

財團法人普仁青年關懷基金會  
111年「大手拉小手」青少年引導計畫  
「排灣族排出一片天：排球成長營」  
成果冊

贊助單位：益登科技股份有限公司



屏東縣立  
泰武國民中學  
Taiwu Junior High School

111年12月30日



## 感謝函

茲 感謝 益登科技股份有限公司 捐款贊助本校 111 年青少年引導計畫～排球成長營，學生因 貴公司的愛心捐助，團隊得以持續發展，不但圓了學生打球的夢，更有機會站上比賽舞台發揮才華，近年也屢有佳績，實是 貴公司善心義舉的支持幫助，成長營的訓練、比賽點滴印記在學生內心，學生也因引導計畫自我肯定、邁向目標，進而涵養品德，健全身心。

此等愛心義舉，深表感謝！ 益登科技股份有限公司 善行之舉嘉惠本校學生甚多，特此銘記、並申謝忱。

屏東縣立泰武國民中學

校長 謝旻蒼 暨全體師生 敬謝

111 年 12 月 23 日



附表 1

財團法人普仁青年關懷基金會  
「大手拉小手」青少年引導計畫

「泰武國中排灣族排出一片天  
～排球成長營」

執行計畫書

首次申請

曾接受本會 102、103、104、105、106、  
107、108、109、110 年度贊助

申請單位：屏東縣立泰武國民中學

單位主管：謝旻蒼 電話：0920-589583

計畫主持人：簡明輝 電話：0958-125256

主要參與人員：林駿騰、林泰山、黃鈞



## 附表 1-1

### 執行計畫書

#### ◎ 計畫名稱

## 泰武國中排灣族排出一片天～排球成長營

#### ◎ 計畫內容

##### 一. 計畫摘要

本校願景目標為「榮譽、勤學、健康、快樂、感恩、惜福、傳承、創新」，經多位校長的努力一步一腳印落實此願景，為培育學生品格教育、學習適性發展，一方面獎勵學生學科績優學習，辦理課後輔導、攜手計畫補救教學、設立獎學金制度等；另一方面提供學生適性多元技能發展，體育成立田徑、舉重、柔道、排球校隊，每年不論在縣運或全國中等運動會皆有優異表現，也訓練了學生積極耐苦的精神；技藝學習則有原住民歌謠隊、傳統皮雕、編織社團、餐飲烹飪技藝班、樂隊、森巴鼓隊等。而在 106 年至 110 年排球隊表現優秀，榮獲全國排球乙級聯賽屏東區第一名並代表縣打進全國賽、縣運與中小聯合運動會皆得第三名，108 年 10 月榮獲全國華宗盃第 2 名、全國北港媽祖盃第 2 名，109 年 6 月奪得全國排球乙級聯賽冠軍、110 年 4 月奪得全國排球乙級聯賽第五名。

本校在 貴會的協助下，排球隊發展漸入佳境，學生除球技的進步外，建立了團隊合作、自重互信的精神，並重視學生的正常學習、建立自信，由於學生家庭環境多屬弱勢，因此本校未來排球隊的發展應心理輔導與技能並重，尤其課業學習實施補救教學，期許學習不中斷，因 貴會的協助本校排球隊才得以順利推行，學生也才能有機會成長。

##### 二. 過去執行成果(曾接受本計畫贊助學校必填)

本校接受 貴會連續 9 年贊助 (102、103、104、105、106、107、108、109、110 年)，自初期成立排球隊，由於學校各項經費及設備尚有不足，經 貴會的補助，本校有了比賽服、充足的球具與比賽的經費等，108 年底在全國華宗盃賽中奪得第 2 名、全國北港媽祖盃賽中奪得第 2 名，屏東縣比賽也有亮眼成績，109 年更勇奪隊史第一座全國排球乙級聯賽冠軍，今年 110 年全國排球乙級聯賽第五名，未來計畫執行規劃如下：

- 一、學生學習步入正軌：參加排球隊學生參加訓練計畫，規律嚴謹的課程將學生團結在一起，球員間形成默契，達到互相鼓勵、正向競爭，因此同學能默默被引導至學習的正軌，遵守上學相關規定。
- 二、養成健身運動習慣：學生正處成長發育階段，訓練課程提供學生運動機會，不但建立健身觀念，也加強補足身體成長之需求。
- 三、建立自信心、肯定自我：經過團隊合作訓練，學生在比賽舞台屢有佳績，學生因此恢復自信，並肯定自己在團體中的重要角色。今年(110)貴會補助之應屆畢業





生，球員身份 3 人，藉比賽成績有利於免試升學，因此皆能選讀第一志願。

- 四、培養負責、合作之品德觀念：球隊分工合作完成比賽，無論結果如何，都是全員需承擔的責任，訓練時各司其職，負責的態度才能完成任務。而合作更是團體隊伍重要的致勝因素，因此在參加此團隊後學生除球隊的學習負責外，也擴展至課業學習、班級互助的層面。
- 五、帶動學校社區運動的風氣：社區盛行排球運動，學校成立球隊有助於學子學習該項運動，並連結國小成為小球員之進路發展。
- 六、本校排球隊歷年重要比賽成績漸入佳境：

1. 101 年全國乙級排球聯賽屏東區第一名，榮獲全國賽代表權。
2. 102 年屏東縣運第 3 名
3. 102 年屏東中小學聯運第 3 名
4. 102 年年全國乙級排球聯賽高屏區第 2 名，榮獲全國賽代表權。
5. 102 學年年參加全國乙級排球聯賽，進入 8 強。
6. 102 年全國華宗盃排球錦標賽進入 8 強。
7. 103 年全國和家盃排球錦標賽第 2 名。
8. 103 年屏東議長盃第 3 名。
9. 103 年屏東縣主委盃排球賽第 2 名。
10. 103 年屏東縣縣運第 1 名。
11. 103 年全國華宗盃排球錦標賽第 1 名。
12. 103 學年全國乙級聯賽高屏區預賽第 1 名(取得全國賽代表權)。
13. 103 學年全國乙級聯賽決賽第 6 名。
14. 104 年屏東縣議長盃排球賽第 1 名。
15. 105 年參加屏東縣國中小聯運第 5 名。
16. 105 年參加屏東縣縣長盃第 6 名。
17. 106 年屏東縣區域排球賽第 5 名。
18. 106 年屏東縣金獅盃排球賽第 6 名。
19. 106 年全國華宗盃排球錦標賽第 4 名。
20. 106 年全國北港媽祖盃排球錦標賽第 2 名。
21. 106 學年全國乙級聯賽高屏區預賽第 1 名(取得全國賽代表權)。
22. 107 年屏東縣縣長盃排球錦標賽第 4 名。
23. 107 學年全國乙級聯賽高屏區預賽第 1 名(取得全國賽代表權)。
24. 108 年全國和家盃排球錦標賽第 4 名。
25. 108 年屏東縣縣運第 3 名。
26. 108 年屏東縣縣長盃排球錦標賽第 4 名。
27. 108 年屏東縣國中小聯運第 3 名。
28. 108 年全國華宗盃排球錦標賽第 2 名。
29. 108 年全國北港媽祖盃排球錦標賽第 2 名。
30. 108 學年全國乙級聯賽高屏區預賽第 1 名(取得全國賽代表權)。



31. 109 年全國和家盃排球錦標賽第 4 名。(109.1.21)
32. 108 學年度全國乙級聯賽全國冠軍。(109.6.15)
33. 109 年屏東縣縣運第 3 名。(109.11.8)
34. 109 年全國華宗盃排球錦標賽第 4 名。(109.11.17)
35. 109 年全國北港媽祖盃排球錦標賽第 7 名。(109.12.13)
36. 109 學年全國乙級聯賽屏東區預賽第 1 名(取得全國賽代表權 12.31)
37. 110 年屏東縣國中小聯運第 5 名。(110.2.28)
38. 109 學年度全國乙級聯賽全國第 5 名。(110.4.24)

### 三. 計畫動機與目的

本校目前有柔道、足球校隊有不錯成績，近年學區內國小推展排球運動有成，近 9 年在 貴會的補助，推行成績有成，若能持續發展，以利學生畢業後能留鄉發展排球技能。自 101 年 7 月成立至今，利用課後時間與社團課程及寒暑假留校訓練，球隊訓練經費或各項比賽費用，學校支應有限，且學生的家境普遍不佳，期望經 貴會的協助能解決此一困難。

本校成立排球團隊，除上述表明為鄉內體育特色外，另積極目的在於培養學生獨立自主與團隊合作能力，因為技能的專精是靠學生個人不斷地學習精進，此需學生獨力學習能力；另因排球為團隊比賽，且分工仔細各球員扮演球場每一個重要角色，希冀在訓練及比賽中重視團隊榮譽、合作學習的重要。經過球隊的設立，除球員技能訓練外，也建立學生未來生涯發展規劃的能力與品德教育的養成，培養學生帶的走的能力～獨立思考、合作。

另值得一提的是，貴會補助本校 110 年應屆畢業生共 3 名球員。可賀之處在於學生藉由排球專程之訓練，不但學習球藝更提供升學之優勢，目前 2 人升讀排球專長學校，另 1 人就讀私立高職學習一技之長，國中比賽成績得以在免試升學取得加分優勢。今年即將申請第 10 年的計畫，雖主力球員現已畢業，但在學區建立好適性升學機制，以持續發展排球特色，期望 貴會能贊助本校，彌補本校經費窘困之境，相信學生亦能學得知恩惜福。

### 四. 問題界定與需求評估

原住民偏鄉小型學校(目前 6 班)，學生家庭多屬弱勢家庭，父母多從事農業或臨時勞力性質的工作，如鐵工、鋤草服務員、建築板模工等，平時家長忙於生計無暇家庭照顧，學生回到家常是祖父母或自己兄長照顧。因此學生回家課後功課的複習狀況不佳，學生的成績普遍低落，學生回部落在家的休閒活動多為手機線上遊戲及看電視。

但學校原有體育團隊活動學生興趣極高，且每個社區皆有活動中心提供學生打球活動的場地，因此學生課後與假日也接觸運動。101 年本校成立排球團隊，除銜接學區國小畢業學生外，也希望透過球隊成立能有系統的、規律性的訓練，培養學生運動打球的習慣與建立目標性的學習，學校邀請具排球教學經驗豐富的教練指導，除了教導學生球技，也藉排球及涵養學生積極學習、刻苦耐勞的態度，至今訓練有 9 年成績斐然，社區家長也認同學校經營排球團隊的努力，參加學生也很樂於學習，重要的是潛移默化中影



響學習態度與禮貌。

至於學生學習補救，本校排球團隊規劃住宿(學校有宿舍)，並配合教育部補救教學方案申請夜間輔導學習，所有排球團隊學生皆安排參加此夜間學習輔導，以補救學生課業的學習。

## 五. 計畫內容(多年期計畫請簡短敘述逐年執行內容)

說明計畫執行時的服務對象、服務項目、將如何進行、如何分工、時程安排及相關細節，此部份為計畫的策略與執行。進度表與分工表請附件於附錄。申請第二年以上之計畫，應提出未來對其他社會資源之籌募及運用規劃。

(一)本計畫規劃三年期實施，並定短中長程計畫為目標：

1. 短程目標【適性】：發展學校體育團隊，成績以成為本縣前 3 名為目標。
2. 中程目標【特色】：成為社區體育特色，成績以全國級賽事前 6 名為目標。
3. 長程目標【永續】：培養國手級選手，成績以全國級賽事前 3 名為目標。

(二)計畫對象：

1. 首要對象為本校學生，訓練球員技巧，建立團隊合作觀念。
2. 擴大成立訓練站，與學區國小及高中建立垂直網路，暢通學生升學進路管道。

(三)訓練執行：體能活動與訓練時間規劃如下：

項次	訓練期	訓練時間	對象	預計時數	人數	備註
1	學期間 1~6 月，9~12 月	每週一至 週五下午 放學後 2 節	本校 排球 隊隊 員	每週五天，一天 2 節，執行 10 個月 共 40 週，總計時 數 400 節。	預計 18 人	
2	暑假(七、八月擇 6 週)	每週一至 週五下午 3 節		每週五天，一天 3 節，執行共 6 週， 總計時數 90 節。		另安 排移 地訓 練

(四)參加比賽：本校排球團隊參加之比賽主要有以下幾項：

1. 屏東縣縣運(11月)
2. 屏東中小學聯運(3月)
3. 全國華宗盃(10月)
4. 全國和家盃(2月)
5. 國中排球聯賽(12月、2月、4月)
6. 區域性排球賽(11月)
7. 屏東縣縣長盃。(9月)
8. 全國北港媽祖盃(12月)

(五)師資來源：

編號	姓名	現職工作	資格、工作內容	備註
1	林泰山	萬安國小服務員	全國亞青盃國手	執行教練
2	簡明輝	本校教師	排球 C 級教練	協助教練
3	黃 鈞	電子公司、畢業校友	助理教練	協助訓練
4	戴達元	本校專任運動教練	體能訓練	



## (六)未來社會資源之籌募及運用規劃:

編號	社會資源	籌募規劃	經費運用	備註
1	屏東縣體育發展中心	全國各賽事	器材、比賽費用	
2	泰武鄉公所	全國各賽事	全國賽事之比賽費用	
3	屏東縣議會	全國各賽事	全國賽事之比賽費用	
4	教育儲蓄戶	學員生活學習	家境困難學員學習及訓練之補助	

## 六. 計畫評估及預期效益

- 1、說明如何評量計畫成效的方法，包含指標、評估工具、評估方法，以及評估資料的呈現與運用。可以簡單敘述評估計畫，並輔以表格呈現。結果說明則是說明未來如何運用評估結果，作為計畫修正的依據及提供計畫成果達成程度的參考，或是據此研擬進一步輔導計畫。
- 2、本項指在特定的時間內，預期達到的明確、具體可測量的結果。

## 1、計畫評估說明

101 年起學校成立了「排球隊」，已成為原學區國小排球隊國中進路選擇，社區家長及學生皆感受到學校開辦排球團隊的用心，因此學區國小排球隊成員一致選擇留鄉就讀，並且經過教練的規劃訓練，團隊逐漸成形，又教練極為重視學生品格與態度，建立了團隊規範與積極之訓練精神。

另與學生班級導師建立互動關係，讓這份引導計畫也能獲得學生導師的認同，並參與學員行為評估，發揮更大更廣的影響力。此外，配合學校教育部補救教學計畫之方案實施夜間學習輔導，讓喜歡打球的孩子也樂於課業學習，以補救其學習課程。

學校執行預期成效自評量表如下附表：



### 學校執行預期成效自評量表

※本表『成效評估』項需含：高關懷學生數及比例、中輟人數、未來繼續升學高中職人數…等項目。

成效評估	量化指標	評估方法與工具
1. 參與人數	達各項活動 預期人數 80%	以參加人員點名冊人數認定
2. 活動滿意度	滿意度達 80%	以問卷抽查
3. 學生學習表現成績	學習成就測驗	補救教學線上科技化評量結果
4. 參與校外比賽	戰績穩定 進步	對外比賽成績
5. 落實學生服務學習精神	每學年須完成 6 小時服務學習時數。	學務系統服務學習時數
6. 良好品格的建立	教練及導師的觀察	1. 以觀察紀錄表填寫 2. 學生生活表現獎懲紀錄
7. 重視團隊精神	1. 訓練的表現 2. 隊員間互助行為	以檢核表量化方式自評及他評
8. 形塑自我肯定的信心	自我信心表現	以成效自評表呈現
9. 高關懷(含中輟)學生	高關懷(含中輟)學生數	結合輔導室及導師觀察個案學生

(表格內容如填寫不下，可以自行調整格子大小)





