

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：2023 年第三屆沙灘木球世界盃錦標賽	
含附件： <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
出國計畫主辦機關：臺中市立新社高級中學	
聯絡人：張淑婷 電話：04-25812116	
出國人員姓名/服務機關/單位/職稱	
張淑婷/臺中市立新社高中/教務處/木球教練(代理教師)	
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：112 年 7 月 26 日 至 112 年 7 月 31 日	出國地區：馬來西亞
報告日期：112 年 9 月 19 日 (填寫一級機關首長核定日)	
<p>目的：獲選為「2023 年第三屆沙灘木球世界盃錦標賽」青少年組代表隊教練及代表隊，代表中華隊前往馬來西亞參賽，藉由這次的比賽擴展國際視野，吸取比賽經驗與技術，提升木球運動實力。</p> <p>過程：第一天搭機及搭遊覽車前往比賽地點De Rhu Beach Resort，已是半夜。隔天早上 8：00 準時練習適應場地，場地分為A、B兩場，會因天氣、氣溫、地形而改變球的路徑，因此熟悉場地對於選手格外重要。另此次沙灘木球賽制，有別於國內賽制一輪 12 道，減少了 6 道，僅有 6 道，每一桿每一球都顯得十分重要，需要克服阻力與變化多端的地形。在球道賽的激戰中，沙灘 6 道PK更極為高壓，稍微不注意或一個小失誤就會造成比賽的缺憾，也會因為抽籤籤運影響局勢。</p> <p>女雙球道賽，第一場比賽就遇到強手冠軍泰國隊，競爭激烈下，因地形變化控制力道缺失與經驗判斷不足下，以一道之差吞下敗戰。男雙球道賽第一輪順利過關打下地主隊，接下來的賽事面對穩定應戰的肯亞對手，因兩人默契失衡，無法在比賽中放開打出水準，在失誤率比對手多的情況下輸掉比賽，以第五名的成績飲恨結束比賽。</p> <p>女子組團體球道賽，四人分為三點對抗，需贏得兩點才能晉級，對戰沉穩細心的香港隊，雙方打得很激烈，第二點雙打組一來一往中誰也不肯讓步，進入到PK賽第三道比的是心理抗壓與自我突破，開球動作順暢完美，修正力道控制適中，第二點順利拿下取得勝利，但第一點因動作失誤無法在比賽中找到信心而輸掉比賽，第三點選手更為可惜，在PK賽中最後一桿被對手逆轉，以 6 公尺攻門攻進飲恨，無法進入冠亞軍賽，獲得第三名成績。</p> <p>心得：初次出國比賽的選手收穫豐碩，從比賽中了解當地文化、開拓國際視野，提升語文並與國際接軌，與國外選手互動交流下更了解語文能力的重要性。另外在比賽中也獲得許多實戰經驗，從中觀察學習各國選手的表現，如何從細節中求勝、沉穩應戰、判斷攻守，尤其是心理抗壓這部份需要克服恐懼突破自我障礙才能在比賽中發揮。</p> <p>透過比賽才能了解自己的不足，比賽前選手分佈於各縣市，未有任何的集訓，從雙打配對與實際比賽都需要兩人互相溝通與包容，中華隊僅能把握在開賽前的練習取得默契。沙灘比賽中的場地變化多端阻力也相對大，需要透過大量的練習與細心的判斷取得經驗，礙於現實考量因素，選手平日只能在草皮練習維持狀態，透過一年一次的沙灘選拔賽取得</p>	

經驗、把握開賽前的練習熟悉場地，對於初次比賽的選手能有如此表現，值得嘉許，未來若能提早規劃集訓練習在世界盃沙灘賽事中，有助於提升表現。

建議：初次參賽的選手年齡較輕，有別於泰國職業隊、香港隊大部份都是身經百戰擁有多場國際賽事的歷練，建議加強青少年培訓計畫給予相關補助，以利比賽之發揮。