

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：2019東亞青少年運動會-日本體育文化交流賽	
含附件： <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
出國計畫主辦機關：雙十國中 聯絡人：王玲芳 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 鄭清俊/雙十國中/教務主任 王玲芳/雙十國中/體育組長	
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：106年 08月04 日至106 年08月 13日	出國地區： 日本大阪
報告日期：106年 08月25日	
目的： 國際體育交流，增進選手運動能力，增強選手國際賽事抗壓性，學習異國選手學習態度和精神。	
過程： 8/5~8/7：日本大阪仰星中學邀請13所大阪地區學校與我們進行球技交流，這13所學校中每所學校的選手都有自己的特色，其中仰星中學熱身操，是以遊戲代替原地的手、腳、頭部運動暖身，這中間已經將魚躍前撲的動作，及保護動作做的非常確實。新北野中學是全大阪四百多所學校中拿到第3名的學校。第一局雙十對上新北野，剛開始孩子們有點放不開，後來漸入佳境。雖然沒有拿下這場勝利，但是經過調整調適，果然第二局奪回了勝利。接下來的幾天，完成了13所交叉循環交流賽。8/6晚上選手夜宿仰星中學校舍，晚上仰星教練教選手們裁判法，如何在場上執行裁判工作，這也是選手另一個學習。8/11前往名古屋拜訪香流中學，香流中學是屬於公立學校，設備也比較老舊。香流中學邀請了御田中學校（這所學校是拿到名古屋第一名）進行交流。我們經過前幾天的交流磨練對上這兩所學校，選手的表現進步多了。連續拿下3局的勝利。	
心得： 日本教練對選手的每個動作要求的非常嚴格，1次做不好，做100.1000.次，達到教練的要求得為止。日本選手的基本動作，非常的紮實，移動移位非常的敏捷快速。台灣選手共同的毛病是怕累怕苦，常常重心太高。一顆球過來，來不及移動移位。日本國中階段的孩子都屬嬌小，但是球不落地，他們永不放棄的精神是我們要學習的地方。	
建議： 選手場上的經驗是靠多場的交流以賽，和吸取別人的經驗。希望能讓選手多吸收不同文化運動及精神。讓選手在場上，尤其是奪冠戰，增強抗壓性。拿下好成績為國增光。	