

「教育部體育署補助中小學原住民族學生體育運動發展經費計畫」

執行成果報告書

大鳥國小
原住民族體育運動發展成果報告書

補助單位：教育部體育署

學校名稱：臺東縣大武鄉大鳥國民小學

計畫執行人員：宋亭芄

聯絡方式：089-791530分機25

中華民國 112年11月15日

一、依據：

112年教育部體育署補助種小學原住民族學生體育運動發展經費計畫。

二、計畫內容：

項目	內容	
(一)計畫名稱	112年教育部體育署補助中小學原住民族學生體育運動發展經費計畫	
(二)計畫申請項目	足球	
(二)計畫目標	1. 提倡原住民族學生足球運動風氣，鍛鍊強健體魄。 2. 培養原住民族體育人才，並往下扎根。 3. 配合學校彈性課程，發展學校體育特色。 4. 發掘具有運動潛能之原住民族學生，加以有計畫、規律及安全性的運動道德觀念。	
(三)辦理單位	指導單位	教育部體育署
	執行單位	臺東縣大武鄉大鳥國民小學
(四)執行單位聯絡資訊	地址	臺東縣大武鄉大鳥村一鄰12號
	電話	089-791530
	傳真	089-792083
(五)計畫內容略述	執行內容 1. 訓練時間以不妨礙學校整體教學課程為主要原則。 2. 長期觀察學生的訓練學習狀況，並顧及學生的其他學習課程。 3. 三至六年級球員參加訓練以學生興趣及意願為主，並徵得家長同意 4. 透過比賽增加選手實戰經驗。 5. 加強學生生活衛生習慣的養成、互助合作的團隊精神，建立榮譽感 6. 培養學生寒、暑假期間規律且健康的生活習慣。 執行方式 1. 實際操作技能學習 2. 影片觀摩教學 3. 他校友誼賽 4. 參加校外比賽	
(六)經費使用	核定金額	258,500元。
	實際支出額	258,500元。

一、實施內容

- (一)訓練時間以不妨礙學校整體教學課程為主要原則。
- (二)長期觀察學生的訓練學習狀況，並顧及學生的學習課程。
- (三)三至六年級球員參加訓練以學生興趣及意願為主，並徵得家長同意後參加訓練。
- (四)透過比賽增加選手實戰經驗。
- (五)加強學生生活衛生習慣的養成、互助合作的團隊精神，建立榮譽感。
- (六)培養學生寒、暑假期間規律且健康的生活習慣，並透過課業輔導，使學生於寒暑假期間仍有規律作息。

二、經費使用情況

總支出經費258,500元整，以下所列為支出細項：

- (一)膳食費：11,760元
- (二)選手營養費：18,000元
- (三)消耗性訓練器材裝備費：91,380元
- (四)參賽旅運費：
 - 1. 住宿費：28,000元
 - 2. 膳食費：11,200元
- (五)交通費：30,000元
- (六)非正式課程期間課業輔導費：48,000元
- (七)教練鐘點費：20,160元

三、成果與效益

(一)奠定基層，培育原住民族優秀體育人才

藉由足球運動，鍛鍊其體魄，養成良好的運動習慣，並發展守紀與健康的人際關係。

並藉由球隊活動，挖掘具潛能支原住民族學生。

(二)提升學生凝聚力與培養領導力

透過定期參加比賽及與他校學校進行友誼賽交流訓練，儲備學生專項能力之外，同時也能提高學生對於團隊的凝聚力，以增加比賽經驗並期望參加全國賽，並尋求佳績。

(三)落實教育資源公平

輔導家庭功能不彰之學生的學習態度，依個別、群體學習問題給予指導外，並藉足球課程給予情感及學習動機的支持，促使其由自我肯定，獲得尊榮與自信。

(四)種植關懷，落實教育愛

協助家境特殊亟需關懷之弱勢學生與家庭，以團隊活動使孩童的精神高尚，增進其

創造力。更藉由體育足球活動，培養其守紀、良善之價值觀。

四、自評與建議

本校為排灣族學校，學校的孩子們擁有上天賦予的運動能力以及樂觀開朗的態度。藉由學校的足球隊，凝聚孩子們的向心力及同儕間的良性互動，培養孩子規律的團體生活及團隊互動能力，讓孩子的課後時間能有個安全且穩定的團體生活，同時球隊也很重視孩子的課業學習，除了平時的作業輔導，在寒暑假期間也有安排課業指導，並在在每次的段考前，安排密集式的學習營加強，藉由球隊的約束規範，使孩子更有動機自我突破。

