

## 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：清水國中田徑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：學務處體育組	
聯絡人：蘇孟伶 電話：0426262042轉129	
出國人員姓名/服務機關/單位/職稱 紀政志/台中市立清水國中民中學/教師 林筱軒/台中市立清水國中民中學/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 1日 至 113年 7月 5日	出國地區：馬來西亞
報告日期： 113年 9月 2日 (填寫一級機關首長核定日)	
<p>目的：在運動訓練的道路上，身為教練的我們與學生選手們同樣都需要不同的刺激與保持對訓練的熱忱，才能不斷持續在枯燥與疲累的訓練過程中創造與超越自己的能耐與能力。換個環境離開熟悉的地方，可以藉由環境的變化體驗不同的訓練環境與氣候所帶來的不同訓練感受與效果。此次的馬來西亞行，在氣候炎熱與地理環境不同的刺激下，就是希望能不同於臺灣的訓練環境，同時體驗當地特色與不同的國家文化，也藉由參訪馬來西亞武吉加里爾體育學校，看到他國值得學習與欣賞的地方，並珍惜自己國家的優點與特色。</p> <p>過程：武吉加里爾體育學校相當重視我們本次的參訪，由副校長帶領校內教職工熱情的歡迎與接待，帶領我們參觀與介紹各個場地設施，特別是馬來西亞定位為體育城市的武吉加里爾體育場，也是1998吉隆坡舉辦大英國協運動會的主要場館之一，一座標準的400公尺場地、主看臺、還有選手用的盥洗室，訓練的部份課程大致上與國內體育院校或相關科系所開設之課程並無太大的區別，強調「針對性、實踐性和應用性」之訓練方式，來有效達到每個項目的特殊需求。</p> <p>心得：本次參訪的武吉加里爾體育學校區僅僅是其中一所的分部，校內運動風氣非常盛行，參訪期間適逢學校在舉辦足球比賽，由副校長帶領校內教職工熱情的歡迎與接待，用參觀場景介紹的方式讓我們能更了解武吉加里爾體育學校，課程的安排，皆以田徑訓練實際需要與應用為出發點，以落實培訓與應用相結合之政策，選手們跟著下去實作體驗，汲取新的知識與經驗。</p> <p>建議：體育訓練有績效國家之間互相交流，吸取對方成功的要素，進而轉為適合本國的訓練方式，相信我國的各項運動的發展，一定能夠在國際間大放光彩。感謝體育署補助新南向體育交流，讓本校體育班師生有這個機會能到其他國家參訪，但本校有不少學生出身弱勢家庭，家庭經濟負擔較重，旅費對他們來說是不小的負擔，希望市府能再給予補助，減輕他們的負擔，提高參與的意願。</p>	