## 2、團隊訓練如何達成預期效益？

- (1) 良好品格的建立：球隊訓練屬團體單位，重視紀律與本分，訓練中除技藝的加強外，遵守教練規定與球隊規範可培養學生良好的品格。
- (2) 重視團隊精神：排球是一團體性運動競技，球場中球員各司其職，但球賽的設計形成球員間的互動、默契是重要的，因此訓練或比賽時可培養學生重視團隊精神，既使候補球員也可以發揮團隊精神，給予鼓勵和打氣。
- (3) 形塑自我肯定的信心：藉成效自評表，得知學生對活動的滿意度與自我省察結果，比賽戰績誠然影響自信心，但重點是學生有無從比賽中形成自我要求、肯定之自信。

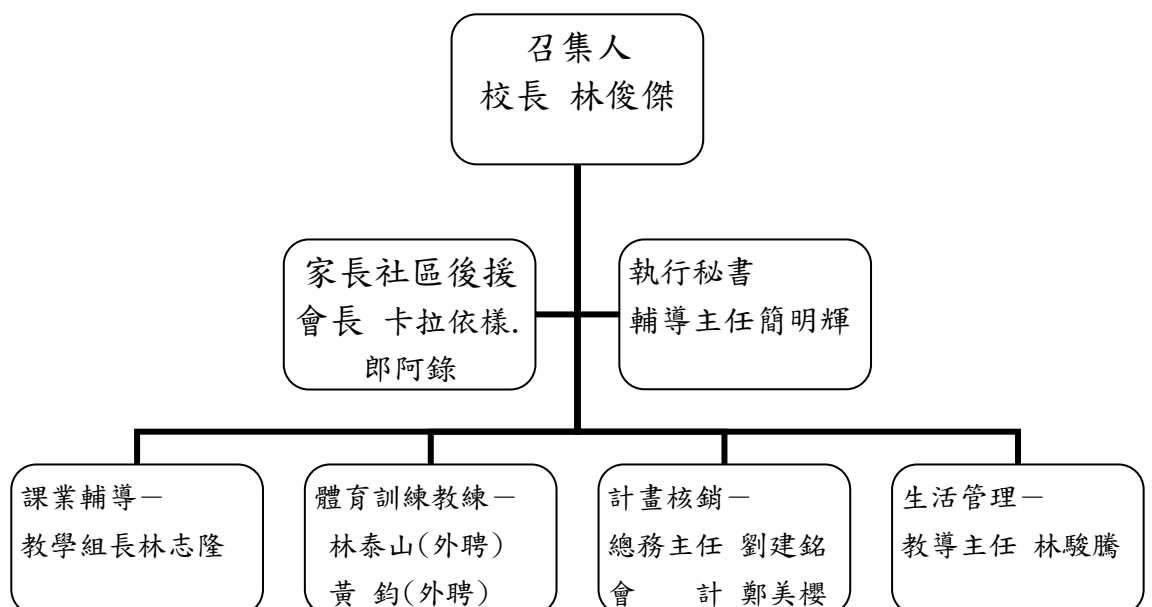
## 七. 附錄

本項請檢附進度表、分工表或其他與本計畫之相關資料

### 1、計畫進度甘梯進度表：

活動項目\月份	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
計畫申請												
課後學習輔導												
訓練期間(學期)												
訓練期間(暑期)												
比賽期程												

### 2、分工職掌表





附表 1-2

## 學校基本資料表

單位名稱	屏東縣立泰武國民中學		設立時間	67 年 9 月
單位屬性	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 都會區 <input checked="" type="checkbox"/> 偏遠 <input type="checkbox"/> 特偏 <input checked="" type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 離島			
校 長	林俊傑	電 話	08-7831025#11 0975709358	
E-mail	rogerjjlin07@gmail.com	傳 真	08-7830502	
通訊地址	92141 屏東縣泰武鄉佳平村 120 號			
學校網址	<a href="http://www.twjh.ptc.edu.tw">http://www.twjh.ptc.edu.tw</a>			
計畫承辦人	簡明輝	電 話	08-7831025#15 0958125256	
E-mail	taiwu087831025@gmail.com	傳 真	08-7830502	
學生屬性概況	<p>全校學生人數 <u>119</u> 人，每班平均約 <u>20</u> 人。</p> <p>低收入戶人數 <u>19</u> 人，佔 <u>16%</u>。清寒家庭(不含低收入戶)人數 <u>36</u> 人佔 <u>30%</u></p> <p>外籍配偶人數 <u>3</u> 人，佔 <u>2.5%</u>。隔代教養人數 <u>10</u> 人，佔 <u>7.5%</u>。</p> <p>單親家庭人數 <u>31</u> 人，佔 <u>25%</u>。</p> <p>原住民 <u>119</u> 人，佔 <u>100%</u>。殘障人士子女人數 <u>3</u> 人，佔 <u>2.5%</u>。</p> <p>總計弱勢家庭人數高達 <u>58</u> 人次、佔全校百分之 <u>48.7</u>。(剔除重覆人數)</p>			
學校背景與發展特色	<p>本校為一原住民排灣族學校，位處屏東縣泰武鄉，倚靠北大五山，全校 6 班，各年級 2 班，共計 119 人，學生全數幾乎為原住民排灣族。學生生性活潑，樂於學習，尤其在傳承文化技藝方面，如古謠、森巴鼓隊等皆有不錯發展，另在體育方面，本校為屏東核定二項體育重點發展基層訓練站：有柔道及排球，原住民天生的運動細胞，藉成立各團隊的訓練得以發揮其才能。</p> <p>現任校長林俊傑著重學生品德生活教育，在前任各校長所奠基之基礎上繼續發展，主持推行閱讀教育活動、藝文社團、技藝社團等，目標成立多元適性發展的學校。</p>			



附表 1-3

普仁「大手拉小手」青少年引導計畫 學校承諾書

本校 屏東縣立泰武國民中學 接受財團法人普仁青年關懷基金會「大手拉小手」青少年引導計畫贊助，願訂立本承諾書，承諾遵守下列約定事項：

- 第一條 本校承諾願意配合於基金會網站每月定時上傳進度報告（如：靜態文字或圖片、動態影片或簡報檔等），以供徵信。
- 第二條 本校承諾願意配合進行年中評估及年度結報工作，若年中評估未達評審標準時，基金會得暫緩或停止第二期贊助款。
- 第三條 計畫獲得核准贊助設備或服裝費用時，本校願意在適當處放置基金會標誌及基金會名稱（附表 4）以協助推廣引導計畫精神。
- 第四條 本校承諾本計畫贊助款專款專用，所獲資助設備應列入學校財產管理，且於年終檢附設備財產清單及經費核實結報，並彙整成果資料一份以利基金會核銷。
- 第五條 本校願配合參與基金會相關成果展出，協助推廣引導計畫成效。

本校若有未依上述承諾執行之情事，願自動放棄各項贊助並繳回之前已贊助之經費。

學校單位負責人  
(蓋關防或機關印信)

中 華 民 國 110 年 9 月 3 日



## 附表 1-4 期初參與學生名冊

- 【備註】：1. 基於個資保護，請勿顯示學生全名。學生身分別、家庭類型及經濟情況可重複勾選。  
2. 表格不敷使用時，請自行調整增加。

編號	姓名	年級	學生身份別				家庭類型				經濟弱勢			其他 補充說明	
			一般生	原住民	外配子女	身障子女	雙親	單親	失親	隔代教養	低收入戶	中低收入	清寒家庭		
1	高0顥	九		✓			✓								
2	高0祖	九		✓			✓								
3	陳0傑	九		✓			✓							✓	
4	葉 0	九		✓				✓							
5	沙0尤· 給度飛揚	九		✓		✓	✓					✓			父親大腸癌治療復原中
6	王0民	九		✓	✓			✓		✓				✓	母親外籍，離異回國
7	彭0鈞	九		✓			✓					✓			
8	尤0豪	八		✓			✓				✓				父親身障
9	紀0文	八		✓				✓		✓					
10	林0瑜	七		✓			✓								
11	邱0承	七		✓			✓					✓			
12	邱0鈞	七		✓			✓					✓			
13	高0倫	七		✓				✓		✓				✓	
14	王0鈞	七		✓			✓								
15	卿0恆	七		✓				✓		✓	✓				
16	高0仁	七		✓			✓								
17	潘0安	七		✓				✓				✓			
18	高0劭	七		✓			✓								



## 附表 3-1

### 學生心得日誌

#### ■一月心得

高 0 祖

這個月的寒假我覺得過得很快，雖然我們排球隊都沒有練球，在家好好休息，我還是覺得過得很快，而且我們的寒假輔導才上 4 天。我們排球隊的禮拜一跟禮拜二沒有上課，因為我們去高雄參加和家盃全國比賽，因此沒有上輔導課。第一天，我們面對台中豐南國中，雖然他們沒有很強，但是身高非常的高，最後不幸輸了第一場，我發現，有些隊員都打不開。第二天，我們對嘉義義竹國中我們贏了，而且晉級到複賽，第 3 天，我們面對常常對打的建國國中跟大雅國中，我們贏了建國，但是輸了大雅國中，最後進入到第 5、第 6 名的爭奪，最後一場面對宜蘭的國華國中，雖然對方高度很高，但是我們靠默契團隊合作，最後贏了這一場，也拿到了全國和家盃的第 5 名。

彭 0 鈞

在一月的時候，我們是在放寒假，我們放寒假的時候就開始在練習，因為寒假的時候會有比賽，我們這次參加的比賽是排球界的 5 大盃賽，其中一個盃賽全國和家盃是在高雄比賽，經過 5 天的比賽，我們最後拿到了第 5 名，也是非常不容易，這是我們今年第一個全國的獎盃，在比賽過程裡面，我們都很積極，不怕失誤，不怕落後堅持不放棄，因此在最後一場對宜蘭國華國中時，我們反敗為勝，贏了這一場比賽，希望在聯賽能夠更加進步。

王 0 民

在一月的時候，我們放了寒假，我們都很高興，因為寒假還有過年，在過年前 4 天，我帶著弟弟兩個人自己坐客運到台中的叔叔家去玩，要謝謝我的爸爸，他很放心的讓我和弟弟能夠順利到台中，到火車站的時候，表姊和叔叔開著車帶著我們，在台中我們有去公園跑步遊戲，而且還和別人 pk 籃球賽，我跟我弟弟玩得很快樂，叔叔及表姊在旁邊給我們鼓勵看我們打球，回到家過年的時候，家裡有辦聚會的活動，好多親友都回來了，表哥表姊、叔叔、阿姨都回來跟我們一起過年，另外這個月，我們排球隊還有參加全國和家盃，經過 5 天比賽拿到了第 5 名。

邱 0 承

我們寒假的時候一開始沒有在練球。直到寒假輔導課開始的前 3 天，我們就開始練習排球，練完球之後，我們每個人都要寫寒假作業，按照學校規定，作業要在寒假寫完，不然就要受到處分。寒假輔導開始我們前 3 天都在高雄前鎮國中，比全國和家盃，我們比了 5 天，總共是 4 勝二敗的成績，可惜沒有辦法拿到前 3 名，但是我們表現已經不錯，獲得第五名，這是今年第一座獎盃，我們會更加努力練習。

邱 0 鈞

我們要上寒假的時候，我很不想上課，但是因為才上 5 天，我慢慢的就適應了。一天一天的去上課，但是我們規定要寫寒假作業，因為老師以及學校有規定，慢慢的我就把作業寫完了。另外，





寒假的時候，我們有出去玩，到了上課的時候很緊張，因為要繳寒假作業，我已經寫完了，我非常放心、也希望能夠在新的學期新的學習進步，這次我們還比了在高雄的和家盃得到了第 5 名，我覺得很不錯，我從比賽中看到學長打球的樣子，我希望有一天也能夠跟他們一樣強。

葉 0

今年是新的一年，也是一個新的開始，去年剛升 9 年級的我們還有新生剛進來，現在國中的學弟們已經認識了很久也相處很久，大家對我們越來越熟悉了，希望在新的一年裡比賽可以有成績，雖然比賽比去年和前年來得少，這一年第一場比賽是全國和家盃，在高雄舉辦。這次的和家盃，我們拿了第 5 名的成績。在比賽中，我發現自己的失誤非常多，接下來的練習，我要好好的改進加強訓練，那也希望在下個目標聯賽能夠進步拿到好的成績。

高 0 仁

寒假這段期間我們都沒有練球，所以我們都在家裡，我們有些人會出去旅遊，有些人會出去找朋友玩，還有些人會一直待在家裡，我們寒假結束以後就開始練球，我一開始還沒有找到手感技巧，所以我舉的球都一直亂飛，無法正確舉到正確攻擊位置。寒假，我們還有比全國和家盃，我們的第一場對豐南國中，雖然輸了，可是我們也沒有讓對手打得很輕鬆、第二場我們對建國國中，我們贏了對方，經過決賽抽籤後面對人高馬大的宜蘭國華國中，最後我們打了 3 局贏了這一場，也拿下全國和家盃的第五名。

高 0 綸

我們在寒假的時候沒有練球，我們都在家裡寫寒假作業，還有寫主任給我們出的作業與剪報，我都在家裡寫完。我還有被記過，所以我在寒假期間的時候，有去學校打掃銷過。們在比全國和家盃的時候，我們第一場對豐南國中，雖然贏了第一局，但是第 2、第 3 局輸了豐南，所以第一場我們輸在自己失誤太多，第二戰對中山國中就不敢太輕敵，順利贏了，接下來，對於大雅是非常強的隊伍，雖然輸，但是我們的精神可佳，最後一場面對宜蘭國華國中全力爭取第 5 名的成績，最後以二比一勝了國華國中，順利取得今年第一個全國盃比賽的第 5 名次。

卿 0 恆

寒假期間，我每天在家都會早睡早起，起床了都會刷牙洗臉。過年的時候，我們有出去高雄義大世界遊玩，我們玩了很多遊戲，有自由落體，還有雲霄飛車。另外，我們參加了在高雄的全國和家盃比賽，我們第一場面對豐南國中雖然輸了，但是接下來第 2 場、第 3 場我們拿出我們的堅持，不放棄的精神，贏了對手，在最後一天要進 4 強時。面對大雅國中這強力的對手，教練交代我們就放開來打，不要想太多，雖然打得很吃力，也輸了這一場，無法進 4 強。但是教練說我們在比賽過程都盡情的發揮到教練所要求的地步。最後我們爭取第 5 名，面對國華國中順利的拿下了這一場，也拿到了今年第一場全國盃賽的第五名獎盃。

高 0 顥

1 月心得 今年的 2022 年是新得一年也是新的開始，在去年也就是 2021 年是一個非常辛苦的一年因為去年的一月多有一個傳染病一開始名稱是武漢肺炎，期末考的時候我非常的認真在考期



末考，覺得比前兩次考的還好一點，在要放寒假的時候主任已經提早告訴各位都要來練球，大家都好像有自信的每天在練球，寒假大家都來訓練，為以後比賽準備。

潘 0 安

一月心得：新的一年希望大家在新的一年能夠順利雖然疫情讓我們都不能去自己想去的地方，不過我只想說疫情限制了我們很多東西但這不影響我們球隊訓練時間，我們還是在積極的練習，為了這次比賽努力的練習中途雖然有很多人沒來但教練還是想盡辦法練起來。希望之後的比賽各位能夠好好地打被攔了沒關係還有我們在下面接球我們在重新打直到把球打下去，打不好也沒關係，我們在慢慢的調整，我們不好的地方讓教練知道，我們是認真在對待這次的複賽我們要加油。

紀 0 文

一月心得 元旦的時候我有和家人一起去釣魚，我還有和爸爸一起去河流游泳，姐姐有帶我去潮州玩，玩得很開心快樂！我們還有體能訓練，很累。還有期末考我們一直在唸書，因為我們希望可以考得很高，所以我們一直在唸書。還有我們要放寒假了，我們很開心！我們要比複賽了，所以教練說寒假的時候我們排球隊的要練球，還有有一天我在家睡的很舒服的時候，朋友直接到我的房間叫我起來，我就說怎麼了？他就說走啊一起去打球我就很開心的答應了。

