隊參賽；中學績優運動員也可取得升學甄審甄試資格（林汶峰，2008），已和籃、排、網球等球類運動一樣，列為正式的教學與競技運動項目之一，也是國內大專體育課程的新興項目之一。

## 2. 木球運動的沿革

### （一）木球運動起源

木球(Wood Ball)運動是唯一由台灣人發明的運動項目，動機源起於翁明輝先生為了年邁的父親在考量年齡、行動方面及欠缺寬廣的場地下，希望仍能保有打高爾夫球的技術與樂趣，因此興起自行製作簡單球具，又能夠享受在草地上揮桿擊球的念頭(中華民國木球協會，2015)。木球發明人翁明輝（2001）指出木球運動的誕生，並非刻意創造，而是在需要、欲望與需求等三個基本要求結合高爾夫特性下所綜合構成的產物。翁先生全力推廣木球運動，希望木球運動能從台灣出發，發光發熱於世界各地，成為老少咸宜的熱門運動，因此，在 1993 年 9 月 11 日成立中華民國木球協會積極的推廣與宣傳，期盼能將男女老少都合宜的木球運動推展開來成為一新興運動，更希望在世界體壇開創出一項由國人自行發明的運動項目(張宏亮，2000)。

### （二）木球運動發展過程與現況

木球運動在國內發展已有 23 年的歷史，在第 4 屆中華民國木球協會會員代表



大會中，理事長翁明輝先生提到，木球運動第一個十年計畫是「無中生有，立足於國際之間」，目前已快步走上國際體壇。第二個十年計畫則是將工作重點放在加強與現有的各個會員國交流合作，持續對各體育運動大國和人口眾多的國家傳播推廣，以壯大國際木球總會成員，同時也積極注重木球運動產業經營與國際間分工。因此，目前木球協會正努力逐步朝向木球日不落的目标邁進(翁明輝，2004；林汶峰，2008)。

中華民國木球協會(Chinese Taipei Woodball Association, CTWA)成立於1993年9月台北市內雙溪後花園木球場，由關中先生擔任首任理事長，開始各項發表與推展工作；隔年底正式加入大專體總成立中華民國大專院校木球委員會，並制訂木球規則，於1995年正式推出規範，並於台灣各地區巡迴演示說明及提倡(中華民國木球協會，2007)。2000年受到教育部認同，將木球項目正式列為中等學校運動績優生升學輔導辦法運動項目之一，亦成為行政院體育委員會所舉辦之「全民運動會」及「全民運動聯賽」之正式項目之一(翁啟祥，2006)。在2001年完成籌組成立中華民國中等學校木球委員會，同時舉辦全國中等學校木球錦標賽，成為全國中等學校運動會正式比賽項目，於2011、2012年全國中等學校運動會中木球運動列為示範賽項目(中華民國木球協會，2006)；木球運動除了在中等學校極力推廣下，1995年有部份大專院校列入體育課程中，亦經過數年的更迭，至今，木球項目在全國大專校院運動會已連續舉辦10個年頭，其中木球運動代表隊不乏臺灣本島學校，更有遠至金門等參賽隊伍；由此可見木球運動已在

各級學校開始熱絡了起來；另，除了在中等學校、大專校院外，以中華民國木球協會為主體，在各縣市鄉鎮中陸續成立木球委員會拓展其參與運動人口，不同的木球運動組織有其不同的功能，但主要的核心目的仍是希望成為國內及世界上受矚目的運動項目之一(張宏亮，2000；中華民國木球協會，2006)。

至於國際間的發展部分，木球運動自1995年開始向國際推廣，於1999年正式成立亞洲木球運動總會(Asian Woodball Federation, AWbF)、歐洲木球聯盟(European Woodball Federation, EWbF)及國際木球運動總會(International Woodball Federation, IWbF)。第18屆亞洲奧林匹克理事會(Olympic Council of Asia, OCA)於11月正式通過承認亞洲木球總會為其組織的正式會員(翁明輝，2006)。國際木球運動總會以“Sport for All”作為運動精神錦標，宗旨在以亞洲為據點朝四方推廣，向世界播種(國際木球總會，2015)。木球運動在我國大專體育總會的努力推廣發展迅速，也在世界大學木球錦標賽申請案中特別受到世界大學運動總會會長支持，並在2001年順利獲得核准由我國承辦「2004年第一屆世界大學木球錦標賽」。2003年國際木球總會也認為應辦理第一屆世界盃木球錦標賽，因此同意由我國於2004年承辦「第一屆世界盃木球錦標賽」(林汶峰，2008)。由此可知，木球運動已在國際體壇上鋒芒漸露，除了國內積極推廣外，馬來西亞、韓國、日本、美國、歐洲、大陸、香港、泰國、新加坡等海外地區也已陸續推廣、提倡中；至今，參加國際木球運動總會的會員國已有43國，期盼能在大力推廣下持續增加。這個由國人自創的



