

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

出國報告名稱：2015年第一屆國際 Diana Dream Cup 韻律體操邀請賽	
含附件： <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
出國計畫主辦機關：臺中市立東山高級中學	
聯絡人：龔妍芝 電話：04-24360166	
出國人員姓名/服務機關/單位/職稱	
龔妍芝/臺中市立東山高級中學/學務處/體育教師兼校隊教練	
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 checked="" type="checkbox"/> 比賽 <input type="checkbox"/> 擔任裁判 <input type="checkbox"/> 海外檢測 <input type="checkbox"/> _____	
出國期間：104年3月31日至104年4月4日	出國地區：日本
報告日期：104年4月24日(填寫一級機關首長核定日)	

目的

- 一、作為104年全國中等學校運動會之賽前訓練及賽前賽
- 二、提升學生競技水準及技術能力。
- 三、增進國際視野促進學生國際交流活動。

過程

本次賽事活動由筑波市Diana韻律體操委會所舉辦，邀請參加單位以日本國內選手為主，國外隊伍僅邀請我團，而我團此次參賽最主要的目的是作為這個月的全國中等學校運動會的熱身賽，一方面驗收練習的成果，另一方面則作為賽前缺失的改進。代表團員於104年3月31日上午由桃園機場出發，到成田機場後，再搭巴士至筑波市日本時間下午6:00入住橫濱 Hotel，準備隔天的賽前練習。第二天上午參與大會安排的各隊單獨賽前練習，讓選手們開始調整適應比賽場內的環境、燈光、場地及高度的空間感，第三天上午9:30舉行開幕，9:50開始個人項目各組別的比赛，由於抽籤的關係我隊選手落在不同組別，加上練習場又分為第一練習場及第二練場才副場然後主場比賽，因此二位教練有些分身乏術，不過還好我們選手大部分都能如期表現，晚上6:30接著團體的第一個項目的比賽。第四天上午進入個人的後二個項目。最後為團體的第二個項目。由於此次參賽的選手人數雖多但素質水準與我國內較類似，作為熱身賽再適合不過了，因此選手大致上表現都還算不錯，期待能多給一些這樣的經驗與刺激，相信應該會愈來愈進步的。賽事於104年4月3日結束，並舉行閉幕頒獎典禮，隔日休息一天，藉機帶選手去手具器材的專賣店逛逛挑選個人需要的手具，第六天凌晨便搭巴士至羽田機場搭機返回臺灣。

心得

本次參賽的十五位選手，皆是這個月準備參加全中運的選手，國中隊部分因個人隊員與團體隊員是沒有重疊，較能專心準備，顯然在各方面較趨於成熟，而高中隊則較為辛苦，因團體項目6位選手，其中的4位必須兼練個人項目，而大部分練習重心皆在練習團體，因此個人項目較不穩定，成套的熟練性需再加強。另外在心理素質上與比賽中的抗壓性，要再自我學習、並多加強，也希望藉此比賽選手們可以從中學習到各方面的經驗，也相信這次的參與必定給選手帶來更大的收穫，希望在明年的全中運及未來的賽事能有更好的表現並獲得佳績。

建議

本次比賽發現團體項目方面的成績持續與世界接軌，未來，將培訓目標放在團體項目而不只發展個人項目，相信未來必能有優異的成績希望體育署及中華民國體操協會能多給予團體項目選手們機會參加國際韻律體操賽事。