## ■ 二月心得

高 0 祖

二月 11 日是開學日，3 個禮拜之後，就要比排球聯賽的南區複賽。這 3 個禮拜教練及助教學長都利用這幾天好練球，因為南區複賽我們一定要過關，才能晉級全國決賽，因為我想在我畢業的時候再拿一個聯賽冠軍。比賽前兩個禮拜我們都在練體能，因為寒假都沒有練習，大家可能都變胖了，所以操一下體能。但是不要忘了，還是要好好讀書，希望我們可以晉級聯賽決賽，再拿一個冠軍，就可以很驕傲的告訴別人，我們做到了。因為我在國中就可以拿兩個全國冠軍，一個是哥哥宇浩帶我們的，另外一個希望是我擔任隊長自己帶領球隊隊員拿到的冠軍。

王 0 民

在二月的時候是我們的開學日，還有我看到新學期有新的同學轉過來，但是他是隔壁班的一位女生，另外我們排球隊也繼續練球，因為我們即將參加聯賽南區複賽，是一場非常重要的比賽，還有我要謝謝助教學長、因為學長在這學期第一天練球的時候給我們每位球員一個紅包，我們拿到紅包的時候非常開心。在南區複賽的時候，雖然在第一階段沒有辦法晉級，可是我們改正了缺點，在第二階段，經過兩場的勝利，順利拿到全國決賽的資格，我要謝謝教練、老師，還有助教學長。最近疫情又比較嚴峻，所以戴口罩非常的重要，又要回到無時無刻都要戴著口罩，但是這也是為了自己的健康。



### 彭 O 鈞

2 月 11 日是我們開學的日子，開學這個月我們就開始練習，因為之後的 3 個禮拜就要參加一年一度的聯賽南區複賽，在還沒有比複賽以前，我們積極的練習。在集訓的過程中，我們學會了很多。我知道我還缺少哪一些技巧，所以在練習的時候努力去學習，聽從教練的指揮，在進行比賽的時候，我們第一場對澎湖馬公國中，贏得勝利，之後面對南投同富國中不幸輸了，雖然無法第一階段晉級，但是第 2 階段取得 2 連勝依然取得了全國決賽的門票，我從這次比賽學會了堅持不放棄，還有團隊合作的重要。

### 邱 O 承

在開學的時候我們星期一至星期五都在練球，因為在過天就要比聯賽南區複賽，打贏了這場複賽，就可以晉級全國決賽，所以我們星期六、日假日都加強的練習，後來我們打贏了 3 場比賽，也順利在第二階段就晉級了全國決賽。接下來我們一定要更努力表現我們的球技。在這幾天，老師有交代要把功課完成才能夠去比賽，主任也有安排比賽期間作業的填寫還有複習功課，謝謝老師還有主任，讓我在比賽的時候還不忘記要學習課程的複習。

### 邱 O 鈞

在開學的時候，我就很開心，因為這學期爸爸讓我們兄弟可以住宿了，我很期待，所以我很開心。另外，一開學就開始練排球，雖然覺得很累，但是我知道要一直練習才會進步，而且我發現，我慢慢的練身材也越來越瘦了，另外我們過 3 天以後就要去參加南區複賽，比賽的時候我們很開心，雖然不能上課，但是我們老師以及主任也交了很多的功課。那這一次南區複賽，我們打得很好。學長在場上的表現，讓我能夠學習到很多，尤其是發球，我們得分非常的多。另外，我們也做了體能的訓練，讓自己的體力還有彈跳力，能夠更進步，希望下次等我下場的時候做好心理準備，為球隊為學校能夠贏得比賽。

### 葉 O

今年的寒假很短，很快就開學了。這次的開學時間是二月 11 日，這學期是我們在國中階段最後一個學期，馬上就要畢業了，所以要好珍惜剩下的比賽，去年 2021 年的年底，我們泰武國中有比聯賽的屏東縣預賽，雖然我們拿到第二，但是我們還是順利晉級到南區複賽，南區複賽是在開學後的第二個禮拜，就要比賽了。我們再利用這個禮拜的時間，用最快、最短的配合讓自己的手感以及球技能夠盡快恢復，我們還有去別鄉鎮進行友誼交流賽，也希望複賽能夠打得好晉級全國決賽的機會。

### 高 O 仁

我們開學的時候有 4 天住宿，晚上有去打籃球，打完籃球我們就會回去宿舍報到，我們都很早睡，差不多 10 點睡覺，因為我們下午都有練排球，最近我們要遇到聯賽南區複賽，所以我們練習完之後都會很累，晚上才會這麼早睡覺，我們練球要做修正球跟攻擊，做完操以後就要做仰臥起坐，我們一分鐘要做完 50 下，所以我覺得腹部都會很痛，我們馬上就要準備參加南區複賽、我們第一場對馬公國中，很順利拿下比賽，接下來雖然沒有贏第 2 場，但是在第二階段連贏了兩個學校，順利晉級全國的決賽，希望決賽的時候，大家在做最好的調整。





## 高 0 綸

我在開學的時候，練球我都還可以忍得住，但是後來因為腰傷的關係休息了很多時間，所以回來球隊的時候因為要比複賽了，所以教練就把練球的強度提高，因此我開始覺得有點忍不住了，所以我在練那些體能的時候，我開始吃不消了。上學的時候我學到很多不同科目的知識，我上課時，主任都會一直問我問題，但是我都能回答正確的答案，我們在台南南區複賽時，主任一直給我們加油，主任還給我們營養品吃，讓我們補充體力。學長說，在第一階段要贏，不然我們會對到很強的隊伍，所以我們全隊一定要加油，南區複賽晉級全國決賽的機會。

## 卿 0 恆

寒假期間我跟家人一起在家過年，開學的前兩週就有比和家盃，我們得到了全國第 5 名。我們打完之後，緊接著是非常重要的聯賽南區複賽，我們在練球的時候很辛苦，到了南區複賽前幾天，我們把全部的訓練、技術一起拿出來，在訓練時，教練會安排每個球員的位置，讓我們熟悉比賽時的應對，也告訴我們這場比賽要謹慎、要努力，接下來我們到台南去比聯賽複賽，是住在台南的麻豆池王府，我們把東西整理好以後，隔天去了學甲國中比賽，經過 3 天的賽事，我們最後在第二階段以 3 勝 1 敗的成績，成功晉級了全國決賽的機會，我要謝謝教練教導我們。

## 王 0 鈞

寒假的時候我們都在家裡玩，沒有練球。有的時候會去別人家打籃球，剛開學時我們有去比全國和家盃，剛開始打得不是很好，慢慢才找到手感，最後得到第五名成績，剩下的寒假都在家裡

## ■ 三月心得

### 王 0 鈞

3 月 4 日到 6 日我們有比屏東縣中小聯運，最後我們拿到第五名，前四名的球隊都是甲組的球隊，他們都很高也跳很高，雖然我們很矮但是我們也跳很高，所以我們才可以跟對方打得有來有回，但是我們還是沒能拿到很好的成績，過了一段時間甲組聯賽決賽就開始比了，主任帶我們去看國中女排男排的冠軍戰，女排的冠軍隊伍已經拿了好幾次冠軍，男排冠軍戰有本縣的潮州國中，出場有熱鬧的球員介紹，最後可惜潮州未能奪冠，但是是一場精彩比賽，我也學習到很多技巧。

### 紀 0 文

3 月 23 日我們排球隊去屏東的球隊加油！也順便學習甲組球隊的防守和攻擊，我學到了如何突破對方的攔網，對方攻擊如何防守，每支球隊都很優秀，身高、攻擊、防守、發球、都很強，也是我們的學習之一。屏東潮州國中打進了冠軍戰，主力球員攻下了大部分的分數，我蠻欣賞他的，雖然最後潮州沒得到冠軍，但是已經盡力了。希望乙組球隊的我們能拿到更好的成績。



### 卿 0 恆

這個月我們參加了屏東縣中小聯運，總共有 8 隊學校參加，我們很可惜在預賽的時候雖然贏了 2 場，但輸了 1 場，所以只能爭取 5-6 名，最後的賽事面對林邊國中，我們發揮得很好，團隊合作，我攻擊時都可以得分，教練交代我們要把練習的技巧和戰術表現出來，我們拿到了第五名。我們也去國中甲組聯賽冠軍戰的觀賽，我希望可以跟他們一樣厲害。

### 葉 0

今年 3 月我們泰武國中排球隊得球員參加滿多活動與比賽的，我們參加了三天的中小學運動會，與同縣市的國中比賽排球，這三天大家都很認真很積極的態度在打球，最後我們得到第五名，我覺得我們應該可以打得更好，只是沒有好好掌握，關鍵的一場四強賽事原本領先一局但對方後來居上，我們有檢討這場比賽，大家太極了所以失誤過多。聯賽決賽是在下個月，希望我們訓練更認真，練球多學習。

### 尤 0 豪

三月心得 有一次在跟家人坐捷運看到一個老人家在跟一個小朋友坐，然後過了一段時間有看到老人家突然拿起食物時就看到那個老人家把食物給了那個小朋友吃，因為小朋友肚子餓了老人家就把食物給了小朋友吃，上了捷運有看到老人家在我的對面坐下有看到一個女大學生他在旁邊哭那個時候老人家看到以後就主動的去安慰那個女大學生。

### 彭 0 鈞

三月心得：我自己經歷過得是在我跟同學出去玩的時候，結果我們看到有人在路邊上，看他在不舒服感覺他一直在摸心臟感覺他在不舒服我們就去問他說你怎麼了感覺你不舒服他就說我對啊我就說你身上有藥嗎他就說有，我就說你先吃藥，等等我就跟我同學陪你走路到診所他就說好，我們陪他走路，我們到了門口他就說謝謝你們我等下就自己進去看就好了，後面他進去後我們就跟他說辦辦。

### 王 0 民

我們今天早上有比決賽，我們有贏我和朋友們都很開心，我要感謝學長和教練的教導，我們禮拜一的早上 8 點就出發了。聯賽前的時候因為我們排球隊的要比聯賽了，所以我們一直努力的練習，假日也有練。還有我們有第一次段考我們一直在努力地看書，希望可以及格，考試我很緊張，可是還是寫完了，還有我們和爸爸叔叔一起去墳墓看奶奶，看完我就和叔叔一起去釣魚還有游泳

### 邱 0 承

在這次的段考中是這個學期的第一次段考，在這第一次的段考裡，我非常非常認真的考試，但考的不是很理想考的非常的差，我覺得沒有關係在下次的考試就是第二次段考在認真努力，要比聯賽了我們大家都非常努力在為校爭光，距離比賽的時間越來越近了，所以我們練球的時間非常的短，我們剩一個月的時間內來練球我們大家的球技、比賽的隊形、我們的攔網、我們的接球、我們的攻擊、都要練到非常的到位。





## ■四月心得

葉 0

今年四月有兩場比賽，而這兩場比賽是我們九年級的後兩場比賽，這兩場呢分別是排魯盃和我妹的最重要的聯賽決賽，在這個月的四月 3 4 號這兩天是我們泰武國中代表自己的家鄉參加排魯盃，這兩天我們每一位球員都很認真的去打每一場，在比賽前大家都在努力的練習，我們大家的辛苦都沒有白費，下次得聯賽我們一定要打出好成績，這次的聯賽是有延後的延後一個禮拜，所以大家練習的時間又變多了要好好的去把我們失誤很多的的地方去加強各位同學最後一場比賽了加油。

尤 0 豪

在大概要比排魯盃之前我們努力練習只為了 4 月 4 號的排魯盃能夠為自己的家鄉得名所以我們都非常努力的練習雖然這次比賽我不是先發但我一定好好練習才能夠為家鄉學校得到好的名次，這次我們的對手有霧台鄉、三地們鄉、瑪家鄉、春日鄉這四個就是我們的對手第一場我們打得不太理想但是最後我們還是贏了，在接下來的比賽我們一直營直到我們拿到冠軍希望下次我們還可以拿冠軍。

彭 0 鈞

四月心得:我們在四月的時候，我們四月有連假我們連假在比賽，我們在四月二到四月四是我們比全國排灣魯凱的運動大會，我們第一場對的對手是三地門，第二場對的對手是霧台，第三場對的是春日，我們最後一場冠軍戰對瑪家，我們四場都全勝，我們也拿下這次的冠軍，我們比完賽的時候我們就開始訓練，因為我們訓練的原因是因為我們要準備全國乙級聯賽的全國決賽，本來是四月 19 到四月 23，因疫情的剛擾，我們就延期到四月 29 到五月 3 號，在屏東縣大仁科大，屏東市我們的主場，因為我們是屏東縣泰武國中，我們努力的前進到冠軍賽。

高 0 顯

四月心得:我們在這個月份，我們在 4 月 3 到 4 月 4 號是我們比排灣族魯凱族的運動大會，我們第一場對手是三地門鄉，我們第一局打輸了，但是我們在二 三局把比賽給拿回來了，因為這一場的逆轉，讓我們有信心可以繼續拿下下一場的比赛，最後我們就拿下了冠軍。比完排魯盃後，接下來就是最重要的決賽，今年我有信心可以拿到冠軍，我覺得我們真的進步很多，大家都會互相提醒、互相幫忙，這個就是團隊，希望今年可以拿下屬於我們自己的冠軍。

王 0 鈞

四月心得 4 月初的時候我們排球隊代表泰武鄉參加排魯盃運動會我們去比第一場的時候我們有贏因為我們每天練球放學了就練連假日也在練球我們為了讓泰武鄉拿到冠軍所以我們才每天在球場上每天留著汗的訓練我們最後拿到了冠軍到了最後我們還有一個很重要比賽就是全國聯賽決賽我們之後的訓練就越來越辛苦了我們的學長非常的認真每次練完球衣服都可以擠出汗我們這幫學弟也要跟學長們一樣勤奮認真才可以學長一樣的強。



### 林 O 瑜

今天對上三地門，第一局被玩死，第二局我們認真起來，接發球幾乎都有到位，開始做變化，第二局獲勝，第三局有一點小失誤，結果還是?了。下一場對霧台，霧台也是很強的，第一局我們領先，結果還是我們?了，第二局他們認真起來了，我們不怕，我們落後，結果我們逆轉勝，排魯盃結束後，接下來是我們最重要的比賽，乙級排球聯賽，這段期間我們一直練防守攻擊接發球，謝調學長和教練的教導，我們會拿冠軍獎杯回來！

### 邱 O 鈞

四月 我們每有去看比賽因為要去練召才會效雅我使很開心因為我們以為不會拿冠軍 我看了收機就?了甲組球隊我就很開心就笑了因為，要好好練球要把體力用好 才可以跟別人打比賽你不然的話打不歲人要去聽專心。我們要到聯賽了我就很累 因為我們要練得很強守備要去加強，我現在很緊張又很開心我也很緊張我們聯 賽要到了到下禮拜五要出發了 我們還了 天就要比賽了我很緊張我們的球隊有? 得變得跟強了我希望我們能拿到冠軍也要下去打球了。

### 高 O 綸

4 月;我們在去排魯盃的路上很緊張因為這是第一次排魯盃青少年的比賽 所以我們很緊張我們第一場對到三地門因為我們第一局的時候因為對面有很強 所以第一局輸掉了第二局的時候因為對面失誤所以藏下了第二局但是第三局雖然有一點打得不太順但是還是?了我們後面兩場都有把握住都一大比分直落二 ?了後面兩場所以我們冠軍戰要幫社男復仇所以我們冠軍戰第一局雖然我們的失物沒有太多因為對面的選手都非常強所以所以輸掉但是二三局我們非常強所以我們最終還是冠軍。

