

114 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」

執行成果報告書



學校名稱：花蓮縣卓溪鄉古風國民小學

計畫執行人員： 陳俊孚

聯絡方式：038846058

中華民國 114 年 11 月 01 日

## 一、 依據：

中華民國 114 年 2 月 18 日府教體字第 1140029204 號函辦理  
「114 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、 計畫內容：

項目	內容	
計畫名稱	「114 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	
計畫申請項目	教練鐘點費與消耗性訓練器材裝備購置	
計畫目標	參加 114 年青年盃全國射箭錦標賽團體進入前 10 名。 參加 114 年花蓮縣縣長盃全國射箭錦標賽團體進入前 3 名。	
辦理單位	指導單位	教育部體育署、花蓮縣政府
	執行單位	花蓮縣古風國小
執行單位聯絡資訊	地址	花蓮縣卓溪鄉古風村崙天 18 號
	電話	038846058
	傳真	038846380
	計畫聯絡人	陳俊孚
計畫內容略述	<p>(一) 訓練目標：</p> <p>參加 114 年青年盃全國射箭錦標賽團體進入前 10 名。 參加 114 年花蓮縣縣長盃全國射箭錦標賽團體進入前 3 名。</p> <p>(二) 訓練重點：</p> <p>1. 體能層次：強化各選手基本體能，以體能訓練做為技能訓練之基礎，提升選手爆發力、肌力、耐力、心肺耐力等為主，增加運動肌肉之協調性為輔。</p> <p>2. 技能層次：提升選手射箭技能，以反覆訓練強化射箭動作的一致性及協調性，提高射箭成績。</p> <p>3. 心理層次：提高選手心理素質，以意像訓練及模擬比賽的方式，強化選手的臨場抗壓性及穩定性。</p>	
經費使用	經費使用	支教練鐘點費與消耗性訓練器材裝備購置

	實際支出額	120000 元
	核銷完成日期及經費落差說明	114.10.28 無經費落差。

### 三、 實施內容

學校名稱：花蓮縣卓溪鄉古風國民小學

(一)、運動團隊種類：射箭

(二)、培訓地點：古風國小射箭場

(三)、訓練期程：

1、學期中訓練時間：

第一階段：114 年 1 月 1 日至 114 年 6 月 30 日止計 181 天

第二階段：114 年 9 月 1 日至 114 年 12 月 31 日止計 122 天。

2、寒暑假訓練時間：114 年 7 月 1 日至 114 年 8 月 31 日止計 62 天

(四)、訓練情形：

1、訓練目標：

參加 113 年青年盃全國射箭錦標賽團體進入前 10 名。

參加 113 年花蓮縣運新人組團體進入前 3 名。

(二) 訓練重點：

1. 體能層次：強化各選手基本體能，以體能訓練做為技能訓練之基礎，提升選手爆發力、肌力、耐力、心肺耐力等為主，增加運動肌肉之協調性為輔。
2. 技能層次：提升選手射箭技能，以反覆訓練強化射箭動作的一致性與協調性，提高射箭成績。
3. 心理層次：提高選手心理素質，以想像訓練及模擬比賽的方式，強化選手的臨場抗壓性及穩定性。

## 四、 經費使用情況

經費動支參照「教育部補(捐)助及委辦經費核撥結報作業要點」規定辦理。

## 五、 成果與效益

比 賽 日 期 ( 起 迄 日 期 )	比 賽 地 點	參 加 活 動 隊 職 員 人 數	參 隊 員 人 數
自 114 年 03 月 07 日 至 114 年 03 月 10 日	花蓮縣玉里國小永昌分校(花蓮縣玉里鎮莊敬路 8 號)	男：1 人 女：0 人	男：4 人 女：2 人

### 成績：

- 一、 國小男子 30 公尺六年級組資格賽第 21，27 名
- 二、 國小女子 30 公尺六年級組資格賽第 28 名
- 三、 國小混雙排名第 13 名

### 參賽過程簡述：

本場賽事 114 全國青年盃暨花蓮太平洋射箭錦標賽，舉辦於花蓮永昌分校操場，比賽期間為自 114 年 03 月 07 日至 114 年 03 月 10 日，其 03 月 07 日為場地適應訓練及公開練習、03 月 08 日為 30 公尺排名賽賽程、03 月 9 日為混雙對抗賽賽程，03 月 10 日為個人對抗賽。

教練陳俊孚帶領本校射箭隊師生等 6 人參加比賽，於 03 月 07 日出發前往玉里比賽場地，並於 03 月 10 日結束賽程返校。代表隊 6 名選手參賽。

本校射箭隊首次參與大型全國性射箭賽事，雖因初登場緊張而未能完全發揮實力，加上籤運不佳，女子對抗賽首輪即對上本次賽事的黑馬選手，未能晉級前八強。儘管如此，選手在場上仍展現堅持到底的鬥志與學習態度，此次參賽經驗成為未來邁向更高舞台的重要養分。

