

行政院體育委員會  
出國報告(其他)

2012 年大專校院運動隊  
赴大陸訪問比賽返國報告

服務機關：行政院體育委員會

出國人：綜合計畫處蔡秀華

出國地區：大陸北京

出國期間：101 年 9 月 21 日起至 27 日止

報告日期：101 年 12 月 7 日

# 目錄

一、活動目的 .....	3
二、活動成員及行程簡介 .....	3
三、活動內容 .....	5
四、活動心得與建議 .....	13

## 一、活動目的

本計畫係行政院體育委員會（以下簡稱本會），委託中華民國大專院校體育總會（以下簡稱大專體總）辦理 101 年度兩岸體育交流計畫之一。本計畫目的為提升我國女子籃球競技運動實力，並增進兩岸大學生之情誼，以促進雙方技術交流，並維持良好友誼關係。

為達成前述目的，本次交流計畫之執行教練由「100 學年度大專籃球聯賽」公開女生組第 1 級第 1 名之球隊教練擔任，選手部分則由該執行教練自 100 學年度大專籃球聯賽公開女生組第 1 級第 1 名之球隊遴選 5 名選手，第 2 名之球隊遴選 3 名選手，第 3-6 名之球隊各遴選 1 名選手，計 12 名選手赴大陸北京進行為期 7 天的比賽與交流。

希望藉由本次遴選優秀運動選手與北京師範大學及北京大學進行訓練、比賽等活動，促進兩岸選手交流，強化我國女子籃球實力，並瞭解中國大陸選手訓練現狀，以掌握最新資訊。

## 二、活動過程

### （一）參與人員名單

編號	職稱	姓名	服務單位	備註
1	領隊	曾銀助	高雄醫學大學 中華民國大專院校體育總會	
2	顧問	蔡秀華	行政院體育委員會	
3	執行教練	梁嘉音	國立臺灣師範大學	
4	總務	潘玲君	中華民國大專院校體育總會	
5	選手	黃品蓁	國立臺灣師範大學	100UBA 第 1 名
6	選手	徐千惠	國立臺灣師範大學	
7	選手	黃虹瑛	國立臺灣師範大學	

8	選手	謝佩君	國立臺灣師範大學	
9	選手	張綺芳	國立臺灣師範大學	
10	選手	楊雅惠	中國文化大學	100UBA 第 2 名
11	選手	黃英利	中國文化大學	
12	選手	羅巧慧	中國文化大學	
13	選手	蘇苡臻	佛光大學	100UBA 第 3 名
14	選手	楊妤	臺北市立體育學院	100UBA 第 5 名
15	選手	柳內惠茹	國立臺灣體育學院	100UBA 第 6 名
16	選手	陳蓮娟	國立臺北大學	100UBA 第七名 (第 4 名不派)

(二) 行程：

日期	內容
9 月 21 日 (五)	上午：前往北京 下午：訓練 晚上：歡迎晚宴
9 月 22 日 (六)	上午：訓練 下午：與北京師範大學友誼比賽
9 月 23 日 (日)	上午：與北京大學友誼比賽 下午：訓練
9 月 24 日 (一)	上午：訓練 下午：與北京師範大學友誼比賽
9 月 25 日 (二)	北京市區文化參訪 (歡樂谷)
9 月 26 日 (三)	上午：北京市區文化參訪 (萬里長城) 晚上：歡送晚宴
9 月 27 日 (四)	上午：北京市區文化參訪 (恭王府) 下午：赴機場搭機返臺

### 三、活動內容

◎9月21日

我代表團一行，由大專體總常務理事曾銀助領隊帶領，清晨6點於中正國際機場集合，於近中午12時抵達北京機場，由北京師範大學體育與運動學院郎健副院長及體育與運動學院教授兼女子籃球隊教練李箏南老師等3人代表接機，並安排本團人員入住北京師範大學校區內的國際學術交流中心。所有團員於該交流中心用過簡便午餐稍做休息後，下午即赴北京師範大學邱季端體育館副館展開熱身訓練，讓選手培養默契並熟悉場地。

晚間由中國大學生體育協會（以下簡稱大體協）楊立國秘書長及北京師範大學體育與運動學院殷恒嬋院長共同接待，並有北京師範大學楊國慶書記、郎健副院長、李箏南老師、張玉欣老師、徐輝先生及北京師範大學女子籃球選手20多人參加，雙方於晚宴上共同交換體育相關資訊及互贈紀念品，氣氛融洽。



