

【校園話題人物】體育處副教授陳天文 跨欄紀錄保持人 培育後進創佳績

校園話題人物

【記者葉語禾專訪】「成為優秀的運動選手，當初參與訓練的初心是最珍貴的，競賽過程中，內心充滿愉悅與成就感，是我最期望能帶給選手的信念。」體育處副教授陳天文是臺灣男子400公尺跨欄全國紀錄保持人，當時締造的紀錄48秒63，至今無人再刷新。2000年雪梨奧運晉級準決賽，1998亞運、2001世大運、2003亞錦賽均獲得銅牌，為臺灣男子跨欄競賽取得世界級的榮耀。

陳天文自小就喜歡球類運動，由於就讀的高中沒有球類代表隊，轉練田徑，初期比賽成績不盡理想，不禁懷疑是否有運動天分，因對運動的熱愛，決心再給自己一次機會。在積極訓練後，大幅進步的表現終於讓陳天文進入學校代表隊，歷練半年後，開始突破，臺灣區中等學校運動會的接力賽奪得冠軍，高二時第一次參加臺灣區運動會男子400公尺跨欄項目，就以黑馬之姿奪得金牌，並連續四屆蟬聯冠軍，成績令人刮目相看。

在一次又一次的競賽中，陳天文對於比賽的特性有了足夠的認識，大學時期修習生理學課程，習得運動項目的技術與方法，讓他對田徑有更深入的了解，在跑道上不斷進行速度和耐力訓練，成果日益得心應手，除了享受過程中持續精進的成就感，也對自我要求更嚴格，期許擁有更好的成績。

回憶2001世大運決賽帶傷出賽，陳天文因身體狀態極佳不想棄賽，決定放手一搏，在強敵如雲的決賽拚出銅牌，可惜心律不整與椎間盤突出的問題一直存在，2002亞運會前受傷，決賽只奪得第五名。因傷痛不斷纏身，在積極治療的同時仍持續訓練，2004年自費前往美國參加比賽及訓練，雖未能達到奧運的參賽標準，但也收穫甚多。歷年來的運動傷害導致無法繼續在田徑場上奮力衝刺，轉念以自身專業經驗來培訓後進，盼為臺灣栽培出更多優秀選手。

陳天文多次擔任奧運田徑賽的講評，因為田徑項目眾多，需花費許多時間準備，畢竟奧運賽事不能只看選手近期的成績，必須了解選手出賽時技術的發揮程度，講評中不能有任何差錯。奧運講評常對選手們進行分析及成績預測，若預測精準度極高，就很有成就感，每次的奧運轉播都不斷有「黑馬」奪得冠軍，並締造奧運紀錄，擔任講評能即時見證這刷新世界紀錄的過程，也是精進自己的一種學習機會。

在淡江帶領代表隊選手參與各項賽事，皆獲得優異成績，包括田徑跑道上三度蟬聯全大運冠軍的沈佳寬、首次參賽即奪得鐵餅金牌的黃儀煊，都由陳天文指導即是明證。

選手們都有各自需要突破的瓶頸，陳天文依照選手的能力編排訓練強度，並輔以適當的方式執行，這段教學相長的過程展現出教練對學生的用心與耐心，只要選手的程度有所進展，能一再突破自己的成績，就是教練最大的收穫。

陳天文享受馳騁在田徑跑道上的快感，也找到人生方向，除了田徑場上的運動，他也熱愛棒球、衝浪，總是督促自己運用時間、持之以恆的自我培訓，隨時保持良好狀態，繼續為臺灣體壇訓練出更多的優秀選手，締造佳績、再創紀錄。

2021/12/23



體育處副教授陳天文是臺灣男子400公尺跨欄全國紀錄保持人，現以自身專業經驗來培育更多優秀選手。（攝影／鍾子靖）