本次訓練代表隊選手充分展現奮戰不懈的精神，不僅於賽場上展現出堅毅的意志與團隊合作的力量，更體現運動家追求卓越與公平競爭的精神風範。此次參賽經驗，對選手而言不僅是技術的磨練，更是人生歷程中難能可貴的成長與學習經驗，為其運動生涯與人生歷程再添上光彩的一筆。

比 賽 日 期 ( 起 迄 日 期 )	比 賽 地 點	參 加 活 動 隊 職 員 人 數	參 隊 員 人 數
自 114 年 03 月 20 日 至 114 年 03 月 24 日	高雄市楠梓運動園區射 箭場(高雄市楠梓區旗 楠路 160 號)	男：1 人 女：0 人	男：0 人 女：3 人
<b>成績：</b> 一、少年女子組個人對抗賽第三名 二、少年女子組團體對抗賽第二名 三、少年女子組個人排名賽第 13、26、31 名			
<b>參賽過程簡述：</b> 本場賽事 114 年全國原住民族運動會，舉辦於高雄市楠梓運動園區射箭場，比賽期間為自 114 年 03 月 20 日至 114 年 03 月 24 日，其 03 月 20 日為場地適應訓練及公開練習、03 月 21 日為排名賽賽程、03 月 22 日為個人對抗賽，03 月 24 日為團體對抗賽。 教練陳俊孚帶領本校射箭隊師生等 4 人代表花蓮縣參加比賽，於 03 月 19 日出發前往高雄比賽場地，並於 03 月 24 日結束賽程返校。代表隊 3 名選手參賽。 本校射箭隊於本次大型競賽中表現亮眼，這是選手們第二次參與全國性賽事，心理素質與臨場表現較上次明顯提升。少年女子組團體對抗賽首戰即遭遇上屆冠軍隊伍，隊員沉著應戰、默契十足，以六比四勝出晉級。進入金牌戰後，面對如同奧運現場般的轉播場景，首次登上燈光聚焦的射線使選手略感緊張，最終獲得銀牌殊榮，成績可喜，充分展現堅毅與成長的運動家精神。 本次訓練代表隊選手充分展現奮戰不懈的精神，不僅於賽場上展現出堅毅的意志與團隊合作的力量，更體現運動家追求卓越與公平競爭的精神風範。此次參賽經驗，對選手而言不僅是技術的磨練，更是人生歷程中難能可貴的成長與學習經驗，為其運動生涯與人生歷程再添上光彩的一筆。			

比 賽 日 期 ( 起 迄 日 期 )	比 賽 地 點	參 加 活 動 隊 職 員 人 數	參 隊 員 人 數
自 114 年 05 月 02 日 至 114 年 05 月 02 日	卓溪鄉射箭場(花蓮縣 卓溪鄉中正 70 號)	男：1 人 女：0 人	男：2 人 女：1 人

**成績：**

- 一、女子反曲弓組個人第一名
- 二、男子反曲弓組個人第一名
- 三、男子反曲弓組個人第二名
- 四、女子反曲弓組團體第一名
- 五、男子反曲弓組團體第一名

**參賽過程簡述：**

本場賽事 114 年全國布農族運動會，舉辦於卓溪鄉射箭場，比賽期間為自 114 年 05 月 02 日。

教練陳俊孚帶領本校射箭隊師生等 3 人代表卓溪鄉參加比賽，於 05 月 02 日出發前往高雄比賽場地，並於 05 月 02 日結束賽程返校。代表隊 3 名選手參賽。

本校射箭隊於本次大型競賽中表現亮眼，這是選手們第三次參與全國性賽事，心理素質與臨場表現較上次明顯提升。整場競賽大幅領先其他選手，獲得佳績。

本次訓練代表隊選手充分展現奮戰不懈的精神，不僅於賽場上展現出堅毅的意志與團隊合作的力量，更體現運動家追求卓越與公平競爭的精神風範。此次參賽經驗，對選手而言不僅是技術的磨練，更是人生歷程中難能可貴的成長與學習經驗，為其運動生涯與人生歷程再添上光彩的一筆。

比 賽 日 期 ( 起 迄 日 期 )	比 賽 地 點	參 加 活 動 隊 職 員 人 數	參 隊 員 人 數
自 114 年 07 月 23 日 至 114 年 07 月 25 日	花蓮縣立射箭場（花蓮市達固湖灣大路 19 號）	男：1 人 女：0 人	男：2 人 女：2 人

**成績：**

- 一、國小 30 公尺混雙第一名
- 二、國小 20 公尺混雙第二名
- 三、國小男子 30 公尺第二名
- 四、國小男子 20 公尺第四名
- 五、國小女子 20 公尺第六名

**參賽過程簡述：**

本場賽事 114 年花蓮縣縣長盃全國射箭錦標賽競賽，舉辦於花蓮縣立射箭場，比賽期間為自 114 年 07 月 23 日至 114 年 07 月 25 日，其 07 月 23 日為場地適應訓練及公開練習、03 月 24、25 日為排名賽賽程。

