

公務出國或赴大陸地區報告（出國類別：參訪）

2015 中學績優運動教練赴大陸訪問報告

服務機關：臺中市立西苑高中

姓名職稱：婁自德/教師

派赴國家：中國福建

出國期間：104/10/14~20

報告日期：104. 11. 20

目錄

壹、摘要.....	1
貳、出國人員名單.....	2
參、目的.....	3
肆、過程.....	4
伍、心得.....	7
陸、建議.....	8

壹、摘要

台灣與大陸因行政體制不同，大陸在國際體壇已經是世界的體育大國，來參訪福州市鼓樓青少年校外體育活動中心，大陸體育有「學校體育」與「體校體育」在這兩種不同的體制環境下，易產生學校體育教練專業不足及訓練環境不佳，而體校體育易造成學生課業知識水準低落，影響未來選手就業發展。

為增進兩岸績優運動學校教練專業交流，提升我國體育運動訓練績效參訪福州市鼓樓區青少年校外體育活動中心、福州一中、奧體中心、福建師範大學訓練場館及訓練方式，讓教練選手有機會共同學習與訓練打開國際視野，提升教練的專業知能，創造優質環境精進訓練效能，讓我國體育運動單項能深根基層運動。

貳、出國人員名單

	姓名	職務	服務單位	備註
1	廖德泰	團長	高級中學體育總會	副秘書長
2	蔡惠如	顧問	教育部體育署學校體育組	科長
3	翁子惠	顧問	教育部體育署學校體育組	助理研究員
4	鄭孟軒	秘書	高級中學體育總會	國際組組員
5	楊廣銓	團員	臺北市立和平國中	體育教師
6	朱盛豐	團員	新竹縣立湖口高中	專任教練
7	林志杰	團員	花蓮縣立宜昌國中	專任教練
8	李峰銘	團員	臺東縣立新生國中	體育教師
9	許文玲	團員	新竹縣立湖口高中	體育教師
10	邱淑敏	團員	新竹縣立竹北國中	體育教師
11	范姜婉如	團員	私立治平高中	體育教師
12	婁自德	團員	臺中市立西苑高中	專任教練
13	王明松	團員	新北市立泰山高中	體育教師

參、目的

學校體育在台灣體育運動發展中，扮演著培育與傳承的重要推手，此次高中體育總會特別重視，因此特別從全國中等學校運動會中甄選出，田徑、射箭、跆拳道三個項目共十位績優教練，給予參訪機會期望能藉由兩岸的交流，能讓教練選手有機會共同學習與訓練打開國際視野，提升教練的專業知能，創造優質環境精進訓練效能，讓我國體育運動單項能深根基層運動，讓我國未來能創造更多優秀教練及傑出世界級運動員，讓世界看見台灣，看見更多體壇台灣之光。

肆、過程

一、福州市鼓樓區青少年校外體育活動中心（參訪與座談）

台灣與大陸因行政體制不同，大陸在國際體壇已經是世界的體育大國，來參訪福州市鼓樓青少年校外體育活動中心，其實跟我國的救國團有些類似但性質不同，大陸體育有「學校體育」與「體校體育」在這兩種不同的體制環境下，易產生學校體育教練專業不足及訓練環境不佳，而體校體育易造成學生課業知識水準低落，影響未來選手就業發展。

福州市鼓樓青少年校外體育活動中心，就是在這種理念下所發展第三種體制中心，以利於實現與體育學校資源共享，提高管理能力與節省管理行政費，改善學校訓練條件和訓練環境，彌補學校體育教學和訓練場所不足，實現教育體育一體化，福州市鼓樓青少年校外體育活動中心，目前的任務是利用學生課餘時間加強各單項訓練，採不收費方式實施，中心設施在假日及寒暑假辦理各項運動的育苗工作，該中心只針對青少年開放，其他年齡層則不提供，目前有推展的項目有游泳、籃球、足球、羽毛球、田徑、乒乓球、圍棋、擊劍、跆拳道等項目，以游泳項目最具成效。

二、福州一中（參訪與座談）

學生青少年在現今的升學主義掛帥下，台灣和大陸都面臨相同的課題，選手訓練如何兼顧學業，在福州一中參訪時，事逢福州一中的校際

運動會，讓我們訝異的是他們的運動會是持續兩天的賽事，內容包含田徑中的擲部項目，在參訪運動設施時，我們可以感受到福中一中學生所展現的旺盛強烈求知慾與對未來，所帶來的實力與競爭力，此點是我對台灣學生，現今的學習態度深感憂的地方，在座談會中，我們請教福中一中教練，如何能讓選手在不影響學業的前提下，能兼顧學業呢？他們回答兩個重點；第一要讓學生能喜歡上自己的運動團隊，如此選手才會有團隊向心力，因而能激發出選手積極主動的學習態度，達到事半功倍的訓練效果，如果學生學業退步教練會停止他的訓練，如此一來選手反而更努力學習，深怕不能跟團隊一起訓練呢？

第二點教練必先準備完整妥善訓練內容處方，當選手自覺成績有進步與突破時，選手會看到希望自然增強，信心也會跟著提升，即使訓練強度提高，選手在心裡也會感到甘之如飴訓練不怕苦，此點也是現今台灣在訓練選手時，教練總是感覺現代的選手，比較不能吃苦嚴訓，我們是否有時常檢視自己，所開的訓練處方內容是否適當呢？在福州一中他們的體育是除了必修的課程，也可自由選課達到專項專精的學習效果，例如選修籃球他可以一直選籃球精進的課程，另外也發現體育成績優異的選手，在課業部份很多是班上佼佼者，它們體育課程中也特別重視身體的鍛鍊，如引體向上拉單槓的項目，他們主張身體強健才能為國家做事。

三、 奧體中心、福建師範大學（參訪）

此次參訪過程中，適逢福州舉辦第一屆青年運動會，因此也順道參觀他們的選手村及相關的場地設施與環境，其中也看到選手村的完善規劃及賽後選手村，如何變成自用住宅的建設規劃與銷售策略，達到雙贏的局面，值得學習以及新場館在規畫建造時，是如何將科技、藝術、創新、環保元素等主軸融合，打造出一個結合社區的發展，呈現出有健康活力的運動新市鎮。

伍、心得

福建師範大學建地廣闊全校約三萬多人，青年運動會也以該校做為足球的比賽場地，場地設備完善擁有四座足球場兩面人工草皮，兩面種植草皮，在比賽場地處處可看到冠名贊助廠商，這也是一項很值得推薦的運動行銷策略，在此次的參訪中也看到，福建師範大學有一座新的場館啟用，同時進行蹦床的比賽，他們也正苦思，當賽事結束後，該場館應如何維持運作營運而傷腦筋呢？福建師範大學場館也處處看到口號寫著，每天鍛鍊一小時，健康工作五十年，幸福生活一輩子，這句口號個人覺得還蠻貼切實用。

陸、建議

本市體育場館的建設建議可運用企業冠名的方式進行經費招募，除了提升企業形象，也達到政府募款的目的，讓我們運動場地有進一步的改善，提升運動競技的能力，為本市爭取榮耀。