臺南鹽水國小軟網隊

網著幸福　鹽水行

李廷宜　臺南市立鹽水國民小學學務處主任

↑　104年辦理校際寒假軟網育樂營

前言

軟式網球是一項高技巧的運動，進行這項運動是需要高度的技巧、毅力與耐心，現代人把它視為一種全身性的活動，希望學生能從學習過程中，學會如何冷靜的思考。軟式網球運動必須具備極高度的穩定性，除了選手本身的素質條件與訓練外，器材、配備與選手心態調整是否適當、對選手的成績提升亦有重要的影響。

臺南市鹽水國民小學（以下簡稱鹽水國小）於89學年度成

立軟式網球代表隊，初期因經費拮据，克難練習，但歷年來仍榮獲各賽會優異成績。

另外，軟網運動為球類競技之運動，且為全國運動會、東亞運、亞洲盃、世界盃及亞運競賽項目，值得大力推展，選手們彼此相互的刺激與融合，孕育了本校發展軟網運動，學校大力推動、選手用心練習、教練苦心栽培、家長熱心支持，不斷締造佳績，經過十餘年的努力耕耘，軟網運動成為本校體育發展特色。

成立目的與現狀

鹽水國小為了培訓基層優秀軟式網球選手，厚植選手之競技能力，從國小二、三年級學生中選拔，經過家長同意後組成軟網隊。利用每天早上7點訓練到8點40分，下午放學後4點集訓到6點；也充分利用學生寒暑假時間，每天到校集訓，並邀請臺南市軟網重點發展學校——後壁區後壁國小，西港區港東國小交流。期盼藉由對外參賽增進比賽經驗，提升團隊戰力，並為本校與本市爭取最高榮譽。

此外，鹽水國小網球隊的成立與經營，受到社區民眾以及社會各界的捐贈與贊助，本校更於民國102年8月獲得中華民國紅十字總會水芙蓉計畫的經費贊助，因此成立紅少服隊，讓軟網隊學生了解「取之於社會，用之於社會」，和回饋社會的實踐精神，弘揚「受惠惠人」的紅十字服務精神。不但如此，軟網隊的學生也參與校內的活動，協助整理環境清潔與布置校內活動場地，進而擴大對學校周遭的整潔清掃的服務學習，也利用時間參加北臺南家扶中心的公益活動，讓他們以自身的力量對社會做出一些貢獻。

參與水芙蓉計畫緣起

一、學校環境

鹽水國小雖位居鹽水區中心，但校內高關懷（新住民之子、單親、隔代教養及殘障低收）學生占全校總數18%，為教育部列管之教育優先區學校。鹽水區內宗教（王爺）信仰濃厚，常住人口3萬餘人，廟宇合計20餘間；區內無大型工業區，青壯年人口外移，獨留老弱婦孺，屬文化不利地區。為避免弱勢、學習低成就學生流落非正統之藝陣，實需更多的管道及資源，以挖掘學生潛能，提升其自信，並培養其才能及志願服務的精神。

二、現況分析

本校網球隊成員目前有30位，來自弱勢家庭或學習低落的學生佔37.8%，藉由網球，學生們激發潛能並展現才能，學生個個有自信、品性良好。但本校許多軟硬體設施（備），歷經歲月的洗禮非常老舊，需仰賴撰寫各項申請補助計畫，方得以維護這塊孕育鹽水在地莘莘學子的教育園地。

因此，本校向紅十字會提出此次網球隊軟體與硬體改善計畫，也獲得紅十字總會的訓練經費補助所需款項；然學校不因此而滿足，除了向政府單位申請補助以利軟硬體之更新外，也積極申請民間單位的經費俾利各項球隊訓練運作之順行。

水芙蓉計畫申請目標

一、推展自願服務，人助、自助而後助人

102學年度成立鹽水國小紅十字服務隊， 103學年度成員增至30人，對象為鹽水國小高關懷及網球隊學生，並與紅十字會、社區關懷中心合作，每季最少一次關懷弱勢族群、志願服務，並持續服務，希冀能永續發展。