教練陳俊孚帶領本校射箭隊師生等 5 人參加比賽，於 03 月 23 日出發前往高雄比賽場地，並於 03 月 25 日結束賽程返校。代表隊 4 名選手參賽。

本校射箭隊選手均參加多次射箭競賽，均能充分發揮實力，但比賽現場瞬息萬變，本校射箭隊選手多次征戰各級比賽，實力堅強、表現亮眼。

本次國小女子 30 公尺賽事中，原極具奪牌實力之選手，因現場他隊箭記標示不清，造成本校 10 分箭遭判為反彈箭僅得 1 分，影響後續發揮，最終與獎牌失之交臂。雖結果略有遺憾，但選手堅毅的態度與專注精神，贏得現場裁判與觀眾一致肯定。

本次訓練代表隊選手充分展現奮戰不懈的精神，不僅於賽場上展現出堅毅的意志與團隊合作的力量，更體現運動家追求卓越與公平競爭的精神風範。此次參賽經驗，對選手而言不僅是技術的磨練，更是人生歷程中難能可貴的成長與學習經驗，為其運動生涯與人生歷程再添上光彩的一筆。

## 六、 自評與建議

### 自我評估參賽效益及檢討：

今年的賽事讓本校選手親身體驗花蓮縣重點學校在射箭領域的高強水準，也讓選手意識到自我成長的方向。為在全國賽場上創造更佳成績，團隊將持續積極參與各項比賽、累積實戰經驗。期盼教育部與射箭協會能持續支持，共同培育更多優秀選手，讓學校與縣市在射箭運動領域發光發熱。

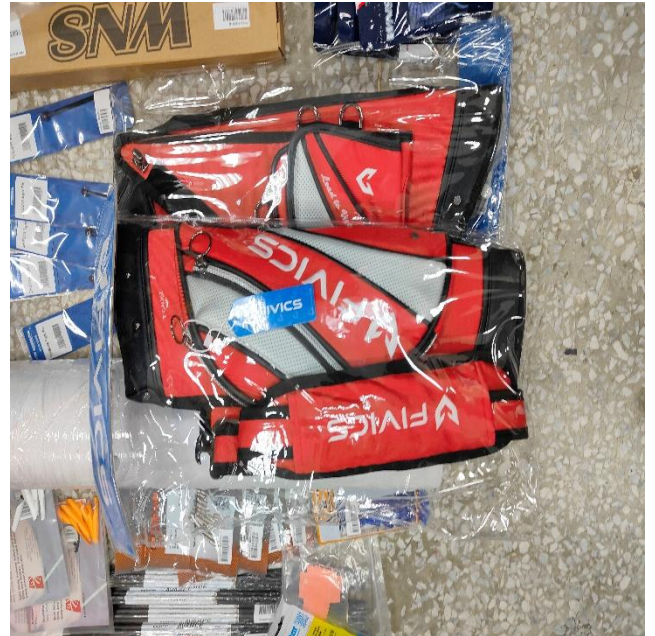


## 七、 相關附件(如活動照片、參賽人員名冊等)

說明：購置器材設備



說明：購置器材設備



說明：平時練習狀況



說明：平時練習狀況





說明：114 全國青年盃暨花蓮太平洋射箭錦標賽

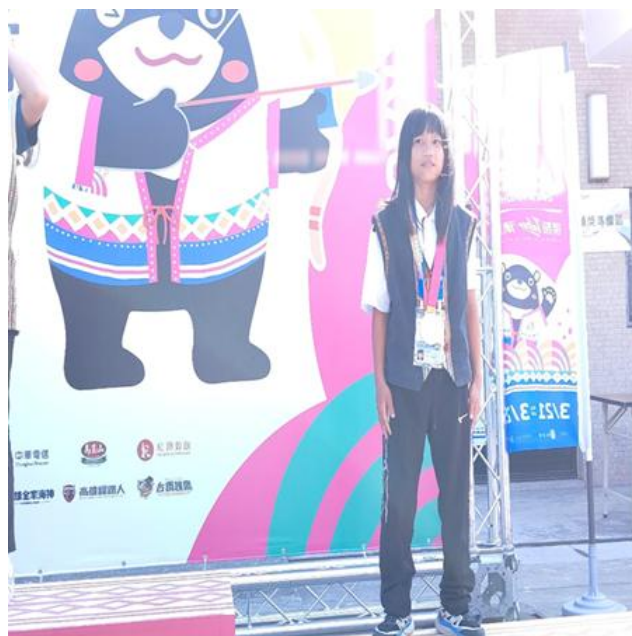


說明：114 年全國原住民族運動會



說明：114 年全國原住民族運動會

說明：114 年全國原住民族運動會





說明：114 年全國布農族運動會



說明：114 年全國布農族運動會



說明：114 年花蓮縣縣長盃全國射箭錦標賽競賽



說明：114 年花蓮縣縣長盃全國射箭錦標賽競賽