木球運動肩負著國人的期待，正朝著亞運、世界運動會以及奧林匹克運動會正式競技運動項目為目標，相信在不久的將

來，一個屬於國人所研發的運動項目將於世界體壇中綻放（王宏維，2002）。

表 1 木球運動發展過程歷史

年份	發展過程重要紀事	地點
1992	成立「臺北雙溪後花園木球場」	台灣台北
1993	成立「中華民國木球協會」	台灣台北
1994	成立全國大專院校體育總會木球委員會	台灣台北
1997	加入中華民國體育運動總會	台灣台北
1999	成立亞洲木球運動總會(AWbF) 歐洲木球聯盟(EWBF) 國際木球運動總會 (IWbF)	台灣台北
	亞洲木球總會辦理首屆「亞洲盃」木球錦標賽	馬來西亞
	獲得「亞洲奧林匹克理事會」(OCA)承認	科威特
2000	列為「全民運動會」競賽項目之一 舉辦第一屆歐洲公開賽 亞洲木球總會辦理首屆「亞洲大學木球錦標賽」	台灣雲林 奧地利 台灣金門
2001	舉辦第一屆歐洲盃錦標賽	匈牙利
2002	列為「全國大專運動會」競賽項目之一 通過國際大學運動總會(FISU)承辦「第一屆世界大學木球錦標賽」	台灣高雄 義大利
2003	通過國際木球總會(IWbF)承辦「2004第一屆世界盃木球錦標賽」	台灣
2004	承辦「第一屆世界大學木球錦標賽」	台灣台北
2007	國際木球總會首次主辦「國際木球巡迴賽」	最終站：台灣
2008	沙灘木球列為「第一屆亞洲沙灘運動會」競賽項目之一	印尼峇里島
2011	列為「全國中等學校運動會」示範項目	台灣台北

資料來源：本研究整理

### (三)、相關推廣活動

不論是在國內、外，皆有陸續相關講習會及研討會等活動；木球運動講習活動包含了教練講習、裁判講習以及木球運動推廣班，其主要目的皆是為了培育優秀的教練、專業的裁判，期盼能夠藉由教練和

裁判的推廣，讓一般民眾接觸、體驗木球運動，進而增加木球運動人才；研討會活動則是木球運動之學術相關活動，藉由舉辦此學術類型的活動，能夠促進木球運動之發展。



表 2 國內教練講習活動整理表

年代	重要紀事	地點
1995	舉辦大專教練講習會	台北
1996	舉辦B級教練講習會	台北
1997	舉辦A級教練講習會	
2000	舉辦全國中等學校教師木球教練講習會 舉辦B級教練講習會	
2001	舉辦全國各級學校教練講習會	
2002	舉辦大專教練講習會 舉辦B級教練講習會 舉辦A級教練講習會	
2003	舉辦全國中等學校教師木球教練講習會	
2004	舉辦全國中小學教職員木球教練講習會 (全國高中體總與木球協會共同主辦) 舉辦B級教練講習會	
2005	舉辦B級教練講習會	
2006	舉辦A級教練講習會	
2007	舉辦全國中小學教職員木球教練講習會(教育部補助辦理)	台北
2008	舉辦B級教練講習會	
2010	辦理種子培訓教師講習會(教育部補助辦理)	桃園、台中 台南、金門
2015	舉辦B級教練講習會	屏東

資料來源：本研究整理

表 3 國內裁判講習活動整理表

年代	重要紀事	地點
1996	舉辦全國大專院校裁判講習會	
1997	舉辦全國大專院校裁判講習會 舉辦A級裁判講習會	
1999	舉辦教育部體育署全民運動木球志工、指導員研習會 舉辦A級裁判講習會	
2000	舉辦全國大專院校裁判講習會 舉辦B級裁判講習會 舉辦A級裁判講習會	