### 高 O 祖

四月心得;我們在四月的時候有比一場比賽是排灣族魯凱族運動會，我們第一場 對山地門，我們打三局我們?。第二場對霧台，我們還是?。我們第三場對春日，我們一樣還是?，我們在第四揚的石猴最激烈，我們對瑪家，在這一場整個泰武鄉的人都有看，這一場堪比世大運，第一局是因為我們的失誤失掉了這一局，可是在第二局我們找到了一些狀態，才守住了這一局到了最精彩的一局，我們在這一局打的不分.上下有其是最後幾球，還有一顆，我們攔三顆才全下這一分。1

### 王 O 民

我們排球隊得有去比排魯盃，我們比的時間是禮拜日和禮拜一，我們打四場然後都有 ?然後泰武鄉的朋友們，都有在為我們加油打氣我要謝謝他們，還有我也要感謝教練 和學長們的紙，如果?有那麼好的季長跟教練搞不好比?第一天就回家了，還有謝謝 和我們一想在場卡戰鬥的戰友謝謝他們的配合才可以拿到冠軍還有，我們要去比聯套丁然後我會更?力的練習，然後希望比?的時候有很好的成績部含讓我們的主任、和教練學長們失望還有剩下幾天 就要比?了還是會有一點小緊張-



### 潘 O 安

四月心得 在四月四號的排魯杯我很開心泰武國中拿到冠軍希望下一次我也可以擔上先發 得到第一但是這次雖然我沒有去但以後我會努力練習得先發位子在這段時間 我們又要重新練習只為了在之後的全國聯賽拿到一個好成績在這次的練習我們 有做練習防守訓練還有練隊形練習團隊默契配合 在大概在大前年學長們得到了 聯賽冠軍在前年也有第五名得好成績希望這久我們可以得到一個非常好的成績 如果這次學長們能拿到好成績希望明年我們能拿到更好的成績。

### 沙 O 尤

四月我們排球隊代表泰武鄉參加排灣族魯凱族運動會，也是泰中排球隊第一次代表泰武鄉青年排球賽，第一天地一場就對到了三地門第一場大家狀況都不好，我們還是贏了，第二場對霧台，也順利贏下了，第三場對春日，也贏了，我們也晉級了冠亞軍，我們一天就打了三場，都很順利，就等第二天的冠亞軍，我們的對手是瑪家，瑪家也是一個很強的對手第一局我們不小心輸了，還好我們堅持住了，後兩局我們找回了狀態，聯贏了兩局拿下了冠軍

## ■五月心得

### 葉 O

今年是二零二二年，今年的五月我們泰武國中排球隊有很重要的一場比賽也是我們九年級的最後一場比賽，就是我們的全國排球乙級聯賽 我們各位球員努力的從預賽、複賽一直到現在的決賽 我們大家都很努力的去打每一顆球 也很認真的去聽教練、學長的指導，我們一步步的晉級八強然後在四強在冠亞，我們成功達成了我們自己的目標就是 畢業前拿到冠軍 但萬萬沒想到我們達成了 晉級八強 拚戰前四 勇奪冠軍 我一直很相信一句話 就是 有努力過的人 一定會成功 就像我們 明天滿身大汗 每天這麼辛苦的訓練 這次拿到冠軍真的很值得。

### 王 O 民

5 月的時候我們拿了冠軍，我們全部人都很開心。然後我們要謝謝教練和學長們跟主任，還有我們 3 年級的要畢業了，我們要謝謝老師們還有我們為了冠軍就拼了，還有我們很努力很努力的練球，還好上帝沒有辜負我們的努力，還有要感謝學長教練的教導讓我們 得了一個冠軍，希望未來的學弟能讓我們在拿一個冠軍，還有希望主任還有教練跟我的朋友們都身體健康。

### 高 O 穎

這個月我們有比全國聯賽的決賽，我們一直等待的機會終於到了，這是我國中生涯最後一次的比賽，我們本來已經準備很久了，為了這次的比賽我們準備很久了。第一場我們的對手是苑裡高中，這一場我感覺非常的不適應，因為那邊有開冷氣，第一次在比賽的時候有開冷氣，讓我很不習慣，可是我們還是 2-1 帶走比賽，拿下第一場的勝利，讓我們對後面的比賽有信心，第二場的對手是宜昌國中，這一場我覺得是所有比賽中最輕鬆的一場，也是 2-0 帶走比賽，第三場的對手是草屯國中，這一場我們也是 2-0 拿下勝利，這場打完我們就晉級八強了，達成了第一個目標，八強戰我覺得是最難打的一場，奮戰了三局才拿下，晉級到了四強，第二個目標也完成了，在打





四強戰的時候，我告訴我自己，已經到四強了，一定要拿出所有的實力，全力以赴的打比賽，這場我們一樣也是打到第三局才分出勝負，最後我們打到了冠軍戰，我在比賽前，我有跟自己講這場是國中生涯的最後一場，錯過了就沒有了，最後我們跟同學一起拿到了我們國中生涯的第二冠，這是對我們自己以及支持我們的人最好的交代，努力了那麼久終於劃下一個完美的句號，覺得自己的辛苦是值得的，很開心可以在最後一次的比賽，跟最後一次的隊友，拿下了這屆最後一次的冠軍。我很開心可以跟大家在最後的相處時間，拿下最好的成績，真的很捨不得，好想再跟隊友一起打球，也好像再跟隊友拿下一次冠軍，可惜沒辦法了，我要謝謝最後陪伴大家的主任、教練，謝謝你們在背後的付出，讓我們可以放心的上場，讓我們可以快快樂樂的打球，要畢業了，以後看到大家的機會越來越少，我還是會想念跟大家相處的時間，謝謝你們的陪伴，沒有大家，也就沒有這次的冠軍，希望可以看到學弟拿下二連霸，我相信你們。謝謝大家三年的陪伴，我會想念你們的。

### 彭 O 鈞

我們在五月二號的時候我們有比全國乙級聯賽我們拿冠軍，我們很開心，因為我們是最後一年了也是最後的比賽，我們在下個月就是我們九年級的畢業了。我們在五月都沒去學校我們從比完賽就一直待在家我在五月 31 號有確診可是我有大家的關心我在六月 12 就轉陰性了我也很高興，雖然有得到可是還沒沒有這樣我，我也恢復正常了我要謝謝大家的關心與支持。

### 潘 O 安

這次聯賽很高興可以拿到冠軍，雖然這次沒有下場，但在看學長他們在場上努力得要回分數，也就上場從預賽差點輸，到現在還好預賽有進到決賽，我們對朴子差一點，還好後面學長有追回來，我們學弟們在場下看的很緊張，本來以為要輸了我們學弟們的氣勢慢慢的變小聲，但是學長他們沒有放棄比賽，他們一顆一顆得追回來，我們最後就贏了，就進到了冠軍賽我們休息一下下就要下場比賽了，下一場對惠文他們都長的很高，很像高中生。第一局他們拿下，到了第二局換我們拿下，最後一局我們都很緊張因為如果輸了就沒有了但信好惠文第三局他們的氣是沒有了。

### 王 O 鈞

這次聯賽我們拿到了冠軍，我們很開心，冠軍戰的時候，我們學弟都在場下幫學長們加油，學長他們跟對方打得有來有回，對方的球員都很高，學長們就靠每天練球，練到的戰術和技巧，才不會輸給對方，剩下最後一局的時候，學長們變得更加激積，最後學長們都不放棄任何一顆球，每次都很有把握的接每顆球，才可以贏下這場冠軍戰，我們打完之後去看了女生打冠軍戰，女生的也是很精彩，有很多人來看女生比賽，女生的冠軍是屏東的至正國中，屏東雙料冠軍。

### 高 O 仁

我覺得五月是我在排球隊最開心的時候，因為我們拿到乙級冠軍，這是三年級最重要的比賽，也是最後一場比賽，我們打的十分開心，因為我們終於打到冠軍賽，我們第一局我們的防守都有做好，可是對方實在是太高了，我們一直被攔到，對方讓我們十分懊惱，讓我們不耐煩，我們一直想要得分，我們一時心急而輸掉了比賽，我們第二局從新出發，連續贏了 2 局辛苦贏得比賽獲得冠軍。



### 邱 0 承

這次泰武國中又拿了兩個冠軍，我覺得很開心，我們對的隊伍都是高個子的選手，我們遇到高個子我們會去克服他們，我們不輕言放棄，但我們打了三局，第一句我們先你下因為我們的防守很好和攻擊，到了第二句我們就不穩了，到了最後一句我們每個人都很緊張，我們跟惠文國中的比分相近，最後一分是快攻手掉球得分，我們打完這場我們就去頒獎我們拿了冠軍，要畢業的學長很感動，因為前一個冠軍不是他們拿的，但是今年是他們努力拿到的，頒獎晚之後，我就去看女生組冠軍賽，他們跟我們一樣都打了三局，最後還是屏東縣的拿冠軍我們屏東縣拿了兩個冠軍，我也有跟他們合照紀念一下。我們大家都很开心，我希望下次是我們自己拿一個冠軍。打完聯賽了，三年要畢業了，我們七八年級就要準備。

### 尤 0 豪

在五月的時候我們有比賽果中乙組排球聯賽當時雖然自己在比賽時沒有發揮很好所以沒有得很多分所以我要開始繼續的努力的練球希望下次可以得更多分在這個比賽之前我們努力的練習就是想在排球聯賽拿個好成績最後我們終於做到了我們終於拿到了聯賽冠軍，希望下一次我們學弟可以再拿個冠軍。

### 紀 0 文

5 月我因為身體不舒服，決賽以前去看了醫生仔細檢查，醫生說我的膝蓋有問題，可能有病，所以媽媽幫我跟主任和教練請假休養，可是我不知道竟然要養病那麼久，醫生說我還不適合激烈運動，所以我沒有去比賽，很難過但是又能怎樣，因為我不能跟隊友一起拚戰，看到他們都練得很辛苦，還好隊友很拚拿到了第 2 座冠軍，明年希望我會跟隊友在拚戰。

### 卿 0 恆

這個月我要記錄一件很重要的事，因為我國中第一次參加排球聯賽全國的決賽，雖然我是七年級候補，可是我覺得有機會去參加讓我學到很多，謝謝主任和教練，我們一直很拚，尤其是進八強的比賽，贏的時候我們很高興，聽學長說八強很不簡單，而且明年還有保障名額，我一定要好好練球，希望二年級的時候我可以先發上場。

## ■ 六月心得

### 葉 0

今年的六月，是我們九年級最後一個月，雖然我們都沒有到學校去上課，這次疫情的關係比之前還來得可怕，我真的不敢相信我們台灣能在一天突破萬人確診，真的無法想像。也就是因為疫情陸陸續續的來到南部，還有在這期間還有很多同學都有確診包括我自己，因為疫情的關係而且說好的下禮拜可是又一直延後，我怕不能到校參加畢業典禮，因為都已經最後一個月了，想在看看我們學校的師長和同學，我這個畢業典禮是到校然後用線上的方式來做畢





業典禮，真的很不捨！我真的最感謝的師長就是我們的主任，每一個都把我們當成自己的孩子照顧，每次出去比賽主任都會跟著陪著我們，我們沒有信心打的時候都會聽到主任的聲音為我們加油打氣，幫我們帶動士氣，只要我們有什麼困難主任都會陪你幫你盡全力的幫助你解決困難，真的很高興很幸福有這麼一個好的主任哪裡找得到？真的是少之又少。真的非常謝謝主任這兩年教導和照顧，也謝謝我的隊友們讓我每一天都過的開開心心，我們都要進入一個新的階段，我很怕我到高中需要幫助的時候少了你們在我左右，我找誰幫忙？最後謝謝益登公司和普仁基金會的贊助，在這裡也要跟我的主任和隊友說我愛你們畢業快樂～

#### 王 0 民

我們 3 年級的學生們畢業了我們都很開心，我也要非常感謝陪我多年的朋友們同學們，還有謝謝老師那麼多年以來的教學，還有謝謝我們班的導師還有校長主任，還有因為疫情很嚴重所以我們都線上上課，可是有些人都不上課不然就是上線然後不聽，可是有些老師知道了也不說最開心的事，我們畢業了還有一次我跟 vuvu 去山上的時候看到一條很長很長的蛇，從我們身邊經過，了我們本來要打可是 vuvu 說不要殺那條蛇，雖然他會咬人可是我們沒有動那條蛇，他也不會隨便亂咬人。還有希望各位老師學生同學主任校長教練和學長們都可以身體健康，

#### 高 0 顯

這個月我們要畢業了，可惜沒辦法跟同學好好的相處，因為我們都在線上上課，最後一次見面就是在畢業典禮，希望同學可以順順利利，開開心的生活。很久沒有打球了，很想跟隊友一起打最後一次球，可惜沒辦法了，希望大家都可以健康快樂平安，我畢業了，再見，謝謝這三年來同學、學弟、主任、教練的陪伴，下屆再為學校拿一座冠軍，加油！

#### 彭 0 鈞

我們在六月的時候，我們在六月 14 號就是我們畢業讀時候了，我也謝謝球隊跟主任老師還有普仁謝謝你們贊助我們很多給我們很多鼓勵還有支持謝謝你們我們畢業了，希望我們畢業以後學弟學妹們可以好好讀書，我也希望我們球隊的學弟們鼓勵希望你們可以得到自己擁有的冠軍，我們畢業了，我們高中會加油，謝謝學校們，我們會回來看學校的。

#### 尤 0 豪

6 月到了，我看到學長即將畢業了，他們教我 2 年的排球，我很感謝學長，練球或比賽的時候，他們都會教我如何接球還有攻擊，更重要的是團隊觀念，有時候會表現不好，在球場都很嚴厲指正我，但私下他們會安慰我鼓勵我，我自己也要成為九年級學長了，在課堂上我會認真學習，在排球學習也會帶好學弟。

#### 潘 0 安

這個月練球比較少了，因為學長要畢業了，我們也要期末考，考試的時候我覺得數學和英文很難，我都不會算數學曾文單字背的不多，所以成績不好，我下次要努力讀書，而且我也要升國二了，除了打球以外我要上課認真，至少要及格，不然又要補考。



### 邱 0 恆

在六月的時候我們，因為疫情時好時後，有時在家上課。雖然我有些課都在睡覺但還是很認真上課喔！還有學長畢業了，是球場上的主將，他們畢業我覺得難過但也開心，難過的是他們畢業了排球隊會變弱，但我們會繼續加油，開心的是她們可以繼續去其他高中練習排球或高職學技術。

### 沙 0 尤

我要畢業了，謝謝老師和教練。我國中才加入排球隊，本來都不太懂，後來我慢慢學習，再加上同學常常教我，我成為一位副舉球員，我也是常常擔任攻擊的角色，謝謝教練教我很多排球技巧，出去比賽的時候我很開心，不但可以去各地方看看，也跟隊友一起住宿，我們會一起玩會一起聊天，當然比賽的時候就要很專心，贏了很開心，輸了就彼此安慰打氣，我很懷念那時候。現在我要畢業了，希望學弟加油！

### 高 0 綸

在六月的時候我們都在家上課，因為新型冠狀病毒在台灣傳播的關係，所以都在家上課了。雖然我有些課都在睡覺但還是很認真上課喔！還在學校上課的時候真的很好玩，還有有 5 位學長要畢業了，在球場上的位置有大炮及快攻手，他們畢業我覺得難過但也開心，難過的是他們畢業了排球隊會變弱，但我們會繼續加油，開心的是他們可以繼續去其他高中練習排球，讓他們自己變強。