曾銀助領隊與大體協楊立國秘書長合影



曾銀助領隊與北京師範大學殷恒嬋院長合影

◎9月22日-9月24日

(一) 友誼賽

1、中華臺北 VS 北京師範大學

9月22日上午由我選手先於北京師範大學邱季端體育館主館先行訓練，由執行教練教授戰術，並觀看北京師範大學女籃練習狀況，掌握該隊現狀做最好的應戰措施。

下午比賽我選手於比賽前1小時抵達會場，旋即展開熱身保持良好的體能應戰，當日雖是假日，但仍有不少學生及民眾前來觀賽。本次雖為友誼交流賽，但各個細節皆是完全依照正式比賽之國際規則辦理，可見本次兩岸對此交流賽的重視。比賽一開始就展開激烈的爭奪及身體對抗，比數也一直呈現拉鋸戰，難分勝負，現場每個人都被場上選手勇於奮戰，不輕易放棄的精神所感染，不停地為每位選手加油吶喊，終場 76：79，我以 3 分差距小輸，由北京師範大學獲得第 1 場友誼賽勝利。





## 2、中華臺北 VS 北京大學

9月22日上午9點30分於北京大學邱德拔體育館地下樓籃球場進行第2場友誼賽，我選手亦於比賽前1小時到場，除熱身外並對於投籃部分並多做了一些加強訓練。

我選手經過昨日賽後溝通會議及充分休息，今日團隊默契明顯進步，加上教練靈活的戰術，選手們無不全力進攻並積極防守，爰能一路保持領先；雖該隊選手其中不乏有幾位亦是國家隊成員，但終場中華隊仍以66：52贏得勝利。

該校非常重視此次友誼賽，不僅有專人全程錄影外，亦有不少教練及裁判前來觀賽，賽後表示觀看中華隊表現覺得獲益良多；我選手亦表示，比賽很多細節、突發狀況是平常訓練無法學習到，與不一樣隊伍比賽可以累積到很多不同經驗，並增加臨場反應。



### 3、中華臺北 VS 北京師範大學

9月24日進行和北京師範大學的第2次友誼賽，也是本計畫的最後1場比賽，經過昨日的比賽後，我選手皆鬥志勃勃、全力備戰，迎接今日比賽的到來。

下午3點30分友誼賽於北京師範大學邱季端體育館副館舉行，我選手未因連日來的奔波、訓練及比賽而感到疲憊，確是愈戰愈勇，發揮了拼勁，展現無比企圖心，比賽一開始，我選手即掌握進攻的節奏並發揮傳球的技巧一路領先，加上對手失誤頻頻命中率下降，最後以90：72勝出。

本次比賽該校氣勢未能如前，又因我選手不論體能及默契皆已調整為最佳狀態，在積極進攻及堅強防守下，以18分多勝出。

大專體總曾慶裕秘書長也因另公務於前日抵達北京，並特別抽空前來為中華隊加油並勉勵選手，希望大家累積比賽經驗於明年俄羅斯喀山世界大學運動會再為國爭光。





## (二) 北京師範大學

北京師範大學是大陸第 1 所師範大學，由西元 1902 創校以來今年適逢 110 週年，全校學生約為 2 萬多人，正如校訓「學為人師·行為世範」般，希望學生能樹立良好的學風，貢獻所學。

該校設有 22 個學院，並於 2002 年成立體育與運動學院，為大陸教育部之「國家體育與藝術師資之培養及培訓基地」，運動方面有排球、籃球、足球、田徑、體操、武術、圍棋象棋等 7 個重點項目，另設有羽毛球、游泳、網球、武術、乒乓球、定向越野、直排滑輪、棒壘球及登山等多元的社團活動；並先後成立女子足球、女子籃球及女子橄欖球等校隊，各隊於大專院校比賽均有卓越的表現，成為大陸大專院校的學習對象。

另校內體育設施，有「邱季端體育館」(校友總會副會長邱季端所捐贈)，館內設有多功能體育館(可從事羽毛球、排球、籃球等活動)、體操館、武術館、籃球館、網球館及游泳館；室外運動設施則有 6 座籃球場、5 座網球場、田徑場、足球場及室外運動重量區。相關體育運動設施除了學校師生使用外，並於一定時間開放讓民眾使用，以達資源共享之目的。



