

113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(含範例)  
(採 A4直式橫書,左側裝訂)



補助單位：教育部體育署  
學校名稱：南投縣信義鄉雙龍國民小學  
計畫執行人員：松雅琳 主任  
聯絡方式：049-2741325

中華民國 113 年 11 月 30

- 一、 (一) 依據教育部體育署113年2月2日臺教署學 (一) 字第1130005653H 號函辦理。  
 (二) 南投縣政府 府教體字第11300644381號。

二、 計畫內容

項目	內容	
(一)計畫名稱	教育部體育署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	<p>本校為布農族原住民的偏鄉小學，地理位處極偏，學生樂觀向學，單純活潑，精力旺盛，對運動領悟力高，爆發性及平衡感佳，本校學生數共45位，校方近年積極推動足球相關訓練，讓學生能加以培養，也有自我發揮的管道。幾乎所有學生數都參與在其中。</p> <p>本校主要訓練項目為五人制足球、八人制足球，以不影響課間學習時間，完全以利用課餘時間進行訓練，讓部落的孩子能在不影響課業與增加運動技能上多方嘗試，開發展現自己的運動潛能，從各項基礎足球運動技能動作，到複合式的組合比賽活動；在加以增進各項敏捷及協調性的體能活動訓練，設計一套有系統的課程。</p>	
(三)辦理單位	指導單位	教育部體育署
	執行單位	南投縣信義鄉雙龍國民小學
(四)執行單位聯絡資訊	地址	南投縣信義鄉雙龍村光復巷4號
	電話	049-2741325
	傳真	049-2742015
	計畫聯絡人	姓名：松雅琳 職稱：主任 電話：049-2741325 E-mail：bukutisqaqavut99@gmail.com

(五)計畫內容略述	利用放學後及假日進行訓練，由本校足球專任教練，帶領學生進行訓練，低年級、中年級、高年級，訓練方式如下： 低年級：盤球、帶球、停球+協調性體能活動。 中年級：盤球、假動作、傳球、射門、停球、挑球+協調、敏捷性體能活動。 高年級：盤運球、假動作、傳接球、射門、停控球、各式組合性小組戰術+體能活動。	
(六)經費使用	核定金額	300,000元。
	實際支出額	300,000元。
	核銷完成日期及經費落差說明	核銷完成日113年12月02日。 一、因補助項目部分超支，故勻支消耗性訓練器材設備費，以補足交通、住宿及餐費。

### 三、實施內容

#### (一)訓練內容

##### 1.專項體能訓練 (每組3次)

- 捲腹：每組 10 次。
- 手碰腳跟捲腹與腳踏車捲腹：每組 10 次。
- 屈膝伸腿與直膝舉腿：每組各 10 次。
- V 字捲腹：每組 10 次。
- 左側棒式與右側棒式：每組各 30 秒。
- 靜態橋式與動態橋式：靜態 30 秒與動態 10 次。
- 跪膝伏地推撐：每組 10 次。
- 俯臥肩背伸展：每組 10 次。
- 俯臥肩背臀伸展：每組 10 次。
- 俯臥抬腿：每組各 20 秒。
- 棒式 (平板撐)：每組 30 秒。
- 原地踮腳尖跑：每組 30 秒。
- 原地抬腿跑：每組 30 秒。
- 雙腳側併步跳躍：每組 30 秒。
- 開合跳：每組 30 秒。
- 蹲跳：每組 30 秒。
- 慢跑：每次200M\*5圈 (循序漸進，適當增加圈數)。