表1　鹽水國小軟網隊計畫架構

計畫名稱	子計畫	執行項目	備 註
網著幸福　鹽水行	（一）紅十字青少年服務隊	1. 校園服務 2. 社區服務 3. 社福機構參訪與志願服務 4. 基礎急救訓練	
	（二）幼苗亮點扎根計畫	1. 寒暑期軟網育樂營 2. 暑期軟網體驗營	
	（三）基礎深耕育成計畫	1. 在校基礎訓練課程 2. 市內移地訓練	
	（四）實戰養成精進計畫	國內軟式網球錦標賽	
	（五）出國競技拔尖計畫	出國競賽專案	取得代表權才執行

二、推廣軟式網球，提升運動風氣

自103學年度起，於假日、寒暑假期間，以大新營區（新營、鹽水、後壁）高關懷學生為優先報名對象，辦理軟網體驗營隊，共三個梯次，以體驗人次達120人為目標；軟網隊寒暑育樂營二梯次，達100人以上。

三、落實基礎訓練，爭取榮譽

本校網球隊以全國冠軍為願景、全國性的比賽名次前三名為目標。並訓練基層選手，從而將軟網訓練延續至國中、高中，以落實軟網基礎教育、三級學校培訓，為國家培育英才。

鹽水國小軟網隊的計畫架構與訓練目標

一、計畫架構（如表1）

二、訓練目標

（一）短期培訓目標：積極培養學生運動員，使學生不論是在學業上或是在運動專項上都能夠無後顧之憂的努力學習；並能在國內各項的比賽中，贏得佳績。

（二）階段培訓目標：在全國比賽奪得前三名佳績。

（三）長期培訓目標

1. 提升我國軟網運動選手的競技水準。
2. 爭取出國比賽機會，以學生在國際賽奪牌為目的，為國爭光，並促進國際體育交流。
3. 選手課業輔導，規劃階段性運動及升學。

（四）發展目標

1. 全國軟式網球錦標賽團體前三名。
2. 為訓練國家代表隊及獲得國際賽獎牌打基礎為主要目標。

表2　鹽水國小軟網隊執行水芙蓉計畫成效差異比較

	100學年（100.8-101.7）	101學年（101.8-102.7）	102學年（102.8-103.7）102.9開始執行水芙蓉計畫	103學年(103.8-104.7）102.9開始執行水芙蓉計畫
第一名	1	1	8	1
第二名	4	3	4	4
第三名	1	4	4	4
第四名	1	3	2	5