### 高 0 祖

這個月我即將畢業，我要感謝教練老師，我從國小就開始打球，到了國中教練、學長教我舉球，九年級當任隊長，我很高興。接下來我要去高職讀書，我想繼續往排球的路發展，選擇屏榮高中排球隊，他們是傳統的強隊，希望我也可以將我所學發揮出來。順便就讀餐飲科，學習一技之長，老師說以後也可以參加證照檢定，最後要謝謝泰武國中老師和教練，我畢業以後有空還是會回來跟學貸一起練習，希望母校的排球越來越厲害，學弟加油！

## ■ 七月心得

### 高 0 仁

學校常常在宣導我們要有禮貌，早上到校要跟同學老師問好，還有常常說請、謝謝、對不起，需要別人幫忙我會說請你怎樣，別人幫助我以後我會說謝謝，有跟人家發生誤會我就會說對不起，看起來很簡單，可是要確實做到就要很細心，謙遜就是不要驕傲，太驕傲的話人家不會欣賞你，國文老師有上過一課叫謝天，作者說吃飯要謝天，因為要感謝幫助的人，所以有時候人家稱讚你時，那也是很多人的幫忙，所以要謙虛而且要感恩。



### 尤 O 豪

謙遜好像是說要謙虛不要驕傲，我覺得每一個人都有他厲害的地方，像我會打排球，別人有的很會煮飯或畫畫唱歌，所以如果有機會表現的時候，別人看到你表現很好會稱讚你，我們要謝謝他們，不要因為人家說你很棒就很驕傲。另外守禮就是要有禮貌，以我加入球隊來說，我們在球場只要看到老師、教練進來看我們，我們都會大聲問好，這是教練教我們的，原來這就是有禮貌，所以在教室跟同學也是一樣不能對同學講粗話，更不行傷害同學。

### 邱 O 寬

我們做人要謙遜守禮不要對人很差勁也不要對同學或朋友不敬，也不要嫉妒別人，這樣會讓人覺得你是一個很驕傲的人，大家就不會想要跟你講話了。不管是對於同學或家人、親戚，我們一定要有禮貌，因為如果你講話沒大沒小的話大家會疏遠你。所以做人一定要謙遜守禮。在學校也是一樣，看到對老師、主任、同學都要問好，在家裡也要幫忙爸媽做家事，照顧弟妹。到外面一定要聽話，遵守規則。

### 紀 O 文

我的父母從小就教育我和弟弟見到熟人要主動問好，說話要有禮貌。用餐時，長輩入座後才能動筷子，自己吃完了，要跟大家說一聲才可以離開。去別人家做客，不能隨意走動，不能亂翻東西，不要打擾別人等等，我從小養成了良好的行為習慣，在外吃飯，我習慣飯後清理自己面前的餐具，用多餘的紙巾擦乾淨桌上的湯汁，儘可能保持桌面的乾淨整潔。

### 王 O 鈞

謙遜守禮是每個人都要會的，就像看到長輩和老師都要問好，或是有人幫助你也要跟別人道謝，因為很困難的時候有人才會幫助你，不小心撞到別人的話要說對不起才不會發生爭執，別人才知道你很有禮貌，之後才能互相幫助。

### 邱 O 承

媽媽常常跟我說做人要懂禮貌，別人拿東西給我的時候，我會說謝謝，因為家裡經濟不是很好，所以有世界展望會的叔叔阿姨會到家裡送一些東西，媽媽都要我們好好謝謝他們，因為他們幫助我們，才有生活用品可以使用。有一次親戚到家裡，要送我們禮盒，因為我一直在旁邊玩沒有理他，媽媽就很生氣罵我沒有禮貌，後來我就知道看到別人要問好要謝謝他們。

### 阮 O 恩

這個題目是說要謙虛不要自大，還要遵守禮貌，驕傲的人人緣常常不好，因為自傲的人都會瞧不起別人，說話都會傷到別人，所以大家不喜歡跟那種人在一起，我覺得就算你很厲害，一定還有人比你強，所以有人說：人外有人，天外有天。不容易的是你已經很強了，可是你還是願意跟別人學，這就是謙虛的人。

### 邱 O 鈞

我不太懂謙遜是甚麼？主任告訴我說就是要謙虛不要驕傲，我從小時候就不太敢說話也比較害羞，所以我不會很驕傲。有禮貌的話就是要我們對父母或家人聽話，不要跟大人頂嘴或吵架，



嬤嬤常教我吃飯的時候要先叫爸爸或祖父母，不然自己先吃就沒有禮貌，在學校老師也會在牆壁寫有禮貌、守秩序，上下課跟老師問好，這些都是有禮貌的事。

#### 紀 0 恩

我知道我們要有禮貌，可是有時候我會忘記，就會被媽媽或老師罵，其實旁邊的人或同學都很有禮貌，可是為什麼我常被念，可能是因為跟他們太熟了，所以就忘了。但是老師跟我說就算是很親近的家人或好朋友都要有禮貌，早上說早安，借東西說謝謝，這些都是可以的。我會慢慢記起來，以後跟別人或家人要懂禮貌。

#### 潘 0 安

主任說謙遜就是要謙虛，不要驕傲，我覺得我不會驕傲，可是跟學長一起比賽拿到冠軍的時候，我覺得我有一點驕傲，我有拿獎盃拍照，到學校的時候也會跟人家說怎麼拿到冠軍的，這樣會不會太驕傲，還是要少說比較好。守禮就遵守禮貌，要常常說請、謝謝、對不起，還有跟別人說話不能太衝，不要說人家不好，我之前有跟同學打架，就是因為我講不好聽的話，我知道錯了，所以又跟他變成好朋友。

#### 邱 0 恆

我覺得一個人很謙虛有禮貌的話，大家都會說他的修養品德非常好，一個謙虛不驕傲的人是受大家的歡迎的，他的人緣也非常好，因為他不會跟別人吵架衝突，人跟人之間能和諧相處，要有寬容心。我們有寬厚的心，懂得謙虛有禮貌，就容易包容、理解和接納別人。

#### 何 0 茗

這個月老師給我們的心得題目是謙遜守禮，我們家裡要對爸爸媽媽或兄弟姊妹有禮貌，就是不要大聲罵別人或講不好聽的話，我的家人因為工作賺錢已經很辛苦了，我們感謝他們，所以要宗種爸爸媽媽。謙遜就是不要自大，就算你是已經很厲害了，也不要驕傲，可能過一段時間以後別人就贏你了，所以當人家稱讚你，要謙虛不要自大。

## ■ 八月心得

#### 尤 0 豪

創新就是發明一個新的方法或想法，我們以前都會習慣舊的做法，所以只要能做就不會想要有很大的改變，所以創新是很不容易的，其實方法很多種，可能我們還沒發現，希望我們可以思考多一點，想想生活中有沒有可以做一點改變，讓自己更好。





### 潘 0 安

我的祖父很會種東西，他有種芋頭、地瓜，採收時都會煮給我們吃，有一次為了要種花生，以前我們都是拿鏟子工具挖一個洞，然後放入種子，但是祖父這次他用水管做了種花生的工具，先使用管子挖土再讓花生直接溜入土裡，我覺得祖父很會想，這也是創新。

### 高 0 仁

要創新我覺得很難，因為你首先要想到你要發明的是甚麼？最近疫情很嚴重，每個人都要戴口罩，口罩戴久了耳朵會很痛，所以就有人創新發明口罩耳繩大一點，或者有可以放在耳朵上的保護貼，減輕我們的不舒服，我希望創新一個東西，就是不要一直換筆心的筆，因為每次寫字寫到一班就沒筆心或墨水，就要更換，我覺得很麻煩，尤其是在考試的時候，很討厭被中斷。

### 邱 0 承

創新，我覺得就是創造新的東西，或找到一個新的方法，因為我們都在打球，所以我希望能發明新的攻擊戰術，這樣人家就不容易知道我們要打什麼球，比如 2 個後排攻擊，其中一個是騙人的，這樣對手抓不到我們是誰要攻擊，當然這是很難的，需要一直練，還有我想要創造新的運動鞋，可以增加彈跳力，又可以保護腳不要拐到受傷，這是我要創新的。

### 高 0 劭

舊的東西會壞掉或沒用了，所以為了讓東西能更有價值，我們就要創新，讓東西更好用且用更久，就像手機一樣，從以前有鍵盤的到用滑的手機，而且又可以拍照錄影非常方便，許多事情也可以用手機完成，像訂票、繳費、看電影等等，真的很方便。

### 邱 0 鈞

最近我們練球，教練會用三角錐和木板練球，我覺得這就是創新，教練為了我們能習慣迅速回位，所以放了三角錐較我們一定要繞過，這樣子我們才會確實做好回復的動作，教練用板子當作攔網的工具，所以我們要攻擊的時候就要想辦法閃躲，不然會被板子彈回去。

### 卿 0 恆

創新是現在很重要的，我們有上科技課，老師有介紹資訊科技每一年都在變化進步，以前可能都使用人工的方式製作東西，很慢而且很久，後來有人發明機器製作，變成製作東西很快且不會累，網路也是一樣，以前沒有網路很多都要親自到場才能辦理，但因為現在有網路創新的發明，我們變成可以在網路上處理了，像繳電話費。

### 紀 0 文

我有一台變速公路車，我每天騎他去上學，媽媽買這台車我覺得很有創新，它的手把可以上下變換，彎曲的手把讓我騎車的速度變快，也可以比較舒服的騎車，另外它的變速也變多了，爬坡的時候我可以調整軟一點，踩的時候才不會很吃力，下坡要注意煞車，這台車煞車很靈敏，好像機車那種。所以如果可以創新，就會給我們更多方便。





## ■九月心得

尤○豪

在這一個新的學期來了，我希望不管是課業還是排球都要一直進步，而不要退步。在課業上我們三年級的要準備教育會考了，雖然第一次模擬考結束了，我的成績不是非常的理想，但是我希望下次考試一定要拿到一個 B 以上才可以，我在考試時可能不小心出心大意，因此失去了三個 B 的機會，但下次我一定不會在大意，在排球上我希望在比賽時不管是大大小小的比賽，我要拿個前三名，我才會滿意。就要靠平時好好練球了。

王○鈞

放完暑假了，準備開始新的學期了，我們要到學校開始上國中八年級的課程了，我們排球隊只有收到四位學弟，今年的先發球員都是八年級為主，因為九年級的學長只有 2 個人而已，但有一個學長腳受傷，所以只有一個學長跟我們八年級的學弟當主力，還有希望這個學期課業和球技都變得更好，希望課業能變好的原因是可以讓我在九年級的考試能考好，不希望到時成績很差。我也希望球技變好，能在場上替隊友與學校取得好成績，大家更努力練習增進球技，我們就能跟更強的對手比賽。

卿○恒

新的學期我的目標是繼續努力的練習排球，我要比去年的學長更進一步，他們拿到了冠軍，我們更要積極的努力去練球，我們要比學長們更積極努力，我們要越來越強，這心的學期我在學校變得越來越乖，越來越努力，老師都覺得我變了另一個人，我在學校的目標是，努力考試和學習，下一週要考試了，我要拿全班前幾名，在宿舍有時間我也會努力地學習和讀書，好準備我的第一學期的考試，在九月開學的那一天，我已經調整好自己的心要準備去完成自己的目標了，我要加油！

邱○鈞

在新學期新的目標是要拿到全國冠軍，可是要去努力的練球練體能，我還要去努力加強團隊精神，我們會一點一點的進步，要去勇敢去打每一顆球，我想達成一個目標，想拿到我們自己的冠軍，前一屆學長可以做到，我相信我們也可以做到。上週發了新的一套比賽隊服，我感到很開心，橘色的很亮眼，感謝普仁基金會的幫助。新學期了，我有時候上課會不專心，可是教練跟我們說你不會讀書但也要好好地看前面老師在教什麼，也不要做錯事情，不然會被處罰，我覺得我慢慢有進步，老師也說排球技巧進步很多，謝謝校長和老師們的指導。

林○瑜

暑假已經結束了，要迎接新的學期，新的開始就有新的目標，我的目標是拿冠軍，這是為了我心中的目標，想達成的目標，不是說說而已，是要磨練出來的，要自己自我要求，不要被別人要求，大家剛練隊形的時候，大家的默契都沒有到很好，我們需要一天一天的培養，才能達到很好的默契，一開始大家一直怪別人錯誤，主任說不要去怪別人，要學會鼓勵別人，聽到主任說的



話，我們一天一天的改掉，大家還有很多的地方要去學習，不要自己中途放棄，要對自己有信心，不要緊張，希望大家也是一樣，大家加油！

### 高 0 綸

我這一學期是我在泰武國中的第二年，我在這一年我想要的先發位置，我在第一年的時候因為那時我還是一年級，我以為我可以當先發球員，原來還有一位比我會接球的學長，所以那時我還是候補，現在學長畢業了，我就可以當先發球員了，但是這個位置不容易當，在練習的時候才發現我沒有那?會接，慢慢練習我發覺有在進步了，這一學期我希望我自己的接發球、站位、反應都要更好更進步，我的課業雖然不是那?的好，所以這一學期我要專心上課，更要認真的寫作業，我希望我們不管是全國盃賽或排球聯賽，都可以拿到好成績。

### 潘 0 安

放暑假完了，新學期也要開始了，今年的學弟只有 4 個，學長也只有 3 個，其中還有一位是剛進入球隊，今年的主力幾乎是八年級的，這學期我的目標是團隊的球技能趕快更成熟，還有比賽時不要受傷，現在的主攻手都是八年級的，雖然我們練球有時候都不認真，希望我們八年級的練球時都可以很好，還有在比賽時不要緊張，每一場比賽就是吸取經驗，一場一場打之後很容易可以很好打，還有我們的喊聲的時候要大聲，接球一顆接不好，下一顆就好好把握，還有攻擊手的扣球磅數有增加多一些，造成對方不好防守。

### 高 0 劭

放完暑假過後，也就代表新的學期開始了。在這學期中，我也為自己訂好了目標，最重要的目標是禮貌，尤其是排球隊的基本禮貌，這些東西也是主任一直有在跟我們說的，包括校長、教練、學長都這樣期許我們，我覺得禮貌好，做什麼事都會被肯定，所以我希望這學期我們球隊的禮貌能培養好，這樣學校的各個老師一定會覺得排球代表隊有在改變，也會對主任說值得尊敬的地方。第二目標是考試分數，畢竟以後升學最重要的就是學力測驗分數，常常苦讀的情形很少人會知道，但有成績以後別人就會肯定你，所以我這學期的目標之一是提升我的學習成績。

### 邱 0 承

我放完暑假了，也要新的學期開始了，要到學校開始上課，也是上了八年級的時候，在這學期要有新目標，我的目標是好好打球，我們排球隊大都是八年級的球員，就只有三個九年級，所以八年級的要認真練球，八年級了課業都變難了，希望我可以進步，排球隊也有新學弟要進來，他們跟著我們練球，我們也有新的球場了，現在可以在學校練球了，但場地的地板還沒有用好，我們每個人都不敢撲過去救球，還有我希望我們練球的態度要加強，也希望我都球技進步，其他同學也都進步了。

### 高 0 仁

這一個月我們放完暑假開始新的學期，這學期我在學校努力上課做好學生該有的本份，老師出的作業我們都要寫完，在排球隊練球要努力積極的練球，教練教的動作一次就要會。這學期我們的目標在為了拿一個冠軍，所以我們應該更努力的練球，也希望我在課業能夠更好，比別人



還要努力學習，上課時不要一直跟別人聊天，晚自習也要比別人多念一點書，一有時間就努力背，所以我們不管課業上還是練球都應該比別人都要積極努力，這樣我們就會離我們的目標更近，希望這一個學期能夠完成我們的目標，不管是第一還是第二，有前三就滿足了。

