

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：2017年世界青少年角力錦標賽 | |
| 含附件： <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 | |
| 出國計畫主辦機關：臺中市立后里國民中學 | |
| 聯絡人：張修維 電話：04-25562409 | |
| 出國人員姓名/服務機關/單位/職稱 | |
| 1. 張修維/臺中市立后里國民中學/專任運動教練 | |
| 2. 陳瑞賢/臺中市立后綜高級中學/專任運動教練 | |
| 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：106年9月3日 至 106年9月12日 | 出國地區： 希臘雅典 |
| 報告日期：106年10月5日 | |
| 目的： 臺中市獲選參加「2017年世界青少年角力錦標賽」共2名教練及2位選手，因為在國內已經有相當多的比賽經驗，也奠定了相當的成績，為了使選手、教練獲得不同的比賽經驗和觀念，使選手角力技術能夠更上一層樓，因此，藉由這次雅典舉辦的「2017年世界青少年角力錦標賽」，希望選手能藉著國際性的比賽吸取國外的角力技術及訓練模式，也能開拓國際視野，提昇語文能力並與國際接軌。 | |
| 過程： 此次帶領選手出國比賽，大部分都是15-17歲的選手，並由2017年亞洲青少年選手中挑選有奪牌機會選手參賽，經過一個月長期與大學生集訓，因此除了在體能上進步之外技術層面也非常成熟，這次比賽中我國選手與對手透過不同的語言、肢體動作，交流訓練方法、技術，不僅能讓學生吸取國外的比賽經驗，也能開拓國際視野，增加國際交流，提昇語文能力及角力技術，各國教練互相交流帶隊心得及訓練方法，藉由交流充實增進教練的帶隊訓練技巧及了解各國推展角力的方式。此次，到希臘參賽，發現各國對於角力這項運動非常的重視以及支持，發展屬於自己角力特色與訓練模式。 9/3、9/4：選手已將身體狀況調整至最佳狀態並用愉悅的心情出發至希臘-雅典比賽，先到杜拜轉機，才到達目的地，並完成報到手續。 9/5：早上至比賽會場熱身適應場地，將身體調整最佳狀態，下午女子角力49、65公斤抽籤。 9/6：女子角力49、65公斤完成過磅後二小時後立即比賽，選手在最短時間內將身體回復最佳狀態並用積極態度的心態面對比賽，下午女子角力70公斤抽籤。 9/7：女子角力70公斤過磅與比賽，本次使用新規則過磅，選手有點不適應發生抽筋現象，但是經過防護員處理後並補充適當的營養品，將身體調整充滿鬥志面對比賽。 | |

9/8：男子自由式 54、63 公斤抽籤，並進行女子冠亞軍賽，各國競爭激烈，永不放棄拼鬥的心情深植在選手心中。

9/9：男子自由式 54、63 公斤過磅與比賽，過程中選手發揮潛力，與他國激烈的攻防，雖然落敗但是選手皆能將自我能力發揮至最大。

9/10：無臺灣選手出賽，但是一樣到比賽場地觀看各國賽前熱身方式，並與各國做技術切磋交流，提升自我能力。

9/11、9/12：返國，選手與各國選手技術交流受益良多，返國後將繼續努力並為下一次比賽做準備，目標能站上國際舞台。

心得：

本次比賽，我國共派出 5 位選手參加 2017 世界青少年角力錦標賽，女子 3 位、男子 2 位，此次代表隊選手成績並未達預期，因本次預計前五名，女子選手方面派出三位選手，分別是 49 公斤、65 公斤、70 公斤選手，在上半場皆能與他國抗衡，但下半場開始對手技術變化多，動作轉換快速，我國技術細節處理不佳，選手明顯經驗不足，導致落敗。此次比賽男子自由式選手身體強度皆能與對手抗衡，並且在比賽過程中能獲取分數，但動作細節上處理不夠完整，導致對手能逃脫，無法獲得更多分數，導致時間到的狀態下以分數差距落敗。

這次比賽大會採用新的過磅方式，當天過磅並且在 2 小時候比賽，選手無法適應，導致在比賽中產生抽筋的現象，無法發揮平時的水準，所以比賽體重控制好壞，也是影響比賽勝負的關鍵之一，選手技術不足的部分，希望未來協會能聘請外籍教練，多辦理統整性的教練訓練營，提升基層教練的能力以及規劃各選手時期的訓練模式，相信這對於未來在賽前集訓上一定會有不一樣的提升效果，每一次的比賽都是經驗的累積，希望大家都能藉由成功或者失敗的經驗來增進自我能力，成績也會更上層樓。

建議：

一、希望能多參加國際性比賽，讓選手了解最新比賽規則與訊息，讓選手從小可以培養國際觀與專業技巧，期盼未來能為國家在亞奧運國際賽會中奪得獎牌。

二、返國後能將最新規則與技術分享給各個學校。