

臺中市政府公務出國或赴大陸地區報告提要

類別：其他

出國報告提要名稱：崇倫國中足球隊赴馬來西亞移地訓練交流計畫(新南向)	
含附件： <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
出國計畫主辦機關：臺中市立崇倫國民中學	
聯絡人：陳瑞德 電話：23712324轉721	
出國人員姓名/服務機關/單位/職稱	
賴朝榮/臺中市立崇倫國中/校長	
曾月如/臺中市立崇倫國中/學務處/老師	
陳瑞德/臺中市立崇倫國中/學務處/代理專任教練	
出國類別：其他 <input type="checkbox"/> 國際會議 <input type="checkbox"/> 業務接洽 <input type="checkbox"/> 洽展 <input type="checkbox"/> 表演 <input type="checkbox"/> 比賽 <input type="checkbox"/> 擔任裁判 <input type="checkbox"/> 海外檢測 <input checked="" type="checkbox"/> 移地訓練	
出國期間：113年7月03日 至113年7月09日	出國地區：馬來西亞
報告日期：113年8月16日(填寫一級機關首長核定日)	
<p>目的：此行移地訓練目的，為驗收平日辛苦訓練的成果及積極爭取學校與國家的光榮，臺中市立崇倫國中男子足球隊於113年7月3日搭機出發，參加2024年馬來西亞足球國際邀請賽，經過四天的激烈競賽，榮獲U16第第三名佳績，於112年7月9日回到臺灣。</p> <p>過程：這次至馬來西亞(吉隆坡)參加2024年馬來西亞國際足球邀請賽，是崇倫國中足球隊第一次參加國外的11人制足球比賽，球場位於JSA ARENA SETLA ALAM是一座佔地頗大的球場，總共有四座11人制人工草皮足球場。</p> <p>7/4日第一天比賽賽程，U16歲共有2場比賽，分別為崇倫中學VSPJCFC中學，崇倫中學VS WEW KULAI中學，U16歲組球員們，第一場與第二場比賽表現出色，都贏得勝利，而U14歲也有2場比賽，分別為崇倫中學VS SSFC中學，崇倫中學VS GREY UNITED中學，U14歲組第一次參加國際賽，球員未進入狀況第一場2:0輸，第二場比賽1:0輸，或許是因天氣炎熱導致球員無法適應氣候，也因孩子面臨高大身材的對手而恐懼，導致比賽中無法發揮平常的水準。兩組球員們第一天比賽，在面對高大壯碩身材的對手，以及炎熱的34對高溫下比賽，球員的經驗累計會漸漸有所成長。</p> <p>7/5日第二天的比賽，兩組隊伍都各有2場比賽，分別為U16歲：崇倫中學VS PCRC中學、崇倫中學VS CHHS JUANTAN中學、而U14歲：崇倫中學VS GREY UNITED中學、崇倫中學VS CHUNG LUN JR SB中學、U16歲組第二天戰績一負一平，對手實力相當，有遠遠超過球隊的實力，是非常值得我們學習的對象。另一場比賽平手，因天氣太熱，球員體力負荷不了，造成得分機會白白浪費掉，有點可惜。而U14歲組依然2場比賽都輸掉，但比賽過程中球員的表現越來越好越挫越勇，球員信心越來越好，期待明天有更好的表現。</p> <p>7/6日第三天的比賽賽程：U16歲組最後一場預賽分別對上 CHHS SEREMBAN中學，以4:0大勝對手，球員們非常開心。下午則進入16強淘汰賽，保持獲勝的決心，進入明天的8強賽。</p>	

U14歲組，最後一場的預賽對上CHUNG LUN JR SB中學，依然無法獲得獲勝，球員心情低落但不沮喪，相信他們能從這幾場比賽的失利中獲取更多的比賽經驗。

7/7日第四天的比賽賽程：U16歲組對上CHUNG LUN JR中學、GREY UNITED中學、PCRC中學CHHS，在8強賽時，雙方實力都相當平均，最後靠罰球點球戰勝對方，進入四強賽。決賽我們與對手明顯呈現差異較為競爭，對方是職業隊下培訓出的選手，也是馬來西亞足球協會選出來代表參加全國賽的選手，我們在攻防戰中明顯與對手實力較平均，最終我們4:1落敗，但選手恢復長的表現不在怯場發揮實力。此場戰役讓我們的孩子上了一課，人外有人天外有天強中自有強中手。U14歲組第四天雖然沒進入16強，大會仍安排與當地U14歲組球隊進行友誼賽。

心得：此次移地訓練參與國際足球比賽，在11人制我們明顯比較有優勢(尤其是U16歲，不管是在個人動作、團隊的配合再加上與絕佳默契，最後獲得比賽優勝，U14歲U16歲經過多場不同層級的比賽，球員參與不同等級球隊比賽，除了球技的提升，也提升了孩子的自信心與國際觀。此次移地訓練也培養隊員面對球賽身心理調適準備經驗，藉由與外國球隊比賽交流，觀察並瞭解國際間足球水準，及各國球員觀念之優劣，針對移地訓練要求重點及球員體能狀況作檢討，以利球隊訓練重點之調整，提供球隊教練團對於未來訓練方向之調整。

建議：整體移訓期程安排於七月，當地天氣正值夏天溫度大約36度-40度左右，對於選手來說，天氣炎熱不會潮濕，需要更長的時間適應避免中暑，選手逐漸進入狀況，活動即接近尾聲，未來可增加移訓天數，讓一年一度的移地訓練更多元、更充實、更豐富。