透過規律的球隊作息及紀律，球隊的孩子們擁有良好的態度品格，並協助照顧家境特殊亟需關懷之弱勢學生與家庭之需求。

五、相關附件(如實施進度表、課程表、成員名冊、活動照片)

(一)實施進度表

時間 事項	一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月	八月	九月	十月	十一月	十二月
準備期												
鍛鍊期												
比賽期												
過渡期												

(二)足球隊成員名冊

序號	姓名	性別	族別
1			排灣族
2			排灣族
3			排灣族
4			排灣族
5			排灣族
6			排灣族
7			排灣族
8			排灣族
9			排灣族

10		排灣族
11		排灣族
12		排灣族
13		排灣族
14		阿美族
15		排灣族
16		排灣族
17		排灣族
18		排灣族
19		泰雅族
20		排灣族
21		排灣族
22		排灣族
23		排灣族
24		排灣族

(三)課程內容

112年度(上半年)	
週次	訓練內容
一	1. 左、右腳內、外側撥停球 2. 左、右腳底拉球、停球
二	1. 假動作練習(靜態) 2. 假動作:左、右腳內、外側撥、停1球
三	1. 假動作:左右腳底拉球停球 2. 一對一做各種動作過人, 另人做防守
四	1. 自拋停球腳內、外側腳底、大腿、腳背 2. 1人拋球, 1人做腳內/外側/腳底/腳背/大腿停球(2人)
五	1. 一人做各種停球動作, 一人搶球 2. 一人做同內側傳球(一腳球)
六	1. 保齡射門比賽(分2組)、2人做自拋腳背踢球 2. 接力運球練習(抬頭)、接力盤球內、外側(抬頭、叫球)
七	1. 接力腳內側傳、停球 2. 三角傳球/原地/跑位/一腳球
八	1. 四角傳球/原地/跑位/交叉跑位 2. 2人做腳內側、腳背擊球(原地)
九	1. 一腳跳, 一腳做腳內側、腳背擊球(原地) 2. 一人拋球, 一人做腳底、腳內側停球 3. 一人拋球, 一人做腳背、腳外側停球
十	1. 一人拋球, 一人做大腿停球, 頭頂球/護球練習(2人一組不動球)、護球(搶球)
十一	1. 守門員接球動作/守門員互拋互接動作 2. 守門員輪流接球輪流踢球/射門腳內側腳背
十二	1. 盤球繞標示盤射門/左右邊滾球、停球射門 2. 左右邊彈跳停球、射門/左右邊滾球一腳射門
十三	1. 左右邊彈跳一腳射門、吊球練習 2. 強踹球(腳和球觸擊部位)、腳底傳球、停球
十四	1. 腳內側傳球、停球 防守腳步練習(後退移動) 2. 基本動作訓練: 腳底控球、掃把腳停球、內外側停球
十五	1. 基本動作訓練: 內側外側運球射門/掃把腳射門/腳背射門 2. 分組對抗、傳球/防守/三對三小組對抗 3. 5人制分組對抗
十六	1. 基本動作訓練: 腳底控球 掃把腳停球 2. 綜合練習: 二人一組訓練: 掃把腳停球、實戰比賽 3. 二人一組訓練: 內外側停球、內側外側運球後傳球、實戰比賽

