

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：臺中市西屯國小足球隊馬來西亞移地訓練(新南向)	
含附件： <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
出國計畫主辦機關：教育部體育署	
聯絡人：蔡曜駿 電話：04-27013534#710	
出國人員姓名/服務機關/單位/職稱	
1. 蔡曜駿/臺中市西屯區西屯國民小學/教務處/註冊組長	
2. 許富皓/臺中市西屯區西屯國民小學/教務處/體育教師兼足球隊教練	
3. 廖翊筌/臺中市西屯區西屯國民小學/學務處/足球隊教練	
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 type="checkbox"/> 比賽 <input type="checkbox"/> 擔任裁判 <input type="checkbox"/> 海外檢測 <input checked="" type="checkbox"/> 移地訓練	
出國期間：108年8月12日至108年8月18日	出國地區：馬來西亞
報告日期：108年9月27日(填寫一級機關首長核定日)	
目的：本次移地訓練是配合政府所推動的南向計畫政策，希望國人多與這些南向國家互動與認識，本校受到亞洲足球聯盟(AFC)前秘書長的邀請，故規劃前往馬來西亞接受訓練。	
過程：第一天(8月12日)搭機前往馬來西亞。	
第二天(8月13日)此次本校被安排到當地著名且擁有百年歷史的皇家雪蘭兒俱樂部接受訓練，他們派出了兩位資深教練指導西屯國小的學生們，教練們為了瞭解與測試學生們的實力與技術，帶了很多不同方式的活動與練習，再加上當地氣候非常炎熱，所以學生都感到相當疲憊，在旁觀摩與協助的我國教練，也都從中學習各種訓練方式，就這樣在各種遊戲與測試的過程中結束了上午的訓練。到了下午，皇家雪蘭兒俱樂部的教練，則是規劃與他們所培訓的學生進行一場友誼賽，第一次的對抗賽，學生們都很緊張與期待，果然對方的實力也不差，比賽過程中，你來我往，攻防互不相讓，我方有好幾次的小組配合進攻，都能有效得分，同時也都獲得對方教練的拍手肯定，雖然最後我方些微落敗，但是造成對手不少壓力。	
第三天(8月13日)經過昨天的測試與觀察，教練們很快地將學生進行分組，針對昨天所做的觀察進行基本動作的要求，在訓練的過程中，雖然訓練內容兩組不太一樣，但都一直要求學生速度要快，每一趟的練習都要全速的衝刺，不要保留體力與速度，所以學生就在這樣不斷被要求速度中完成上午的訓練；到了下午，則是規劃與當地的華語學校進行足球交流，當我們依約定抵達現場時，現場有鄰近的三所華語學校的足球隊，約有近兩百位(親師生)歡迎我們，令我們感到相當驚訝，經過簡短的集合說明與當地學校的校長與會長致詞後，即展開交流活動，此次的交流，將我們的學生整個打散，分別規劃在各個教練所帶領的足球分站，用各種不同方式的足球遊戲與對抗賽與他們互動交流，讓我們學生玩得不亦	

樂乎，留下深刻的印象。

第四天(8月15日)今天所帶的訓練內容則是加強帶球射門技巧與守門員專項訓練，教練運用各種器材的輔助，訓練學生盤帶球的能力及要求學生射門的強度，不斷指導與糾正學生射門的動作，盡量提升學生射門的球速與力道，以強化我們攻擊上的威脅，教練順便藉此訓練守門員判斷來球方向與防守觀念，最後再集合說明與示範整個動作細節與常見的錯誤動作；到了下午，將再次與皇家雪蘭兒俱樂部培訓的學生進行第二場友誼賽，可能是第一場造成他們很大的威脅，所以這次對方很明顯地出動更多的學生到場作戰，而我們也沒有怯戰，全部的學生都很享受這樣的對抗賽，場下也會互相討論與分析彼此的表現，場上也更放得開的去表現，賽後也都能大方和對手互動與拍照，不論對戰結果如何，我想學生能大方與大膽的與對方互動，運用簡單的英語跟他們溝通，這是一個很棒的進步與突破。

第五天(8月16日)上午是由當地的拿督，也是曾任亞洲足球聯盟(AFC, FIFA在亞洲足球的最高指導單位)的葉秘書長，親自指導我們的學生，過去葉秘書長只會被安排指導各國派出的菁英教練，不曾指導年齡這麼低的學生，所以我們都感到這是一個非常非常難得的機會，因此特別的興奮，葉秘書長在指導的過程中，都是利用各種最基本的練習方式不斷要求學生很細節的技巧與機會的判斷，這是職業級選手要求的標準與訓練模式，葉秘書長也都不吝嗇地傳授於我們，教練也都收益良多，我們就在這樣戒慎恐懼的態度下結束了訓練；下午的規劃則是參訪亞洲足球聯盟(AFC)的總部，這也不是一般人可以申請到的行程，也是透過葉秘書長的居中幫忙，才獲得同意並安排導覽人員為我們解說，總部內的擺設意義與各項獎杯的歷史意義，參訪過程中，處處都感到高規格的對待。

第六天(8月17日)進行一天的城市遊覽，參觀當地著名的景點與嘗試當地美食。

第七天(8月18日)搭飛機回到臺灣，結束七天六夜的移地訓練活動。

心得：本次的移地訓練規劃，訓練上在不同的教練指導下，學生們雖聽不懂語言，但都能盡力配合當地教練的要求與指導，亦能很快進入狀況，是一次很棒的經驗，值得鼓勵與肯定。在比賽上，透過兩場的友誼賽，學生更能大膽去和對手做身體的對抗，是一個很大的突破，並且透過訓練，學生在小組配合的創意上更敢嘗試各種變化，打法上更為靈活。

建議：本次各項規劃都相當滿意，只是住宿地點與環境略為不佳，因當初在規劃上想節省費用，故選擇了YMCA青年旅館，結果不像照片那樣簡單舒適，而是衛浴、廁所共用，這是在本次規劃上需改進之處。