## ■十月心得

### 尤 O 豪

以前我自己一個人出去會一直害羞，不敢跟不認識的人講話，因為會怕不小心打擾到人家做事。所以以前出門都會很害怕很緊張，現在的我已經不是那個膽小的我了，現在出門已經習慣跟陌生人講話，在我還是國小時，有時老師會問我們同學問題，雖然那時的我心中已經有了答案，但是就是不敢表達自己的想法，怕會被同學嘲笑，所以就一直保持沉默。到了現在我長大了，我不會繼續保持沉默了，再次面對老師的問題我不會再閉口不言，已經是勇於表達了。

### 紀 O 文

10 月了大型比賽慢慢地接近了，每個球隊都很認真的練球，每個人的目標都一樣想拿冠軍，拿冠軍沒有很簡單就拿到，而是要突破每一個敵人打敗他們才能做得到，而在這個月我少打了一場全國賽，因為確診導致無法跟著球隊出門比賽，但他們每一場比賽我都很專注的看，我看比賽不是看好玩的，而是要學習每一支球隊的態度、專注力、打球技巧，才是我要的。出門比賽也是學習和調整團體打球的方式，所以希望媽祖盃全國賽能打出好的成績。

### 高 O 劭

在學校上課時我有時候會分心，導致我有些地方沒有聽到，這樣不僅會被老師罵，進度也會一直被拉遠。所以我希望這 10 月開始讓自己變得很專注，甚至是做所有事，這樣也許聽一次就會，而達到事半功倍的效果，也不用被罵。尤其是教練在教我們排球的時候，我們都會被罵了才會去認真做，然後就會有人心情不好，這樣就更不想去聽教練在說什麼講什麼，所以希望這學期可以讓自己更專注，說不定這樣聽一次就懂，也不會被老師唸，簡直是一石二鳥，而且考試也不用緊張，也可以去教別人他不會的東西，這樣人際關係也會很好，所以專注也是很重要的。

### 高 O 綸

我每次在寫作業上課的時候都會不專注，所以理所當然我會我的考試每次都考得很不好每次都被罵，因為都考不好所以我都不在意，直到我國一的時候我就開始認真上課寫作業，但是我發現我還要更專注認真，因為國中的功課比我想得還要難，我在考試的時候雖然我平常都有在認真聽講，我還是有少數題目看不懂，所以我清楚的還不夠專注我的老師說這樣做任何事情都要很專注不要分心，因為不專注做事的話你都不會進步，專心認真做每一件事情不管什麼事情都一定要專注，這樣在做事情都會很輕鬆，所以老師說要用心上課就會什麼題目只要有專注上課就會看得懂。





### 邱 0 鈞

我上課的時候很不專心會跟同學講話和玩，我們教練有講你不會讀你你就要更專心的看前面在上課的老師，不要去跟旁邊的人聊天，可以我學到了如何去專注看前面不要去理他們。有一天的到了考試我考完試了發完考卷我竟然進步了 20 分我自己都嚇到了，我老師也講了我很認真我都努力在英文和數學也會慢慢進步我覺得很開心。我也要謝謝老師和教練教了我們如何去專注看見前面上課的老師如果有不懂就會去問還有重點也要問清楚我要謝謝老師們幫我，另外也要謝謝普仁基金會的老師幫助我們在排球隊的贊助，還有營養費讓我們能夠學習順利。

### 邱 0 承

在學校時有時上課都不認真經常分心，老師都會罵我，老師經常跟我說以後上班的時候不專注也會被罵，老師會每天都會考試比如說英文單字目的是要我們每個人學會背東西，都是需要花時間背的我有看到我的同學都會看小抄我不會的時候我都會問別人，上課到一半的時候我突然會想睡覺老師都叫我罰站校長跟我們說我們專注力不夠課業考不好都是因為上課很愛分心，一分心你就聽不到老師講的重點了，在球隊也是一樣如果經常分心在練習接發球時專注力不夠這時候球都接不好，比賽時也是一樣如果分心整個團隊就會亂掉戰術也會施展不開來這就是我們的缺點，我希望以後會改進。

### 卿 0 恆

國一的我還很不懂事，在上課時我都在睡覺也沒有在認真聽課，在上課科技課我也都沒有專心專注的在看老師製作東西，國二了我已經改變自己的心態，我也改變了自己，我在做每件事情都非常的專心非常的專注，我在學校上每一節課都沒有睡覺，反而是專心的聽課和專注的抄寫老師要我們寫在課本的重要資訊和筆記，在上課我也都沒在分心在考單字的時候老師會教我們背單字，老師只給我們五分鐘的時間，時間到了老師發考卷給我們每一個人讓我們在紙上寫上答案我們寫英文在寫的過程當中我們都很緊張的在思考怎麼寫那如果有專注我們就都會寫出來也謝謝老師培養我們。

### 高 0 仁

在練球上雖然有時候會發呆，但是教練教的動作我們都會做完成，如果做不完成我會在休息時練習一下或在睡覺想一下那個動作怎麼做，在課業上也是一樣，在上課時我不應該專注在別的人身上，應該專注在老師的教學，我在上課時會一直跟別人聊天，或者是這些別的老師出的作業，有時候在英文或數學課的時候會一直找別人聊天，所以我不管在上哪一姐都應該更努力，晚自習要比別人多唸一本書，或者叫別人考喔，如果那一題不會就拿一張白紙寫 10 遍或一直被，或者是請老師教我們，不管在練球還是顆粒都要比別人還要努力，我也每天寫筆記記錄每天上課有沒有很專心。

### 林 0 瑜

我發現大家的積極度沒有很好，練球的時候，大家的專注力不好，比賽也是一樣。練球的時候大家的接發球一直接不到位，然後一直笑，不知道去改，比賽的時候原本可以贏的，結果輸了。這是我們的缺點，我們的專注力不夠，我們只要清理到了後面就會輸掉，所以我們要改掉這個習





慣，在比賽的時候就要專注，上學讀書也要專注不要分心，只要我們改掉這個壞毛病，我們有可能可以應大雅國中，主任說有拼就有機會，上課的時候也要專注，只要專注上課和練球，課業就能進步，練球就能學到經驗，這不是馬上改的掉，這要靠一天一天的修改才能夠將這個不專注的毛病改正。

#### 潘 O 安

在學校上課我很容易分心，但有一些課就不會我會很專心上課，不知道是為了什麼可能是因為有些老師很兇，還有的是會檢查你有沒有發脾氣，還有老師教背東西的時候我也會認真專注，另外有一個原因是因為我的位置在前面而且還是中間，只要是我喜歡的我就一定會很專注，我在上課時候很容易就想睡覺，因為不能講話還有一些老師講話很無聊，我的位子左邊是高兩人同學他有時候會跟我聊天，另外在練球的時候你應該要很專心很專注，尤其是鏈結發球的時候一定要專注在球的方向這樣子那接發球才能夠順利教練跟學長都常常在鼓勵我們在講話教訓我們的時候也要注意聽不然我們就學不到教練的專長。

#### 王 O 鈞

在學校上課時，很容易就會分心，然後就會突然跟旁邊的同學講起話來。有的時候就會想睡覺，老師會叫我們站著上課不然就是被老師打老師們常常罵我們上課時都不專注，但是現在我們沒有常常睡覺了，但有時還是會跟旁邊的同學講話，老師發現我們很喜歡聊天就給我們換了座位，換了位子讓我很少聊天了，另外還有練球的時候很容易會分心，讓我在練球的過程當中都沒有很專注，現在單的先發球員專注力比以前還要進步，國一的時候專注力還不夠那我現在到了國二進步很多，以前還在撿球的時候覺得自己很笨啊常常聽不懂教練和助教講的惡化，現在我都聽得懂教練他們的指導以及技巧的學習謝謝教練。

### ■十一月心得

#### 紀 O 恩

每天晚上排球隊的同學都會在學校練球，在練習的時候，我們先發球員都會跟候補球員做分組競賽 PK，好在 PK 當時教練會讓一些後補球員去先發球員的位置練習，都還不會的球員要熟悉先發的位置，後來有練攻擊和和排球攻擊以及接發球都好，在攻擊的時候我會猶豫要不要換位子攻擊，在接發球的時候我也會猶豫要不要發球或者接起來，還有在家裡的時候我會猶豫很多東西，要不要洗或或者要不要吃，在學校的時候老師出作業時也會不想寫或不想理，所以我決定不管是什麼事情應該都不要猶豫，如果很好的機會錯過了就不會再有第二次，所以我希望下次能夠果覺一點。

#### 卿 O 恆

每天在學校上課都好想睡覺，在上課常常沒有在聽課老師說，學習是重要的一個選擇，只要做出選擇就不要後悔，所以之後在上課時我都非常的認真又專注的在學習上面，每當在練球的時候我都很認真的在練球，雖然很少在上場，但是我相信只要認真和努力，總有一天會在場上比賽。



所以教練給我的每一次機會，我都非常果斷的堅決的答應，在分組 PK 友誼賽的時候，教練派我下場我都會感到很開心，有的時候出去玩，媽媽都會問我要去哪裡玩?我們都在認真的找到底哪裡好玩?後來我們一起說了要去墾丁，那我們的反應都很堅決毫不遲疑就答應了。

### 高 0 仁

11 月每天我都會讀書和練球，常常感到每次考試的時候遇到困難就會不知道要寫什麼，心裡就會想到底要選哪一個選項，還是另外一個選項，就連練球的時候也會猶豫，我擔任舉球員在舉球的時候，只要猶豫就很難再做適當的動作，到底是要攻擊呢?還是要直接送到對方場地，結果這樣就容易造成失誤，因為猶豫的關係造成反應來不及，他有可能會讓整個球隊輸球，也有可能下一場也會打不好，可是老師說做出這個選擇就不要為那個選擇而感到後悔，可是如果我的選擇錯了，我不會後悔，而是把下一顆或者下一場的球打得更好，學習的經驗下一次就可以有更好的表現，另外在考選擇錯了就應該要訂正把正確的記錄下來，再次的學習。所以我們做出來的選擇就不要再感到後悔據點。

### 王 0 鈞

每天早上舍監叫我們起床去刷牙洗臉的時候，我都會猶豫要不要起床去洗臉刷牙，但是有時候我都會在說等一下，然後才起床。但是都說一下的話會被舍監處罰、責備，還在睡覺的人就會驚醒。練球在場上我練攻擊的時候，我會想這顆球到底要不要全力的打，如果不打下去教練會責備我們到底要不要打，我常常要攻擊的時候會想要全力打，還是輕輕打，但是在猶豫的當中，球就不好打了，造成攻擊就失敗，所以我常常都會小小力的打過去，還有在接發球的時候會跟旁邊的人想這顆球是我要接還是你要接，兩個人就在思考的時候，球就落地了，因此就錯過了一次得分的機會，下次不管在上課或者是練球時應該要更果決不要懷疑。

### 潘 0 安

每天準備要從學校到部落打球的時候，我在場上攻擊時，舉球員舉地的沒有到達適當的位置的時候，我選擇這一顆球到底要怎麼去處理，要怎樣才可以打得比較好，也可以破壞到對方的接球，還有接發球跟對方攻擊的球是不是我要接這顆球，還是比較靠近旁邊的夥伴，所以再考慮的當中球就已經直接落地了，造成我們的失分，還有在學校的時候也會遇到很多困難要去解決和選擇，功課不會會提問同學要寫的範圍在哪裡，或者是這一題要怎麼寫，還有在學校會遇到很多事情讓你不知道該選擇哪一個，我覺得問老師或者是同學是一個好方法。

### 邱 0 承

每天在讀書的時候和考試的時候，每次遇到困難我都會猶豫很難做出決定，在練習排球的時候也會猶豫，導致我在想決定要不要打這一顆球，每次考試的時候我最不會是非題，因為我遇到很難的題目我都會用猜的，有時我們被罵都是因為打球都會猶豫造成失誤，有人都跟我們說打球和學習要勇敢一點，有些老師問我們說你長大以後要做什麼事，我都會停頓，因為我想了又想我最後還是做不出決定，家裡人也會跟我們講有什麼要買的東西呢?我最後沒有作出選擇，弟弟他們都有講出來他們都有東西，只有我沒有，我就想對我來講好像不夠果決，所以常常會錯過很多東西，希望我下次能夠改進。



## 紀 O 文

在人生中有許多事情需要選擇，如打球，在打球中很多事情也要選擇，但學長教練常常說打球要開心不需要做太多的思考選擇，而我們總會猶豫不決，使得我們在場上無法好好的把球處理好，但在學長教練和主任的教導下，讓我們在場上開始改變態度和動作，不需要猶豫放開打球不管球出界或者失誤 1 分，都要有運動的精神，所以大家常常在生活當中和考試當中，如果殘猶豫就會使你的想法容易出錯，因此很多是不需要猶豫，勇敢去做，做出最棒的自己，希望大家做事情不需要猶豫太久喔。

## 高 O 仁

每天在讀書寫字練球的過程當中，有很多的選擇。但我們通常都會因為猶豫不決而造成失誤，但是一旦你猶豫的時候時間就這樣過去了，所以很多事物造成我們猶豫不決的問題，我們就會很煩惱，我們的人生也也有面對很多很多選擇，我自己在比賽練球有很多球明明在我的旁邊，但是我就是會猶豫，導致我在接球的時候就會很緊張，比賽的時候球明明跨一步就可以把球街的很好。但是就是猶豫之下就沒有跨出那一步，造成球接的不好，因此也會因為猶豫會被老師主任責備，所以你可能因為一個猶豫，你的人生可能就在一個很短的時間就不見了，所以一定要果斷做事情。

## 尤 O 豪

在人生中雖然有許多的機會，但人卻只能選擇一到兩次的機會，所以這時我們選擇一定要果決，才能抓住機會。比如在學校有五大科目這是你的選擇，要很正確你要選擇你所想要就讀的科目，或者需要進步的科目，所以這時候我們一定要非常非常的果決一點，或者是在練習跟比賽的情形，在練習時你接發球跟攻擊都不好的時候，你要決定要先加強哪一個部分，這時就要果決一點絕對不能三心二意，如果這樣事情一定不會進步，在比賽時攻擊，你要決定是要大力扣或者吊小球，如果猶豫會導致失誤失分，所以我們做事一定要果決一點。

## 高 O 劭

每天老師出回家作業的時候，我都會猶豫要不要寫，但是一想到會被處罰就會趕快把老師出的作業都寫完，可是不一定每次都會把作業寫完，所以我希望以後老師出的作業我都可以馬上短時間就可以寫完，這樣就可以放心的做其他的事情。而且也不用趕這些功課，簡直就一舉兩得，而且考試而且考完試學校要檢查作業的時候，也不用被叫到教導處那邊補寫作業。在練球時，我們先發在練隊形的時候，我常常是擔任需求的工作，有時我會猶豫這顆球到底要寄給前面還是後面的攻擊手我常常會猶豫，因此造成猶豫的當下求救沒有。常常不是沒有到達定位就是舉歪了，或者舉球的方式太高或太低，所以我希望以後再舉球時可以先想好要往哪一個方向。

## 邱 O 鈞

我們的夢想像是要去擔任軍職，又很想打排球，我就想去當兵是要讓家庭能夠減輕負擔不要讓家人很累，但我也很害怕，因為晚上的時候要去站衛站崗，我大哥說要有兩個人不然會出事，因為我們的哥哥有讓他講講到看到鬼我就很害怕，我哥哥就問大隊長也就是學長，學長就說那一





邊有有生命他就說以前被戰車壓死的，我就有一點害怕可是我還是要當兵以後當兵可以在部落而是大家很重視的我也希望參加泰武鄉的運動會也就是打排球讓我能夠身體更好不會容易生病，更希望以後能夠當代表相的選手或者是代表學校。