十七	<ol style="list-style-type: none"> 1. 二人一組訓練：傳球射門、實戰比賽 2. 二人一組訓練：一人防守，另一人作假動作過人實戰比賽 3. 二人一組訓練：一人防守，另一人作假動作過人球(往右往左)
十八	<ol style="list-style-type: none"> 1. 四對二：4 傳球跑位(觀察/假動作)、2 人防守搶球(判斷/角度) 2. 四球門分組對抗、賽後檢討一傳球(力道/準度)，一控球往左右邊做內外側移動後傳球，一傳球一防守搶球/一做停/接/控球往 2 邊帶球入球門 3. 分組對抗
十九	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運球、盤球、內外側撥球停球、抬頭觀察加假動作、二對一傳球、防守邊線進攻 2. 4 對 2 傳球、防守練習(先用手傳球/再換腳傳球/防守搶球) 3. 分組對抗二對二：控球者過人射門，沒機會回傳給傳球者，再拉開接球進攻射門，防守者搶球三角跑位，控球後運回，三角傳球，快速跑位控
二十	<ol style="list-style-type: none"> 1. 帶球傳球加撞牆球(2 邊)接力，一對一過人射門 2. 運球改變方向，傳球改變方向控球 3. 二對一傳球或過人傳球，防守搶球 4. 運球：左右腳內外側控球。快速運球：左右腳內外側控球、抬頭傳球

112年度(下半年)	
週次	訓練內容
一	2人一組,球感接球接力運球練習(抬頭)
二	三角傳球(原地)、四角傳球(原地)
三	2人做腳內側、腳背擊球(原地) 一人拋球,一人做腳底、腳內側停球
四	護球練習(2人一組 不動球),守門員接球動作
五	射門 腳內側腳背(原地撥球) 左右邊彈跳停球、射門
六	1. 吊球練習(腳的部位) 腳底傳球、停球 左、右腳內、外側撥停球 2. 左、右腳底拉球,停球

七	1. 接力盤球內、外側(抬頭/叫球) 三角傳球(跑位) 2. 四角傳球(跑位) 一腳跳,一腳做腳內側、腳背擊球(原地)
八	1. 一人拋球,一人做腳背、腳外側停球護球(搶球) 2. 守門員互拋互接動作 盤球繞標示盤射門
九	左右邊滾球一腳射門 強踉球(腳和球觸擊部位)
十	腳內側傳球、停球 三對三小組對抗
十一	球感練習 挑球、大腿、頭頂、各種停球運球接力 分2組
十二	1. 盤球、繞標盤 2. 分2組 接力腳內側傳、停球
十三	三角傳球(一腳球) 四角傳球(交叉跑位)
十四	1. 一人拋球,一人做腳內側、腳背擊球 2. 一人拋球,一人做大腿停球,頭頂球
十五	1. 3人一組,2人做傳球、護球,1人防守 2. 守門員輪流接球輪流踢球
十六	1. 左右邊滾球、停球射門 2. 左右邊彈跳一腳射門
十七	1. 2人一組,球感接球:一人拋球,一人做左右移動大腿胸部停傳球 2. 5個定點踢給守門員移動接球,二對一傳球或過人與防守
十八	1. 繞標盤直線內外側 2人,1人往前傳球,1人後退跑停球來回 2. 樂樂足球PK點球練習:三對一定點傳球與防守
十九	1. 分2組運球折返接力 2人:1人往拋球,1人後退跑頭頂球 2. 二對二分組對抗(加球門)、三對三分組對抗
二十	1. 三對三分組對抗加守門員:6人持球進攻,另6人分2組防守(前/後) 2. 搶球遊戲(分4組,中間放球) 3. 五對五對抗比賽

(四)活動照片



說明：參加台北第14屆天母盃足球賽事。



說明：獲第14屆天母盃 優勝。



說明：內聘教練邱于秀場邊指導。



說明：內聘教練宋亭芃賽後檢討。



說明：交通時間溫習作業。



說明：課業輔導。



說明：期中考前加強複習。



說明：參加國小世界盃足球賽事。



說明：賽後與對手致敬。



說明：獲達武區三對三足球賽事 第三名。



說明：與他校交流練習。



說明：足球隊交接隊長典禮，與校長合影。



說明：邀請俱樂部及他校球隊至本校交流訓練。



說明：藉由器材輔助訓練，提升成效。



說明：學生自主討論戰術。



說明：至他校進行交流訓練。



說明：採購球隊訓練設備，汰換老舊的球具及裝備。



說明：汰換學生球鞋。