註：本表僅節錄比賽結果獲前四名之成績做比較

↑　臺南市鹽水國民小學網球隊參加103年日本第廿六屆山中湖國際青少年軟式網球錦標賽榮獲國中一年級男子組團體冠軍；個人雙打第二名；個人雙打第三名。

表3　鹽水國小軟網隊近三年成績				
比　賽　名　稱	地　點	組　別	名　次	備　註
100年全國自由杯	嘉義市	11歲組	第三名	
100年第五十四屆西螺大橋盃	雲林縣	國小男童組	第四名	
100年第卅九屆手足盃	南投縣 草屯鄉	國小男童組	第一名	
100年全國學童甲乙組	嘉義市	國小男童乙組	第二名	
100年全國學童甲乙組	嘉義市	國小男童甲組	第二名	
100年全國體育杯	臺北市	國小男童組	第二名	
100年第廿八屆地理中心碑	南投縣	國小男童組	第二名	
101年人人盃	新竹市	國小男童	第四名	
第五十六屆西螺大橋盃	雲林縣	國小男童組	第四名	
101年臺南市主委盃	臺南市	國小男童雙打	第三名	
101年臺南市市運會	臺南市	國小男童雙打	第二名	
101年全國中正盃	臺中市	國小男童乙組	第三名	
臺灣省第卅屆地理中心盃	南投縣	國小男童組	第三名	
102年全國自由盃	嘉義市	10歲組雙打	第二名	
102年全國自由盃	嘉義市	11歲組雙打	第三名	
102年第十一屆院長盃	高雄市	國小男童乙組	第一名	
102年全國青年盃	臺南市	國小男童乙組	第二名	
102年臺南市市運會	臺南市	國小男童雙打	第四名	
102年臺南市市運會	臺南市	國小男童雙打	第六名	
第廿五回日本山中湖	日本 山梨縣	國中一年級組	團體 第三名 個人雙打 第三名	
102年人人盃	新竹市	國小男童組	第一名	
102年全國中華杯	臺南市	國小男童甲組	第一名	開始執行水芙蓉計畫
102年全國學童甲乙組	嘉義市	國小男童11歲組 國小男童10歲組	第三、五名 第二名	水芙蓉計畫
第五十七屆西螺大橋盃	雲林縣	國小男童組	第一名	水芙蓉計畫
102年臺南市主委盃	臺南市	國小男童雙打	第二、三、四、五名	水芙蓉計畫

表3（續） 鹽水國小軟網隊近三年成績				
102年全國東昇盃	高雄市	國小男童甲組	第一名	水芙蓉計畫
102年彰化大佛盃	彰化市	國小男童甲組	第三名	水芙蓉計畫
102年第卅八屆中正盃	臺中市	國小男童甲組	第一名	水芙蓉計畫
103年金木天爵正新盃杯	彰化縣	國小男童甲組	第一名	水芙蓉計畫
103年全國自由盃	嘉義市	11歲組雙打	第五名	水芙蓉計畫
103年全國自由盃	嘉義市	12歲組雙打	第二、三名	水芙蓉計畫
103年全國自由盃	嘉義市	12歲組單打	第二、四名	水芙蓉計畫
第五十八屆西螺大橋盃	雲林縣	國小男童組	第一名	水芙蓉計畫
103年青年盃	高雄市	國小男童甲組	第一名	水芙蓉計畫
第廿六回日本山中湖	日本山梨縣	國中一年級組	團體冠軍個人雙打第二名及第三名	水芙蓉計畫
103年全國中華盃	臺南市	國小男童甲組	季軍	水芙蓉計畫
103年全國國小學童排名賽	臺中市	國小男童甲組	個人組第4名及個人組第5名	水芙蓉計畫
臺灣省第五十二屆彰化大佛金像盃	彰化縣	國小組團體賽男子組	季軍	水芙蓉計畫
103年臺南市議長杯暨主委盃	臺南市	國小組男子個人賽	雙打殿軍	水芙蓉計畫
高雄市第三十五屆全國東昇盃	高雄市	國小團體組	亞軍	水芙蓉計畫
第卅九屆三藏杯	南投縣	國小團體組	第三名	水芙蓉計畫
第卅二屆臺灣地理中心盃	南投縣	國小團體組	第二名	水芙蓉計畫
104年自由杯	嘉義市	國小男童組	第5名	水芙蓉計畫
104年金木天爵正新盃	彰化縣	國小男童組	第2名	水芙蓉計畫
104年西螺盃	雲林縣	國小男童組	第4名	水芙蓉計畫
104年臺南市中小學網球錦標賽	臺南市	國小男童組	第4名	水芙蓉計畫
104年高雄青年盃	高雄市	國小男童組	第4名	水芙蓉計畫

↑ 校長與網球隊成員座談聊天

→ 網球隊進行紅少服急救訓練課程

↑ 網球隊參加104年1月9日金木天爵正新盃榮獲國小男童組第二名

↑ 參加北臺南家扶中心公益活動：預防犯罪宣導闖關活動

↑ 參加北臺南家扶中心辦理公益活動：104年食米思源插秧賽

↑ 104年寒假辦理軟網育樂營