年代	重要紀事	地點
2002	舉辦A級裁判講習會	
2003	舉辦全國大專院校裁判講習會 舉辦B級裁判講習會 舉辦A級裁判講習會	
2004	舉辦全國中小學教職員木球裁判講習會(全國高中體總與木球協會 共同主辦) 舉辦B級裁判講習會	
2005	舉辦B級裁判講習會	
2006	舉辦全國中小學教職員木球裁判講習會(教育部補助辦理) 舉辦A級裁判講習會	台南
2007	舉辦全國中小學木球B級裁判講習會(教育部補助辦理) 舉辦B級裁判講習會 舉辦A級裁判講習會	
2009	舉辦A級裁判講習會	
2010	舉辦B級裁判講習會	
2011	舉辦B級裁判講習會	雲林
2013	舉辦B級裁判講習會 舉辦A級裁判講習會	
2014	舉辦B級裁判講習會 舉辦A級裁判講習會	新北市

資料來源：本研究整理

表 4 國際教練講習活動整理表

年代	重要紀事	地點
2005	舉辦木球教練講習會 舉辦第一屆歐洲木球教練講習會	中國澳門
2006	承辦國際木球教練講習會	台灣
2008	舉辦全國教練培訓班	中國浙江
2009	承辦國際木球教練講習會	台灣

資料來源：本研究整理



表 5 國際裁判講習活動整理表

年代	重要紀事	地點
2001	舉辦大陸全國木球指導員、裁判培訓班	中國浙江
2002	舉辦大陸全國高級裁判員培訓班	中國江西
2003	承辦國際木球裁判研習會	台灣台北
2005	舉辦木球裁判講習 舉辦木球裁判講習會 舉辦第一屆歐洲木球裁判講習會	蒙古 中國澳門
2006	承辦國際木球裁判講習會	馬來西亞
2007	承辦國際木球裁判講習會	台灣
2008	承辦國際木球裁判講習會 舉辦全國裁判培訓班	台灣 中國浙江
2010	承辦國際木球裁判講習會 舉辦木球裁判講習會	泰國 烏干達、宏都拉斯、貝里斯
2011	承辦國際木球裁判講習會	馬來西亞
2013	舉辦木球裁判講習會	烏干達
2014	承辦國際木球裁判講習會	中國

資料來源：本研究整理

綜合上述論述，木球運動是唯一由國人發明的運動，規則與高爾夫球相似，運動緩和適中，適合各年齡層的運動人口。場地範圍規畫彈性，一般公園、學校場地、草地等均可作為運動與競賽之場地，是一項簡單、易學的運動。推展至今，在國內已經成立 20 個木球委員會分布在各縣市，國際方面也推廣約 40 個國家，於 2004 年假舉行第一屆世界盃木球錦標賽，為木球運動第一場國際比賽。學術上，則於 2003 年假舉辦木球運動的國際學術研討會及國際裁判講習會。這項由國人自創的木球運動，在短短二十年間已擴展國際逐漸風行於全球，且在學術研究上也有不錯的表現，期盼成維台灣運動史上的一

個重要里程碑。

### 3. 木球運動特性

木球運動是一項適合各年齡層、老少咸宜的體育運動活動。其技術和競賽規則類似高爾夫球，因此又稱為「平民高爾夫球」(張宏亮, 2000)。然，此項運動的特色為(中華民國木球協會, 2015)：(1)揮桿擊球，球不會飛起，球門可移動，機動性強。(2)男女老少皆宜，極適合學校及民間推廣。(3)具競賽、休閒、教學與親子活動等功能。(4)公園、草地、泥土地、沙灘、山坡地或室內，均可作為場地。(5)動作易學，球具新穎可愛，活動時可享受陽光、綠野。





依據規則可區分為：球具、場地及比賽規則三部分說明。

(一) 球具部分：

木球球具於發明時皆以木頭製成，包括木球球桿、球體、球門等三個部分：其規格為以酒瓶造型衍伸出並呈 T 字狀球桿，桿頭前後均有橡皮帽為打擊處，總重量約 800 公克、球體是由樓梯扶手端圓形木球體引發想法製造出，直徑約 9.5 公分的球，重量約 290~410 公克；球門是呈門字型，由兩側為兩只酒瓶形狀門柱及中間懸掛一只類似酒杯形狀球門所構成，其設計概念為攻門完成時，球門會升起如同酒杯高舉同慶般 (倪玉珊，2005；國際木球總會，2015)。