林 0 瑜

我的夢想是成為亞青盃的排球國手，就像爸爸一樣，我也想要受人家歡迎和欣賞，爸爸以前也是受人家喜愛，而且擔任亞青國手就可以去國外比賽，我也想要去國外比賽獲得經驗，看看外面的世界，還有啊前幾年的學長高宇浩他也順利當上了國家 U18 的國手，現在我要認真培養我的球技和觀念，要有自律的精神，而且還要有身高，我的身高太矮了，為了身高我開始每天早睡早起，我也有想要中途放棄的念頭，但為了完成這個夢想只能堅強的堅持下去，媽媽一直賺錢都為了買長高讓我能夠伸高的補充營養，我的目標是希望能夠漲到 185 公分，這樣我就有機會進入國家隊。

## ■十二月心得

高 0 仁

我在學校的時候，上台都會不知道要說什麼，都會覺得很害羞，就想一直想要逃避，我們班中午的時候，每個人都會輪流上去禱告，每個人上台的時候有些人會很緊張，有些人也會很有自信，因為他們在上台前會寫紙條上台唸，所以他們才會很有自信，我上台的時候會因為害羞，腦子就會一片空白，而不知道要念什麼，可是在跟別人講話就不會因為害羞而唸不出來，就算是全班也不會感到害羞，可能是因為老師們在看我，就會讓我唸不出來，很緊張讓我感到不自在。

尤 0 豪

以前我自己一個人出去，會一直害羞不敢跟不認識的人講話，因為會怕不小心打擾到人家做事，所以以前出門都會很害怕很緊張，現在的我已經不是那個膽小的我了。現在出門已經習慣跟陌生人講話了，在我還是國小時有時老師會問我們同學問題，雖然那時的我心中已經有了答案，但是就是不敢表達自己的想法，怕會被同學嘲笑，所以就一直保持沉默，到了現在我長大了我不會繼續保持沉默了，再次面對老師的問題我不會再閉口不言，我已經是個勇於表達的學生了。

高 0 劭

12 月每天在學校上課時，有些老師都會給我們小考，有時候我會考不好，但是我都不會去面對自己的錯誤，而是心不在焉的。所以我希望以後老師考試我考不好的時候，可以面對自己的錯誤，不然就是請老師幫自己複習，或是請同學靠自己。這樣也許可以讓自己的知識增加更多，有時候在練球時，準備要攻擊的時候，如果打不好就會先跟據球員說求太高或太低，而不會去想是不是自己的問題，我希望以後我攻擊不好的時候，可以先去想是不是我的問題。

紀 0 恩





我們學校每個禮拜三都會英語抽背，還有國文抽背。英文是抽背交過的單字和課文，國文也是一樣是抽背教過的課文和解釋，有些人都希望上台，有些人都不希望被抽到，就像是我肯定被抽到的時候我都不敢發出聲音，因為台下都是學長學姊唸錯會很尷尬，所以我很不希望被抽到，在家的時候我會跟家人說，但是有客人或是去買東西時，我都不敢發出聲音，因為遇見陌生人我都不知道要不要說話，所以我決定以後不管是有客人來或者是出去買東西都要勇於表達。

卿 0 恆

每天在學校上課，我們班中午都會輪流去禱告，每當輪到我要禱告時，我的心裡總會有一種恐懼，會害怕不想要面對問題事實一直逃避，七年級的我是這樣的，但是自從到八年級時，反而都像是我個人在背書表達一樣，沒有任何壓力也沒有任何恐懼，在禮拜三時老師抽背國文無意間抽到了我，我當時是第一次上場背國文，老師和同學們都等著我背出來，在那一瞬間我背得出來，我終於面對現實不再懼怕，我勇敢的表達了，我終於不再逃避了，我找出了勇於表達最佳的方法。

王 0 鈞

12 月我們學校每個禮拜三早上都會集合全部學生抽背，我們只有抽國文和英文，英文會抽單字和課文，國文只有課文而已，我常常被抽到，被抽到的要上台背誦課文和單字，我每次上台的時候都很緊張，因為有很多的學長姐和學弟妹在聽自己背課文，我第一次上台抽背的時候是七年級，在台下背的都很順，但是一上台就會緊張到忘記怎麼背了，但是常常上台的話就不會有比上一次還緊張，我上台在背的話就不會常常忘記了。

邱 0 鈞

有時候我我我不敢去問打球的事情，有時會受傷或不舒服的時候都不敢說，要等教練休息的時候才敢休息，另外等我換上場打球我有時會不敢去做，我感到不快樂又很緊張，教練叫你上去上面跟學長讓什麼都不知道，講話也講不清楚，我們上場比賽的時候也是一樣因為我很緊張，教練也跟我們說要放輕鬆去打不要緊張，因為只要你一緊張就很不好去跟別人比賽，我們的教練也跟我們講我們可能要去打甲組，他們看起來都很強，但是我們也可以好好努力練習變得更強，以後可以面對他們的挑戰比賽有輸有贏，只要在練習好好努力，我們會進步的，也希望甲組可以在電視上看到我們的表現。

林 0 瑜

我遇到困難的時候，我心裡一直想要逃避，但還是要面對事情。我寧願被罵也不要逃避，因為到了後面還是會被抓到，所以要面對事情，像是有些同學在學校抽煙被抓到，要面對事情就面對不要逃避，有時候我被老師抓到沒有交功課老師也是會很生氣，我們在練習的時候，被學長和主任責備，我們三年級要去打甲組，甲組球隊都很強想要打甲組就是挑戰屏東的家族，打敗屏東家族學校就可以再去挑戰別的縣市的甲組球隊，希望我們順利拿下第一場比賽。

邱 0 承

我在家裡的時候，我們有開家庭會議，每次遇到做錯的問題不要逃避問題，要勇敢面對問題，在學校也是一樣，老師叫我們上台的時候，我們每個人都不敢上台，老師多跟我們說以後遇到工



作也會這樣，也會跟我們說要勇敢的表達，不要沉默，不要老是讓同學做決定，不要逃避而要勇敢地表達自己的想法，我每天沒事輪到我發表的時候我都會轉移話題，這就代表我在逃避問題，每次遇到困難的問題要勇敢講出來，要一次解決問題，這樣子就不會遇到困難了，生命是自己的，要有自信要對自己的力量相信，這樣才能夠幫助到自己。

### 高 0 綸

我在上課的時候都不敢講話，所以老師常常就會指定我上台表達問題，說實在話我在上台的時候我也會很緊張，經常會忘記我要說的事情，原本我都已經背好的課文，因為太害羞，所以常常又忘記了我要講的句子，私下我在背書都不會失誤，但是一到台上就會失誤，所以我對勇於表達這四個字感到很害怕，但是因為老師知道我每次到很多人的地方我就會緊張，所以我就像在背詩歌會結結巴巴的，主任常常跟我們說要勇於表達，才會在國語的地方把自己平常說話的方式以及要表達的意思順利地講出來，也會變得比以前更會說話，而且我希望能夠以後不要再緊張或者是結巴。

### 紀 0 文

1 個人出門坐車，常常沒有勇氣跟陌生人說話，因為害怕打擾別人家做事情。但後來慢慢學者勇於表達試著跟陌生人說話，所以出門不會坐車時都試著跟陌生人問路或者是如何搭車。還有媽媽在母親節的時候或者是媽媽生日，我小時候都不敢說我愛你媽媽這五個字但是長大以後愛這件事很重要，要勇敢說出來要勇敢表達出來，而不是要等到失去了才好好珍惜那就已經太晚了！所以不要害怕要大聲說出勇敢表達，這樣不需要依靠別人，才是長大的第一步，希望大家一起勇敢表達一切。

### 潘 0 安

我在學校上課的時候，有些時候在老師教我們寫東西，我有時會寫得很慢，老師會問寫好了沒，我都不敢去講，所以我有師很多字都沒有寫到，還有很多時候老師教完我們有些東西時，會問我們懂了沒有，其實我有一些東西聽不懂，但是我都不敢回答老師或者反應我的問題，但我只有找到一個就是問同學的方法，如果同學也聽不懂我就會叫他們去問老師，但有些同學跟我一樣不敢去問，如果都不敢我們就不會去問這相關的問題，我們都會等老師下次上課時再詢問他，其實我們發現有任何問題應該要勇於表達這樣子才會得到老師的協助。

### 何 0 茗

我比較害羞，所以我不太敢表達我的想法或意見，常常會發生被其他人誤會。有一次老師跟我說有甚麼想法就要說出來，這樣別人才知道你要做什麼或想什麼，因為不是每個人都認識我或熟悉我的個性，所以有必要說的就要說出口，只要不是傷害別人都可以。後來我有聽老師的話慢慢改，雖然不是很會說話，但是不要誤會就好。



## 泰武國中 111 年排球隊行事曆紀錄

日期	行事曆紀錄
2022/12/30	球隊歲末服務及團聚
2022/12/27	參加 111 學年度排球聯賽屏東預賽(12/27~12/28)
2022/12/24	參加 111 年屏東縣排球週末聯賽(第二梯)
2022/12/23	學校校慶運動會
2022/12/10	九年級學員參加技藝教育博覽會
2022/12/1~9	體能重量訓練週
2022/11/29	學員第二次定期評量(段考)11/29~11/30
2022/11/20	參加民生盃交流友誼訓練
2022/11/11	參加 111 年度屏東縣縣運排球賽(11/11~11/13)
2022/11/10	球員擔任 111 年度屏東縣縣運聖火隊(泰武鄉)
2022/11/4	九年級畢業球員拍攝畢業照
2022/10/27	參加 111 年度全國北港媽祖盃排球錦標賽(10/27~30)
2022/10/27	與南投中埔國中進行友誼交流
2022/10/12	第一次成績評量(段考)10/12~12/13
2022/10/01	參加 111 年度全國華宗盃排球錦標賽(10/1~4)
2022/09/16	參加 111 年度屏東縣縣長盃排球聯(9/16~18)
2022/08/30	111 學年度第一學期開學，排球訓練始業式
2022/08/29	學生返校日
2022/08/25	移地訓練~沙灘體能訓練與沙排體驗
2022/08/24	校際交流友誼賽(高雄前鎮國中)
2022/08/13	參加 111 年屏東縣排球週末聯賽
2022/08/01	111 年暑假集訓(8 月第二階段)開始
2022/07/04	111 年暑假集訓(7 月第一階段)開始
2022/06/30	第二學期休業式
2022/06/28	學員第二學期期末考
2022/06/14	九年級排球學員畢業典禮



2022/06/14	新舊任排球隊隊長交接儀式
2022/05/21	九年級同學參加教育會考(5/21~5/22)
2022/05/11	學員第 2 次成績評量
2022/04/23	參加 111 年度全國莒光杯排球錦標賽(4/23~4/26)
2022/04/18	參加 110 學年度排球聯賽全國決賽(4/20~4/24)
2022/04/13	移地訓練友誼交流賽(屏東民生家商)
2022/04/02	參加全國排灣族魯凱族運動會排球賽
2022/03/23	縣府邀請觀賞排球聯賽甲組決賽
2022/03/12	泰武鄉公所體育獎勵金受獎
2022/03/11	體能重量訓練期開始
2022/03/06	恭喜本校榮獲屏東縣中小學聯合運動會第五名
2022/03/04	參加屏東縣 111 年中小學聯合運動會排球賽
2022/03/02	連假後開啟 3 月的訓練
2022/02/25	本校南區複賽 2 勝，取得 110 排球聯賽全國決賽資格
2022/02/22	參加 110 學年度排球聯賽南區複賽
2022/02/14	聯賽南區複賽集訓開始
2022/02/11	第二學期開學，並開始練球
2022/01/28	學員開始放年假，練球暫停
2022/01/26	社區服務回饋鄉里
2022/01/22	參加 2022 全國和家盃排球錦標賽
2022/01/21	寒假開始
2022/01/18	110 學年度第一學期期末考





### 泰武國中 111 排球隊比賽成績一覽表

項次	日期	比賽名稱	名次	備註
1	111 年 1 月 21~25 日	2022 全國第 65 屆和家盃排球錦標賽	第 5 名	
2	111 年 3 月 4~6 日	111 年屏東縣中小學聯合運動會	第 5 名	
3	111 年 4 月 3~4 日	2021 年第七屆全國原住民排灣族、魯凱族運動會青少年組排球賽	第 1 名	因疫情延至 2022 舉辦
4	111 年 4 月 29~5 月 3 日	110 學年度國中排球聯賽乙級國男組全國決賽	第 1 名	
5	111 年 9 月 16~18 日	111 年屏東縣縣長盃	第 5 名	
6	111 年 10 月 27~30 日	111 年全國北港媽祖盃排球錦標賽	第 7 名	
7	111 年 11 月 11~13 日	111 年屏東縣縣運	第 5 名	
8	111 年 12 月 27~28 日	111 學年度國中排球乙級聯賽屏東縣預賽	第 1 名	

備註：



附表 3-2

泰武國中排灣族排出一片天～排球成長營 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加(泰武國中排灣族排出一片天～排球成長營)的經驗及感覺，回答下列問題。

## ★基本資料欄

◎班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_ 擔任專長位置：\_\_\_\_\_

◎填寫日期：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（排球成長營）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。（比賽）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。（比賽）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。（比賽）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 我從排球團隊學習了感恩與團隊紀律。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到……（課業、人際、球技等）					
17. 排球營隊讓我我增強了（或突破）……					
18. 我的期望目標（或我的承諾）……					



