

出國報告名稱：臺中市立雙十國民中學女子排球隊日本新潟市邀請賽	
含附件： <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
出國計畫主辦機關：臺中市立雙十國民中學	
聯絡人：黃國壽 電話：04-22334445-721	
出國人員姓名/服務機關/單位/職稱 林百脩/雙十國中/校長 王志華/雙十國中/總務主任 吳彥青/雙十國中/學務主任 黃國壽/雙十國中/資料組長	
出國類別：其他 <input type="checkbox"/> 出席國際會議 <input type="checkbox"/> 業務接洽 <input type="checkbox"/> 表演 <input checked="" type="checkbox"/> 比賽 <input type="checkbox"/> 競技 <input type="checkbox"/> 洽展 <input type="checkbox"/> 海外檢測 <input type="checkbox"/> _____	
出國期間：104 年 8 月16日 至104 年 8 月22 日	出國地區：日本新潟
報告日期：104.09.09	
內容摘要：(500字以上)	
[內容應包含目的、過程、心得、建議。(各機關可依需要自行增加項目)]	
目的：促進國際體育交流	
過程：8/17：上午參觀新潟市立下山中學，下午進行交流賽 8/18：上午進行交流賽，下午參觀米菓發源地。 8/19：參觀日本沿海最大規模的水族館，前往東京 8/20：讓選手放鬆，獎勵選手練球辛苦，享受歡樂時光（迪士尼）。 8/21：參訪歷史文物及文教設施。 8/22：帶著豐富的交流經驗和技術，帶著開心的心情回程。	
心得：此次交流賽共7天，在這次交流賽中，發現對方平均身高不高，但是攻擊力強，防守好，多次的快攻、殺球，都無法得分。也讓我們的孩子見識到，不到最後一刻不放棄。身高也不是選手為一的條件，只要肯努力不怕吃苦，還是可以有自己的一片天，在技術、體能上，發現我們還有再努力的空間。在生活教育方面，孩子每個有禮貌，在球具上的擺設整齊，教練說話立正站好，眼睛注視教練，將教練交代的戰術徹底執行。大人說話，孩子從眼前走過必定低著頭，這些生活教育，也是我們孩子平時該學習的地方。這是一個很棒的體育交流一個很棒的學習之旅。不論球技、精神、態度、禮貌，都有非常不同的體驗，更是帶給孩子們有意義的經驗，也希望我們藉由這次的體育交流，我們的成績會更上一層，也能培育更多的國家人才，為國爭光。	
建議：增加學生比賽韌性，發現學生體能、技術不足之處。補強選手不足之處的訓練，增強體能及技術上的磨練，多觀摩國際賽或影片。	