(二) 場地部分：

場地部分範圍規劃彈性，適用於一般公園、學校、草地等，均可作為運動之場地；亦可利用自然物做為球道障礙物或界線。每一場地規劃為 12(或其倍數)球道，總長距離至少 700 公尺以上；依照距離可分成：短距離球道(50 公尺以下，標準桿：3)、中距離球道(51-80 公尺以下，標準桿：4)、長距離球道(81-130 公尺以下，標準桿：5)。12 球道中，至少有 2 個左彎道、2 個右彎道、2 個短距離、2 個長距離球道。球道寬度最窄處不得少於 3 公尺，最寬不得超過 10 公尺 (國際木球總會，2015)。

(三) 比賽規則部分：

木球正式比賽為分組進行，依照不同比賽賽制方式，每組 2 至 5 人輪流揮桿擊球，在設有短、中、長距離球道以及左、右彎道，總共 12 球道的球場中競賽。比賽球員應遵照大會競賽規程與規則進行比

賽，依賽制可分為桿數賽、球道賽。桿數賽部分：每位球員均須完成 12 球道(或倍數)依桿數多寡總和成績判定勝負；球道賽部分：為雙方球員以勝之道次多者為勝。目前正式比賽分組可分為團體組、個人組、雙人組以及混合雙人組等方式進行比賽。若僅為休閒使用，比賽場地則可視地形、面積，自由設置一個或數個球道來回擊球比賽或遊戲；比賽或遊戲成績可依桿數賽或球道賽規則作為勝負之分。(倪玉珊，2005；國際木球總會，2015)。

#### 4. 結論

隨著時代潮流進步、健康意識提升、國民所得提高、工作時間減少以及社會生活節奏日漸快速等因素下，如何規劃休閒生活已逐漸成為國人日常生活重要的工作。因此，男女老少皆適合參與的休閒運動，逐漸受到重視，期盼能由從事運動來獲得維持、改善身心健康，且成為促進家庭關係的重要媒介。然，木球運動風氣日漸成長，國內木球運動的發展雖已有 23 年的時間，對於木球的相關研究至今也有 27 人完成木球運動相關碩士論文研究，投稿期刊發表雖不多，但有在向上的趨勢。2004 年由中華民國木球協會辦理第一屆「國際木球運動科學學術研討會」來推廣研究人員多參與木球運動研究主題，研究者除國內學者外，亦有亞洲其他地區學者針對不同環境、國情下所做的木球運動相關研究(翁啟祥，2005)。

推廣木球運動須由其教學方法進行之研究，而木球教學方法、教學課程設計對木球運動學習卻又扮演著重要的角色，故興起研究者針對木球教學相關研究的想法，期盼能透過不同的木球教學介入瞭解



初學者背景變項與技能學習的成效，以及不同的木球教學介入比較，為日後木球推廣上才能有系統地進行發展。

## 5. 參考文獻

1. 中華民國木球協會  
<http://woodball.org.tw/>
2. 中華民國木球協會，木球運動期 1-14 期，2007。
3. 中華民國木球協會，認識木球：木球發展史：木球的特色，2015。
4. 王仁堂，平民高爾夫—木球運動。中華體育，8(2)，88-90，1994。
5. 王宏：中等木球運動代表隊員之參與滿意度相關研究。國立台灣師範大學體育研究所碩士論文，未出版，台北，2004。
6. 李文姬，木球之運動科學應用與技術之探討，大專體育，79，22-28，2005。
7. 周仲忽，生涯運動的木球，木球運動，13，46-47，2005。
8. 林汶峰，國際木球參與者對木球場功能需求與使用者滿意度之調查研究—以北斗國際競賽性木球場為例，國立雲林科技大學休閒運動研究所碩士論文，未出版，雲林，2008。
9. 倪玉珊，中華民國木球協會服務品質與滿意度之研究，國立台灣師範大學體育研究所碩士論文，未出版，台北，2005。
10. 翁明輝，天下無敵，四海之內皆朋友，木球運動年刊，11 期，12-13 頁，2001。
11. 翁明輝，木球手冊，中華民國木球協會，2001。
12. 翁明輝，我們的奮鬥，中華民國木球協會網。2015 年 4 月 5 日，2006。
13. 翁啟祥，亞洲地區競賽性木球場使用者滿意度之研究，國立台灣師範大學體育研究所碩士論文，未出版，台北，2006。
14. 國際木球總會，創辦宗旨，國際木球總會網 <http://iwbf-woodball.org/tw/1-2.php>
15. 張宏亮，木球運動。台北市：師大書苑，2000。
16. 鄭振洋、宋一夫、湯慧娟，木球選手知覺教練—選手關係與運動價值觀對訓練滿意度之影響，運動教練科學學刊，32，27-38，2013。