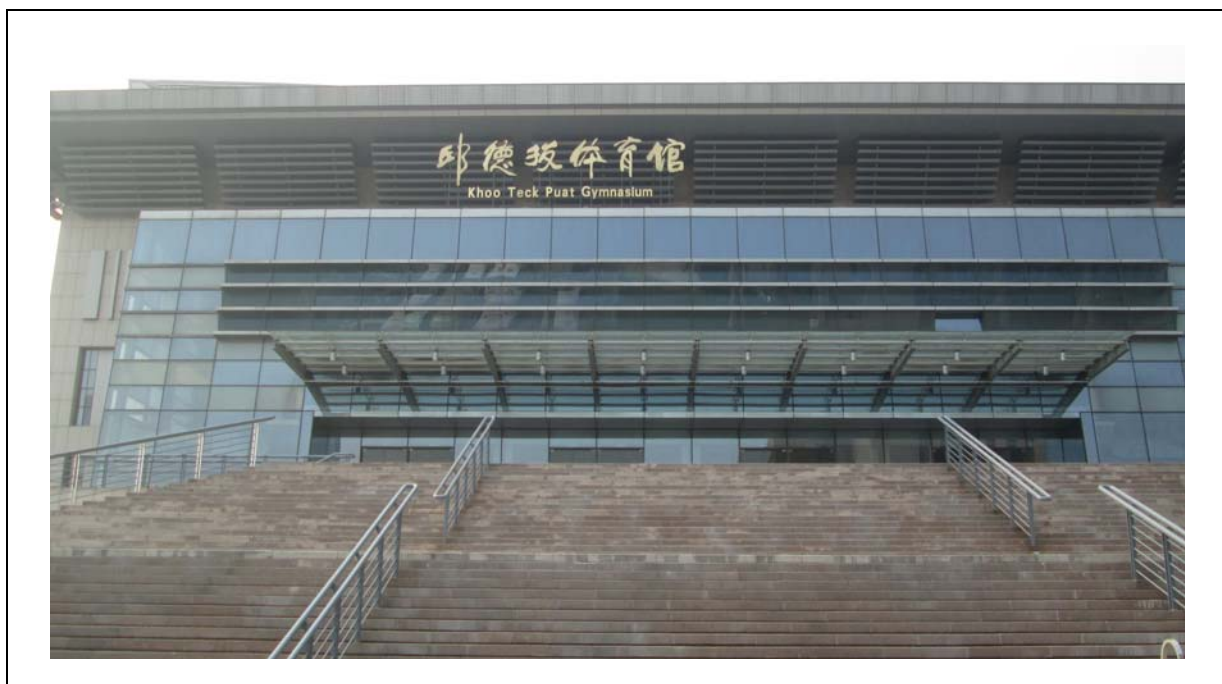
### （三）北京大學

北京大學於西元 1898 年創辦，原名為京師大學堂，是大陸第 1 所國立綜合大學，亦是當時的最高教育行政機關，並自 1912 年改名至今。

該校並於草創時期即設有體育部，並於 2008 年成立體育科學研究所，結合該校各學系專業設有婦女體育研究中心、武術研究中心、體育健康中心、體育產業研究中心、運動飲食與健康促進研究中心、運動機能監控實驗室、運動與光生物學實驗室、人體教學實驗室等。

該校田徑隊、期牌隊（象棋、圍棋、橋牌）、乒乓球隊及女籃隊為重點運動發展項目，次重點發展項目有男籃隊、羽毛球隊、健美操隊及足球隊等 4 個校隊，另以學生體育社團為主，設有排球、武術、游泳、網球、高爾夫球、自行車等，積極參與校外體育活動，受到良好的社會評價。

北京大學邱德拔體育館為新加坡銀行家捐贈興建完成，為地上四層地下 2 層建築物，是 2008 北京奧運的新建場館之一，並是當時的桌球比賽場館。該場館除提供學校教學、訓練、比賽等使用外，並是附近社區民眾運動最佳場所，回饋社會不遺餘力。

