附件一

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：國光國小軟式網球隊赴日本比賽
含附件：□是　■否

出國計畫主辦機關：臺中市南區國光國民小學
聯絡人：吳春婷　　電話：04-22872475 分機723

出國人員姓名/服務機關/單位/職稱

吳春婷/臺中市南區國光國民小學/代理專任運動教練

出國類別：其他 □國際會議 □業務接洽 □洽展 □表演 ■比賽 □擔任裁判
□海外檢測 □＿＿＿＿＿＿＿＿

出國期間：115 年 8 月 14 日至 115 年 8 月 21 日

出國地區：日本

報告日期：115 年 10 月 12 日（填寫一級機關首長核定日）

目的：赴日本參加山中湖國際青少年軟式網球錦標賽，希望透過國際賽事讓孩子走出國內熟悉的訓練環境及比賽環境，與不同國家的選手進行交流與競賽，累積寶貴的比賽經驗，除了提升學生的技術、戰術、臨場應變能力外，也希望透過此次團體參賽與共同生活的過程，培養孩子的團隊合作、責任感、獨立自主及尊重他人的態度，將比賽中所見所學轉化為進步的動力，也讓孩子透過此次日本比賽拓展運動視野，留下難忘具有教育意義的學習經驗。

過程：本次參加的賽事分為團體賽及個人賽，年齡限制為國中、小的選手，除了學校代表隊參加外也有日本許多俱樂部球隊報名參賽，因此參賽選手的年齡、訓練背景、比賽經驗相當多元本次團體賽前兩天進行小組預賽，最終以預賽全勝、分組第一名的成績取得淘汰賽種子資格，為後續賽程建立良好的信心。

進入淘汰賽後，八強賽遇到來自神奈川的赤羽根中学校，對手皆為國中的選手，在比賽經驗及場上應變方面相對成熟，我們這次派出的選手為五年級、即將升上六年級的孩子，因此這場比賽對孩子而言是相當大的挑戰，比賽過程中，我方先以局數1：3落後，但孩子們沒有因為落後而放棄，而是持續調整比賽節奏與戰術，一分一分追趕，最後成功將比賽逼入搶七，搶七過程中雙方比分持續拉鋸，最終以4：7惜敗，止步團體賽八強。個人雙打賽部分，共報名3組男生雙打、1組女生雙打，皆順利晉級16強；但在爭奪8強的比賽中，對戰台灣後壁國中的學長姐，雖然孩子們努力應戰，但最終未能晉級，透過與年紀較大的選手交手，也讓孩子們看見自己在技術、經驗及臨場應變上的不足。

此次比賽雖然未能取得更好的成績，但從團體賽預賽全勝、分組第一，到團體八強及個人雙打16強，孩子們在面對不同對手及壓力時，這些比賽經驗對即將升上六年級的孩子而言，是非常寶貴的成長與學習，也更加清楚未來訓練需要持續努力的方向。

心得：此次帶領學生赴日本參加比賽，對孩子而言是一次難得的國際交流與學習經驗，透過走出國內熟悉的訓練及比賽環境，孩子有機會與不同國家的選手同場競賽，感受不同的比賽節奏、技術風格與訓練方式，也讓孩子更加了解自身的優勢與不足，雖然最終成績不如預期，部分孩子在正式比賽中受到緊張情緒影響，臨場表現未能發揮平時訓練的水準，在比賽節奏掌握、戰術運用及臨場應變方面仍有進步空間，但也正因為這次經驗，讓孩子實際體會到「平時練得好」與「比賽中能發揮」是不同的課題，更明白心理素質、臨場判斷及

比賽經驗的重要性，除了球場上的收穫外，這次共同出國、參賽及生活的過程，也讓孩子學習到團隊合作、彼此照顧、獨立自主與態度的重要性。

對教練而言，此次比賽也是一次重要的學習與反思，透過實際參與國際賽事，更清楚看見孩子目前的能力與不足，未來將針對臨場應變、心理素質、戰術執行及比賽經驗加強訓練，將此次比賽中所見、所學轉化為後續訓練的方向，雖然這次沒有取得預期的成績，但比起一時的輸贏，更重要的是孩子從比賽中看見自己的不足，願意面對問題並持續進步，期盼透過一次次「以賽代訓、以賽促成長」，累積經驗、磨練態度，讓孩子在下一次站上國際賽場時，能更加沉著、自信，也能用更好的表現回應這次珍貴的學習經驗。

建議：

1. 增加帶隊教練人力配置：本次比賽因本校僅有一名代理專任運動教練，且比賽場地較為分散，教練無法即時兼顧各場地之賽事，建議未來賽事可適度增加帶隊教練人力，以維持比賽期間學生之指導與安全照顧。
2. 強化賽事醫療防護措施：國小學生參賽過程中偶有擦傷、碰撞等外傷情形，建議賽事現場增加醫護人員或設置固定醫療防護站，以利學生受傷時能獲得即時處理與包紮。
3. 適度增加移地訓練時間：考量比賽期間可能受到天候及場地環境等因素影響，建議未來賽事前適度增加移地訓練時間，讓選手提前熟悉比賽場地及環境，確保他們在賽事期間能有良好的表現和心理狀態。