##### 2.專項運動技術

以基本運動技術、應用專項運動技術及比賽專項動作；而訓練足球項目之運動項目採引導式教學，從中引導選手正確觀念及動作及影片分析訓練法、變換訓練

法…等。

- 低年級：盤球、帶球、停球。
- 中年級：盤球、假動作、傳球、射門、停球、挑球。
- 高年級：盤球、假動作、傳球、射門、停球、挑球、面向、搶球、轉身。

### 3.專項競技戰術訓練

戰術的指導思想、戰術的知識、戰術的行為、戰術的意識為主。

月份	1月份	2月份	3月份	4月份
活動項目	*參加培訓活動 *璉紅台體盃賽事	*移地訓練 *個人技術調整	*原住民運動會-五人制足球賽 *國小世界盃(預賽)	*國小世界盃(複賽)
訓練主題	基礎技術訓練 體適能加強 (協調&肌耐力) 賽事認知	基礎技術訓練 體適能加強 (協調&肌耐力) 賽事認知	小組訓練(傳接球) 射門訓練 體能活動 (協調&肌力)	小組訓練(對抗性) 射門訓練 體能活動 (協調&肌力)
月份	5月份	6月份	7月份	8月份
活動項目	*國小世界盃(決賽) *全民盃 *少年盃(預賽)	*招募選手 *少年盃(決賽)	*新進選手培訓 *移地訓練	*新進選手培訓 *移地訓練
訓練主題	小組訓練 體能增強 (速度&肌力)	小組訓練 分組賽事及規則認知 體能增強 (速度&肌力)	賽事模擬--訓練賽	賽事模擬--訓練賽
月份	9月份	10月份	11月份	12月份
活動項目	*新生報到 *訓練調整	*縣運 *學童盃(預賽) *安聯盃(預賽)	*縣運 *學童盃(決賽) *安聯盃(決賽)	*調整比賽
訓練主題	基礎技術訓練 體適能加強 (協調&肌耐力) 賽事認知	賽事模擬--訓練賽	參加比賽 賽事檢討	技術調整 體能調整

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。

經費使用明細表

機關名稱：南投縣信義鄉雙龍國民小學

計畫名稱：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

所屬年份：113學年度

核定文號：教育部體育署113年2月2日臺教體署學(一)字第1130005653H 號函

核定補助金額：300,000元

計畫期程：113年1月1日-113年12月31日止

單位：新臺幣元

編號	項目	核定金額	實支金額	繳回金額	備註 (未達80%說明)
1	教練鐘點費	20,160	20,160	0	
2	消耗性訓練器材裝備費 (訓練服、比賽服)	70,400	41,600	0	
3	消耗性訓練器材裝備費(球)	24,000	10,395	0	
4	參賽旅運費	109,440	122,173	0	
5	報名費	2,000	15,700	0	
6	交通費	20,000	83,673	0	
7	選手營養品	44,000	6,299	0	
8					
9					
	(自行增減)				
	合計	300,000	300,000	0	

製表：教師吳彥平

出納：出納幸念慈

主計：幹事黃藍艷芬

機關首長：

雙龍國小校長陳永輝

教師兼教學主任松雅琳

附註：

1. 本表由受補助單位人員依據核定金額明列實支經費。
2. 機關在不抵觸本要點規定前提下，得依其業務特性及實際需要，酌予調整本表格式（如增列核章欄位等）或增加備註說明文字（如註明原始憑證存放處所等）。
3. 教練鐘點費至多補助60節、消耗性訓練器材裝備費每件單價不得超過1萬元。
4. 不予補助項目：補充保費及雜支。

## 五、 成果與效益

名稱	組別	名次
112學年度國小世界盃全國總決賽	女生組	第七名
南投縣第72屆全縣運動會 五人制足球	女生組	亞軍
	男生組	季軍
2024中部地區三級足球聯賽	U12女生組	亞軍
	U12男生組	亞軍
113年南投縣全民盃 五人制足球	U12歲組	冠軍
113年南投縣運動i臺灣 草地足球錦標賽	U13歲組	亞軍、季軍
第二屆足球菁英邀請賽	巒大山組	亞軍
2024年華南圓夢邀請賽	高年級組	冠軍

## 六、 自評與建議

今年度的賽事皆已全部結束，這一年的訓練課程，給孩子們在比賽的表現上面都有不錯的發

揮，成績雖然不是場場完美，但看到學生面對比賽態度的提升和成績顯著的進步，是教練們最想看

到的東西，這些過程對於人生成長的路上，是非常重要的資產累積，期待一年可以比一年更好!

## 七、 相關附件(如活動照片、參賽人員名冊、課業輔導辦理情形等)



長青元老足球隊友誼賽



敏捷協調訓練



學姊指導中年級學生敏捷協調



學長指導中年級學生敏捷協調



高雄移地訓練



高雄移地訓練



114年原住民運動會選拔女生組



114年原住民運動會選拔男生組



113學年學童盃男生組



113學年學童盃男生組



113學年學童盃女生組



2024年體育署盃 U13女生組



2024年中部地區三級足球聯賽



2024年中部地區三級足球聯賽



第16屆 YAMAHA 盃



第16屆 YAMAHA 盃







2024中部地區三級足球聯賽  
U12歲男子甲組  
**亞軍**  
南投縣議長 許淑華  
南投縣體育會理事長 羅金欣  
南投縣體育會足球委員會主任委員 謝峻庭  
中華民國113年8月7日

112學年度國民小學足球世界盃  
全國總決賽  
**女生組 第七名**  
教育部體育署 署長 鄭世忠 敬贈

113年全民體育競賽系列活動  
五人制足球  
U12歲組  
**冠軍**  
南投縣議長 許淑華  
113.8.17.28

