

**VOLLEYBALL**

關埔國小女子

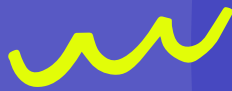
\* 排球隊



# 成立的目的是



- 一、促進學生身心健康發展
- 二、培養團隊合作精神
- 三、提升自信心與抗壓能力
- 四、推動性別平等與運動參與
- 五、發掘學生潛能與多元發展
- 六、培養紀律與責任感
- 七、提升學校榮譽與凝聚力



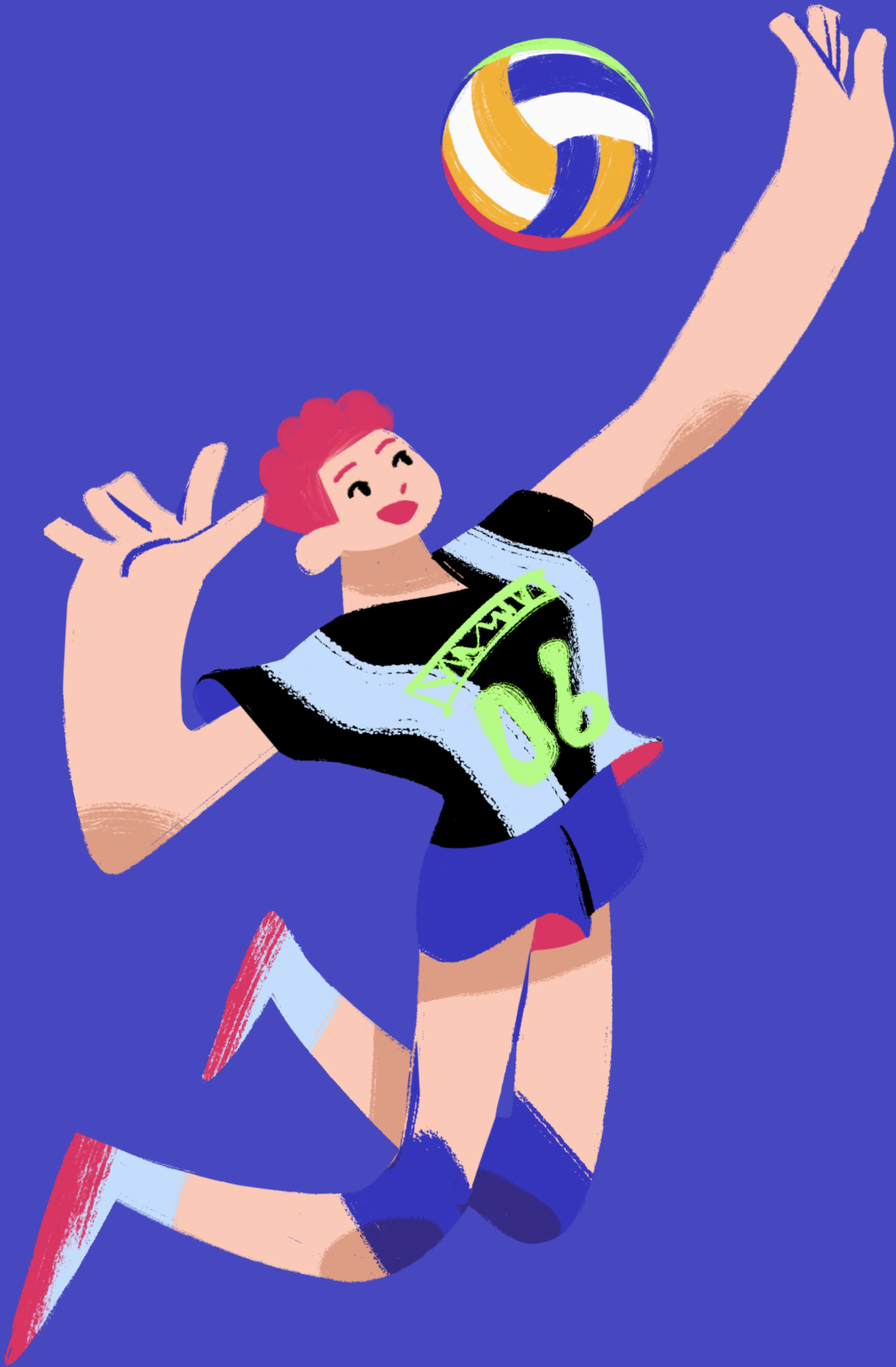
# 過去團隊做了什麼？



- 從體育課及下課中發現部分學生具備發展潛力。
- 觀察關埔體育團隊，發展屬於女生的團隊極少。
- 了解在新竹市發展排球隊的學校(女排)。
- 持續與新竹市排球委員會保持友好關係，為學生爭取更多資源。
- 評估學校現況（場地、時間、學生條件）具備發展基礎

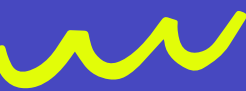


# 未來團隊發展與規劃



## 短期規劃

- 強化基礎動作能力
- 基本步伐移動與協調性、體能訓練
- 建立學生運動安全觀念與正確姿勢
- 培養團隊紀律與團隊合作意識



# 未來團隊發展與規劃

## 中期規劃

- 穩定團隊運作與訓練節奏、概念加深
- 安排與他校進行友誼賽
- 參與新竹市排球比賽（以經驗累積為主，成績為輔）
- 提升學生抗壓性與心理素質
- 建立團隊文化與向心力



# 未來團隊發展與規劃



## 長期規劃

- 穩定參與新竹市排球賽事
- 挑戰參與全國排球賽事
- 提升學生整體運動能力與自信心



# 全國相關賽事

## ● 預定比賽

1. 全國和家盃排球錦標賽 (高雄一月)
2. **全國中華盃排球錦標賽 (三-五月)**
3. 新竹市市長盃排球錦標賽 (四、五月)
4. 新北市城市盃排球賽 (新北八月)
5. 全國永信盃排球錦標賽 (台中九-十二月)
6. 全國媽祖盃排球錦標賽 (雲林九-十二月)
7. 全國華宗盃排球錦標賽 (台南九-十二月)
8. 新竹市排球校際聯賽 (十、十一月)



**中華民國排球協會主辦的「中華盃」最為頂級 (年度最高賽事)**

# 學生未來發展優勢

- 培養可以長久的運動習慣
- 升學優勢
- 身體發展優勢
- 人格與能力養成

「排球不只是運動，更是孩子成長的重要養分」



# 未來團隊發展與規劃

- 配套措施
- 安全管理：依學生的年齡與能力給予不同目標，避免運動傷害
- 學業兼顧：協助學生做好時間管理，不影響課業表現
- 家長溝通：建立家長支持系統，定期回饋學生學習狀況
- 循序漸進訓練：從基礎能力培養，逐步提升至比賽能力



# 預期效益

- 提升學生運動能力
- 增強自信心與抗壓性
- 培養團隊合作精神
- 建立學校運動特色
- 增加學生榮譽感與向心力

排球最迷人的地方，不是有人特別耀眼，  
而是一群願意把自己的光，拼成同一個方向。



# 謝謝聆聽

每一次起跳與接球  
都是成長的累積  
勝負只是過程  
團隊與堅持才是我們真正的榮耀