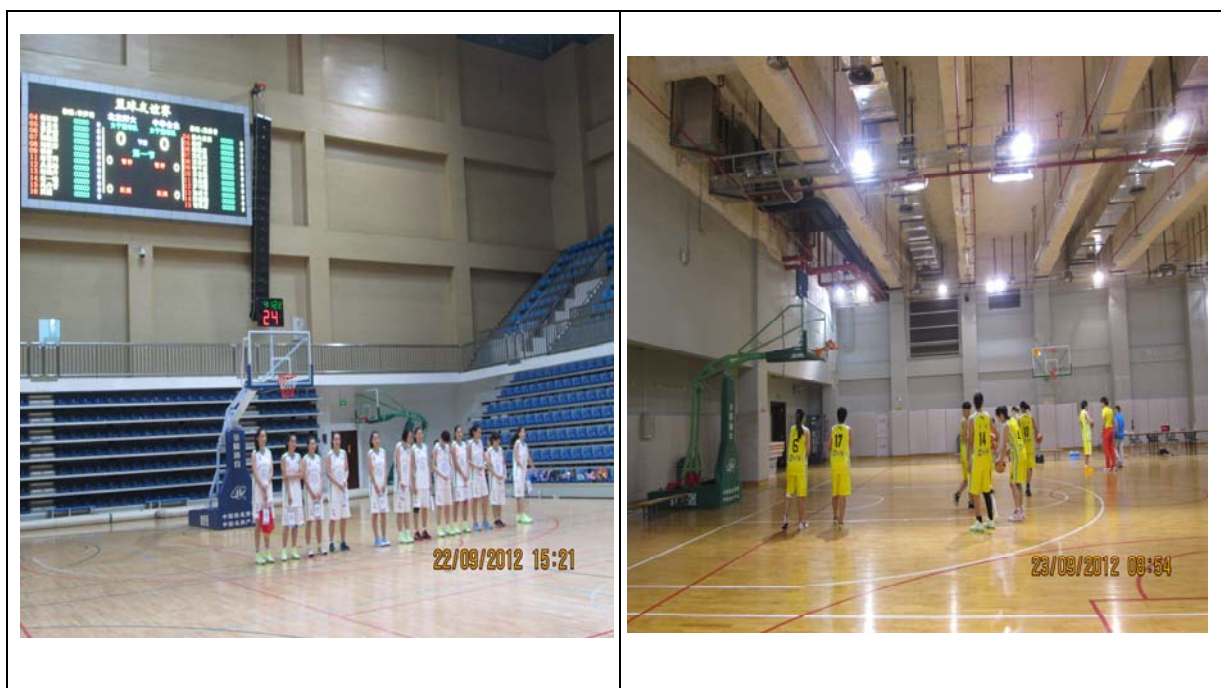


### （四）北京大學北京師範大學女子籃球隊及北京大學女子籃球隊



北京師範大學女子籃球隊在大陸是一支強勁的隊伍；在該校體育館要前往體育館副館籃球場前，首先需穿過一面掛滿女籃隊員照片的「冠軍榜」走廊，該校女籃李箏南教練對我們說，該校女籃隊今年甫獲得「中國大學生籃球聯賽4連霸冠軍」女籃隊不僅是該校培訓重點運動項目外，亦被大陸教育部列為重點運動項目培育學校之一，該校亦有參加2011世界大學運動會女籃主將，該校除了有多位身高優勢的隊員外（超過180公分），技術的提升更是打敗群雄的首要關鍵；另於體育館副館籃球場牆壁亦是貼滿隊員的照片，讓隊員充滿了榮譽感。

北京大學女子籃球隊今年甫才來臺參加佛光盃比賽，並順利奪下冠軍，其實力亦不容小嘍，該校同樣有高大身材的優勢外，更是有身材短小但動作迅捷爆發力特強的隊員。如同北京師範大學一樣，北京大學亦被大陸教育部及國家體育總局列為高水平運動隊的重點培育學校，同時在學校的支持下，女籃項目更是快速的發展，該隊馬宗青教練為前國家隊女籃隊隊員，擔任教練以來多次率領該隊於大學生籃球聯賽中進入全國前八強，並曾獲全國冠軍。



◎9月25日-9月27日

連續三天緊鑼密鼓的訓練及比賽，選手也已稍顯疲憊，為讓選手放鬆身心，北京師範大學於9月25日特安排選手前往北京歡樂谷樂園，歡樂谷位於北京市近郊之朝陽區，占地約100萬平方米，為當地企業自行經營遊樂區，深受大陸學生歡迎遊樂園之一，園區除了有各種遊樂項目外，更設有生態園區，達到寓教於樂的目的。當日下午北京市區突然下起近年來秋季的罕見大雨，因溫度突然驟降及所有團員皆淋濕，行程雖被迫提早結束，但因各地區皆淹水嚴重之故，回程飽受塞車之苦。

9月26日依安排前往萬里長城之文化參訪，因昨日有嚴重塞車之鑒，往返行程皆比平日車程多預控2-3倍時間。團員們登上已被列為世界文化遺產的長城，景色優美壯觀，感受到工程之浩瀚雄偉，並也感嘆前人之艱辛。離開北京的前一晚，北京師範大學舉辦簡單的送別晚宴，由楊國慶書記代表設宴並關切此行之成效及選手的練習、比賽情形，並互相勉勵12月來臺灣交流時希望兩岸球技愈見精進。

9月27日於返臺前上午先到大陸重點文物保護單位恭王府參觀，該建築亦在2008北京奧運會舉辦前修繕完妥並對外開放參觀。前往恭王府途中步行經過輔仁大學舊址，輔仁大學於1925年由美國天主教創辦於該舊址，後於1952年時併入北京師範大學，現為北京師範大學之分校，該校之繼續教育與教師培育學院設置於此，為北京市重點文物保護單位之一，亦有不少人慕名而來並來此參觀；後輔仁大學於1961年在臺灣新莊復校，現已逾50年之久歷史。

赴北京交流期間正逢中秋佳節及當地十一長假之前際，送禮及提早返鄉人潮日漸湧現北京，北京市區各路段皆塞車嚴重，雖返臺班機為晚上8點，為避免塞車延誤行程，所有團員於午餐後，即前往北京首都國際機場啟程返回臺北，北京師範大學教授並到下榻學校會館送別，結束為期7天的參訪行程。

#### 四、活動心得與建議

(一) 擔任橋樑建立互訪機制，相互交流學習



本參訪團員是為大專體總遴選我國 100 學年度大專籃球聯賽公開女生組得獎隊伍的代表，為此可讓我國優秀選手，累積更多比賽經驗。大專體總對於兩岸交流已深耕多年，有豐富人脈資源，若能從中擔任兩岸大專院校之橋樑，讓彼此做更深入的體育交流，對於提升我國競技運動實力將是一大助力。

(二) 提早備戰 2013 世大運，再創佳績

2011 深圳世界大學運動會我國女籃隊榮獲銀牌，為我國有史以來的最佳成績；此次友誼賽的對象北京師範大學（2 場）及北京大學（1 場），該 2 隊為大陸參加世界大學運動會女子籃球的主要成員，其中北京師範大學女籃隊今年又獲得「中國大學生籃球聯賽 4 連霸冠軍」，推估相關成員可能為大陸參加 2013 喀山世大運女籃隊員，此次交流對於情蒐及提升實力有極大的幫助，爰我國為備戰 2013 世大運應即早遴選隊員提早備戰，以再創佳績；惟此次行程計 7 日，應把握機會和北京大學多比賽 1 場，期發揮此行最大功效。

(三) 重視體能及團隊紀律，提升實力

此次友誼賽的球隊，都非常強調及重視基礎體能，每日按表操課投入大量時間練習不懈怠基本功，並嚴格要求團隊紀律，我選手之團隊精神及紀律更不亞於該 2 球隊，每日賽後皆做深切檢討，力求球技增進及隊員間默契之培養；惟大陸教練對於球員表現不佳時大聲嚇斥球員之舉，確實與我國教育有極大不同之處。

(四) 學校體育設施資源共享，發揮效益

此次參訪對於該 2 校體育設施之設備新穎印象深刻，相關體育運動設施除了提供學校師生教學、訓練、比賽使用外，並且適度的開放讓市民使用，發揮體育設施最大效益。本次參訪團員對北京師範大學室外重量訓練區特別熱烈討論，健身空氣品質非常重要，我國重量訓練器材皆放置於室內，若通風設計不良，健身不成反而危害健康，並希望政府部門應注重運動設施環境，提升健身或訓練品質。