附表 3-2-1

(泰武國中排灣族排出一片天～排球成長營) 學生自評統計表

親愛的老師辛苦了

經過您的努力「學生自評表」完成了，本會為讓本計畫能更清楚量化數據，煩請您再將「學生自評表」完成人數統計後，並製作統計分析圖表。

## ★學生背景資料（可複選）

◎參加引導計畫學生總人數：16人；國一：4人；國二：9；國三：3人

◎曾中輟之慮：0人

◎學生身份別：一般生：0人、原住民：16人、外配子女：1人

◎學生家庭類型：雙親：13人、單親：3人、失親：0人、繼親：0人、隔代教養：5人、其他：

◎家庭經濟：低收入戶：3人、中低收入戶：4人、清寒家庭：2人、身障子女：1人、其他：

◎請附學生升學狀況調查表（每年8~9月調查學生升學狀況之表）

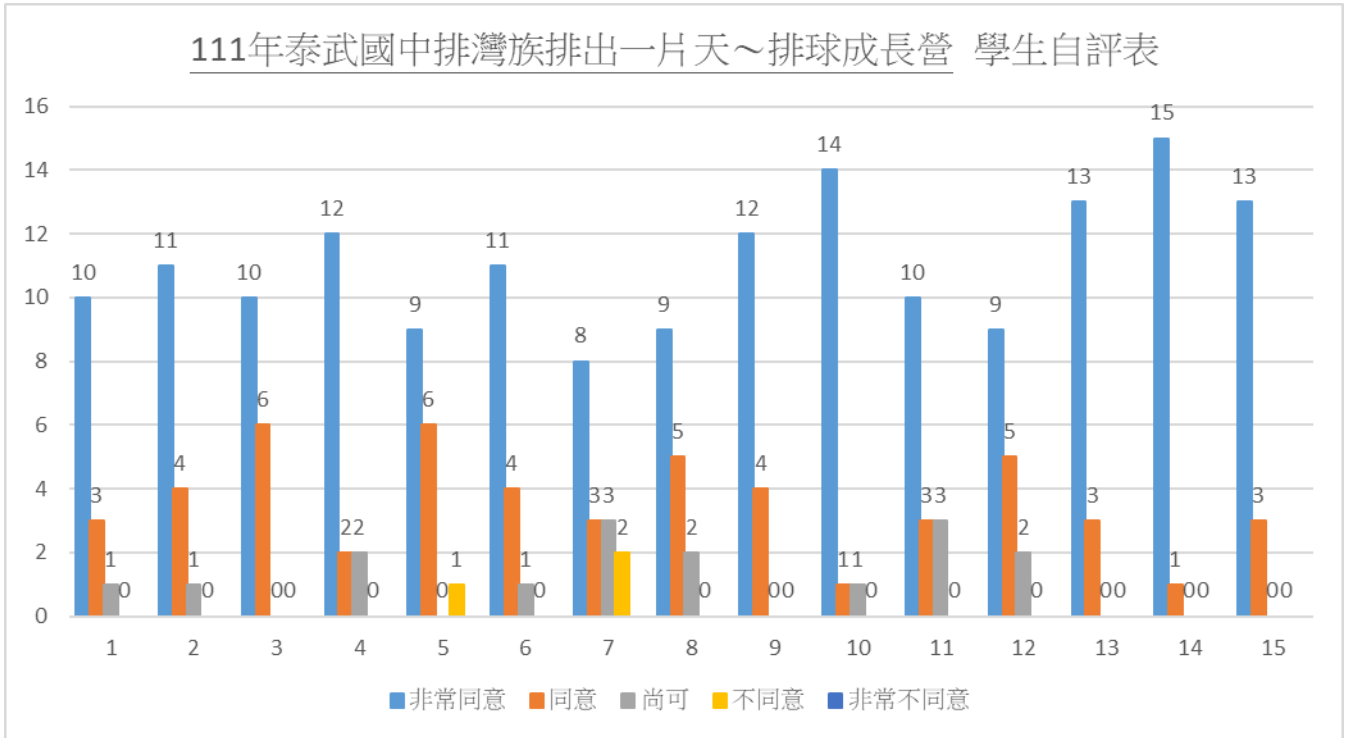
項 目	非常同意 人數	同意 人數	尚可 人數	不同意 人數	非常不同意 人數
1. 我覺得自己多學會一項才藝。	10	3	1	0	0
2. 讓我對（排球成長營）學習更有興趣。	11	4	1	0	0
3. 讓我有勇氣公開表演。（比賽）	10	6	0	0	0
4. 讓我對自己更有自信。	12	2	2	0	0
5. 讓我學會為自己負責任。	9	6	0	1	0
6. 讓我認識更多朋友。	11	4	1	0	0
7. 不會影響我的課業。	8	3	3	2	0
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	9	5	2	0	0
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	12	4	0	0	0
10. 我喜歡參與對外的表演。（比賽）	14	1	1	0	0
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	10	3	3	0	0
12. 我喜歡老師（教練）安排的課程。	9	5	2	0	0
13. 我願意參與每一次對外的表演。（比賽）	13	3	0	0	0
14. 下學期我願意繼續參加。	15	1	0	0	0
15. 我從排球團隊學習了感恩與團隊紀律	13	3	0	0	0
合計	166	53	16	3	0

※請製作統計分析圖表

（如下一頁）



111年泰武國中排灣族排出一片天~排球成長營 學生自評表





**110 學年度-111 年引導計畫學生升學狀況調查表 (111.7 月調查)**學校名稱：屏東縣立泰武國中引導計畫名稱：泰武國中排灣族排出一片天～排球成長營參加引導計畫學生總人數：16 人；畢業人數：6 人考上公立人數：3 人；私立人數：3 人

學生姓名	考取學校	附 註
高 0 穎	國立屏東高中	1. 免試升學錄取第一志願
沙 0 尤	國立內埔農工 電機科	1. 父親大廠癌復原中。 2. 學生中低收入戶 3. 完全免試升學錄取
彭 0 鈞	屏東縣立枋寮高級中學	1. 完全免試升學錄取 2. 選讀該校體育班柔道專長
高 0 祖	屏榮學校財團法人屏東縣屏 榮高級中學 餐飲管理科	1. 完全免試升學錄取 2. 參加該校排球校隊(高中甲組球隊)
葉 0	屏東縣私立民生高級家事商 業職業學校	1. 參加該校特色招生體育班甄選錄取排球隊
王 0 民	屏東縣私立民生高級家事商 業職業學校	1. 參加該校特色招生體育班甄選錄取排球隊 2. 單親隨父，母親外籍(越南)因離婚返國。



## 附表 3-4 期末達成量表

- 【備註】：1. 請依原執行計畫書中計畫內容第六點「計畫評估及預期效益」之實際執行狀況填寫本表。  
2. 表格內框不敷使用時，請自行調整。

成效評估	量化指標	評估方法與工具	期末量化評估結果(數據)預估/實際	期末量化評估結果說明(文字)
1. 參與人數	達各項活動 預期人數 80%	以參加人員點 名冊人數認定	出席率達 96%以上	排球學員參加成 長成長營比率高
2. 活動滿意度	滿意度達 80%	以問卷抽查	實施學生自評表，結 果如 37、38 頁。 附表 3-2-1	學員皆表現對於 活動及自我學習 與肯定高度認同。
3. 學生學習表現 成績	學習成就測驗	補救教學線上 科技化評量結 果	各科合格率 國語文 75% 數學 50% 英語 63% 附表 3-4-1	學生評量結果較 與去年差距不 多，數學需再加 強。
4. 參與校外比賽	戰績穩定 進步	對外比賽成績	三項比賽皆獲得成 績(因疫情關係多項 競賽取消)	1. 縣內比賽 2 項， 獲第 5 名。 2. 全國等級比賽 一項第 1 名、一項 第 5、一項第 7。
5. 落實學生服務 學習精神	每學年須完成 6 小時服務 學習時數。	學務系統服務 學習時數	每位學員本學年完 成 6 小時服務。	本學期共 2 次的校 園環境服務及社 區關懷與打掃服 務。
6. 良好品格的建 立	教練及導師的 觀察	1. 以觀察紀錄 表填寫 2. 學生生活表 現獎懲紀錄	完全做到 56% 大部份做到 36% 偶爾做到 8% 附表 3-4-2	導師檢核結果，學 員核心價值大部 分做到佔比最 高，但自動自發學 習部分需加強
7. 重視團隊精神	1. 訓練的表現 2. 隊員間互助 行為	以檢核表量化 方式自評及他 評	非常同意 74% 同意 22% 普通 4% 不同意 0% 附表 3-4-3	引用學生 5C 關鍵 能力意向量表(團 隊合作) 團隊需要極高的 合作意識。



8. 形塑自我肯定的信心	自我信心表現	以成效自評表呈現	完全正確 46% 多數正確 29% 有點正確 15% 完全不正確 10% 附表 3-4-4	引用 Schwarzer (1993) 初始版本自我效能感量表學員前 2 項指標皆未達半數，自信心需要漸漸型塑。
9. 高關懷(含中輟)學生	高關懷(含中輟)學生數	結合輔導室及導師觀察個案學生	1. 高關懷輔導人 2. 中輟生 0 人。	本校學員皆樂於上學，並無中輟情形。學員有因家庭環境困難、行為偏差列為高關懷對象。

(表格內容如填寫不下，可以自行調整格子大小)



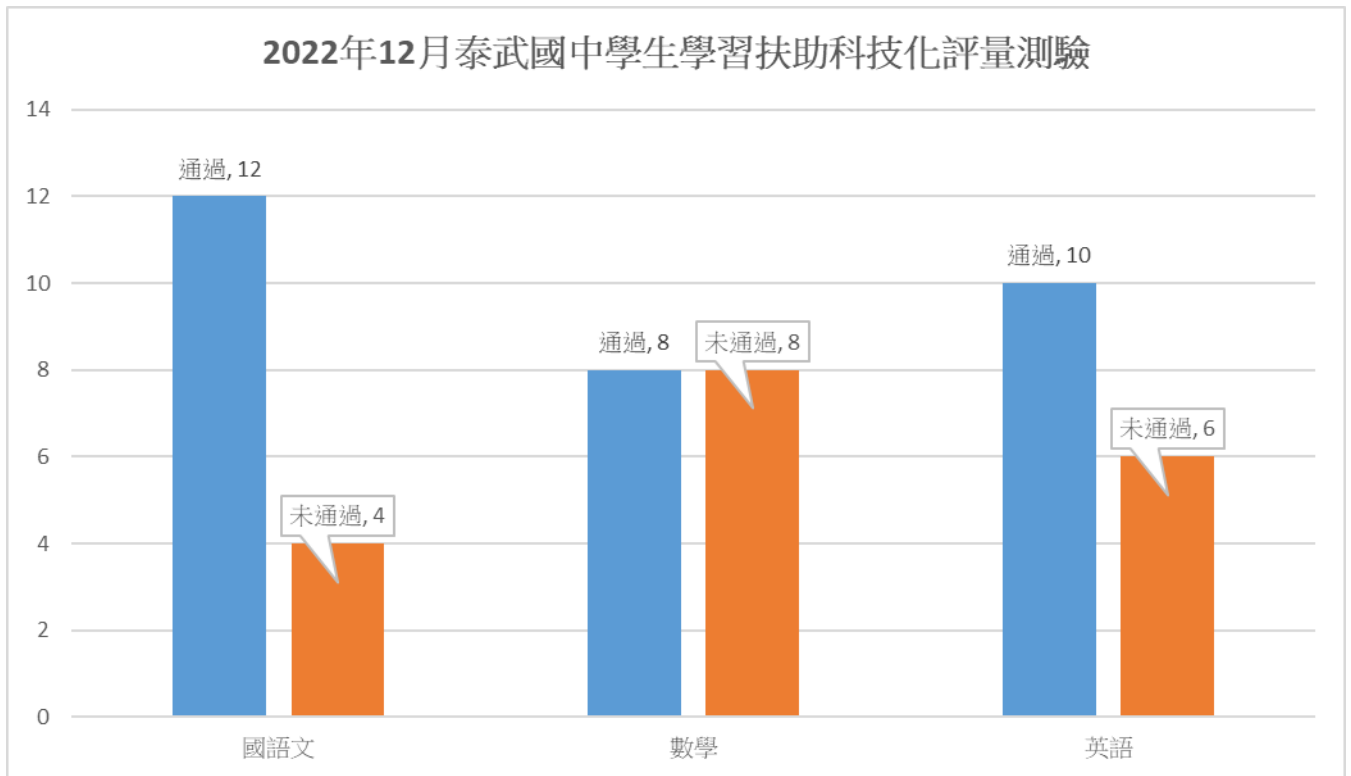
附表 3-4-1

## 屏東縣縣立泰武國中

## 2022 年 12 月國中學生學習扶助科技化評量測驗報告

編號	年級	姓名	國語文		數學		英語	
			分數	是否通過	分數	是否通過	分數	是否通過
1	901	阮誠恩	88	通過	70	通過	72	通過
2	902	尤天豪	72	通過	28	未通過	44	未通過
3	902	紀勝文	64	通過	36	未通過	48	未通過
4	801	林哲瑜	60	通過	60	通過	44	未通過
5	801	邱彥承	56	未通過	68	通過	72	通過
6	801	邱彥鈞	52	未通過	44	未通過	52	未通過
7	801	高御綸	72	通過	72	通過	60	通過
8	802	王宥鈞	64	通過	44	未通過	72	通過
9	802	卿暉恆	48	未通過	60	通過	68	通過
10	802	高言劭	64	通過	48	未通過	84	通過
11	802	高郁仁	76	通過	52	未通過	68	通過
12	802	潘福安	72	通過	56	未通過	76	通過
13	701	邱暉寬	92	通過	70	通過	66	未通過
14	701	紀勝恩	52	未通過	76	通過	92	通過
15	702	王建治	92	通過	72	通過	72	通過
16	702	何祖茗	76	通過	40	未通過	60	未通過
合格率				75%		50%		63%







附表 3-4-2

屏東縣泰武國中學生生活品格學習檢核表 111 年 12 月 \_\_\_\_ 日

\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 班 座號：\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

項次	核心價值	行為規準	完全做到 5分	大部份做到 4分	偶爾做到 2分	完全沒做到 0分	小計
1	主動	能主動完成份內的事務。					
		能自動自發學習。					
2	自信	能有信心去做任何嘗試，不怕失敗。					
		能以大方的態度說出自己的意見。					
3	關懷	當別人有困難時幫忙，不冷眼旁觀，能主動幫忙。					
		對公家的物品愛惜。					
4	誠信	和別人接觸時，能言詞和緩、態度恭順。					
		我做錯事能勇於認錯並承擔後過。					
5	合作	能重視身邊的人、事、物。					
		能和同學和平相處，並學習他人的優點。					

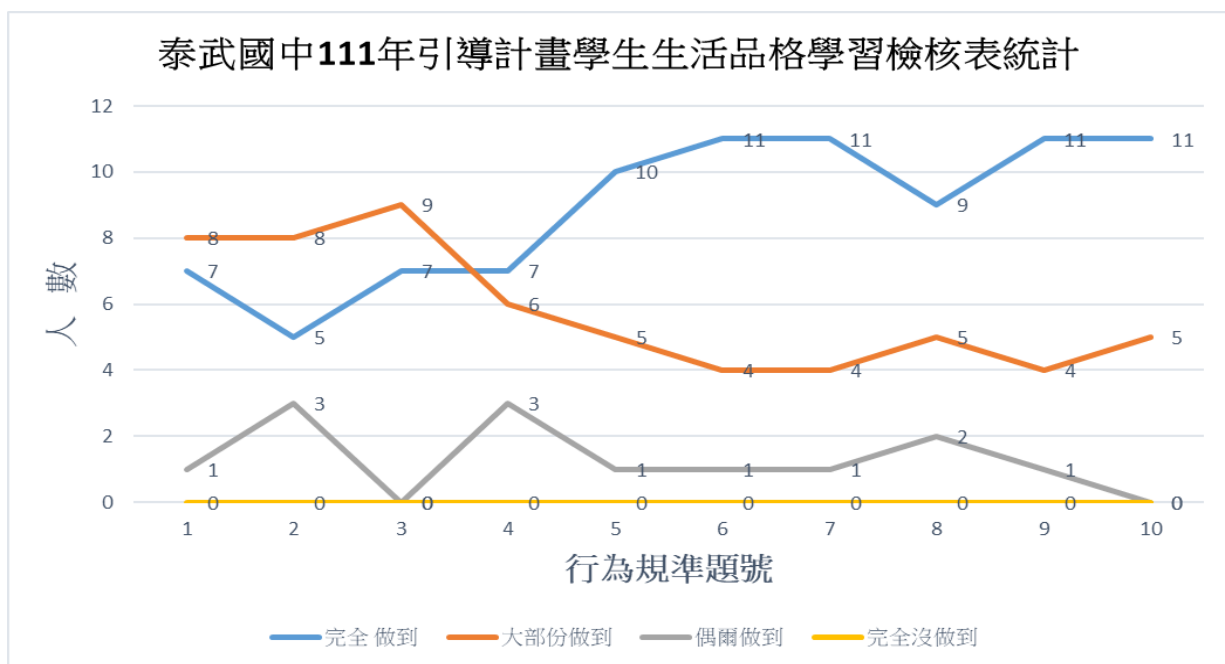
填寫人：\_\_\_\_\_

職 稱：學生導師 教練



## 屏東縣泰武國中 111 年普仁基金會引導計畫學生生活品格學習檢核表統計

項次	核心價值	行為規準	完全做到	大部份做到	偶爾做到	完全沒做到
1	主動	能主動完成份內的事務。	7	8	1	0
		能自動自發學習。	5	8	3	0
		合計	12	16	4	0
2	自信	能有信心去做任何嘗試，不怕失敗。	7	9	0	0
		能以大方的態度說出自己的意見。	7	6	3	0
		合計	16	15	3	0
3	關懷	當別人有困難時幫忙，不冷眼旁觀，能主動幫忙。	10	5	1	0
		對公家的物品愛惜。	11	4	1	0
		合計	21	9	2	0
4	誠信	和別人接觸時，能言詞和緩、態度恭順。	11	4	1	0
		我做錯事能勇於認錯並承擔後過。	9	5	2	0
		合計	20	9	3	0
5	合作	能重視身邊的人、事、物。	11	4	1	0
		能和同學和平相處，並學習他人的優點。	11	5	0	0
		合計	22	9	1	0

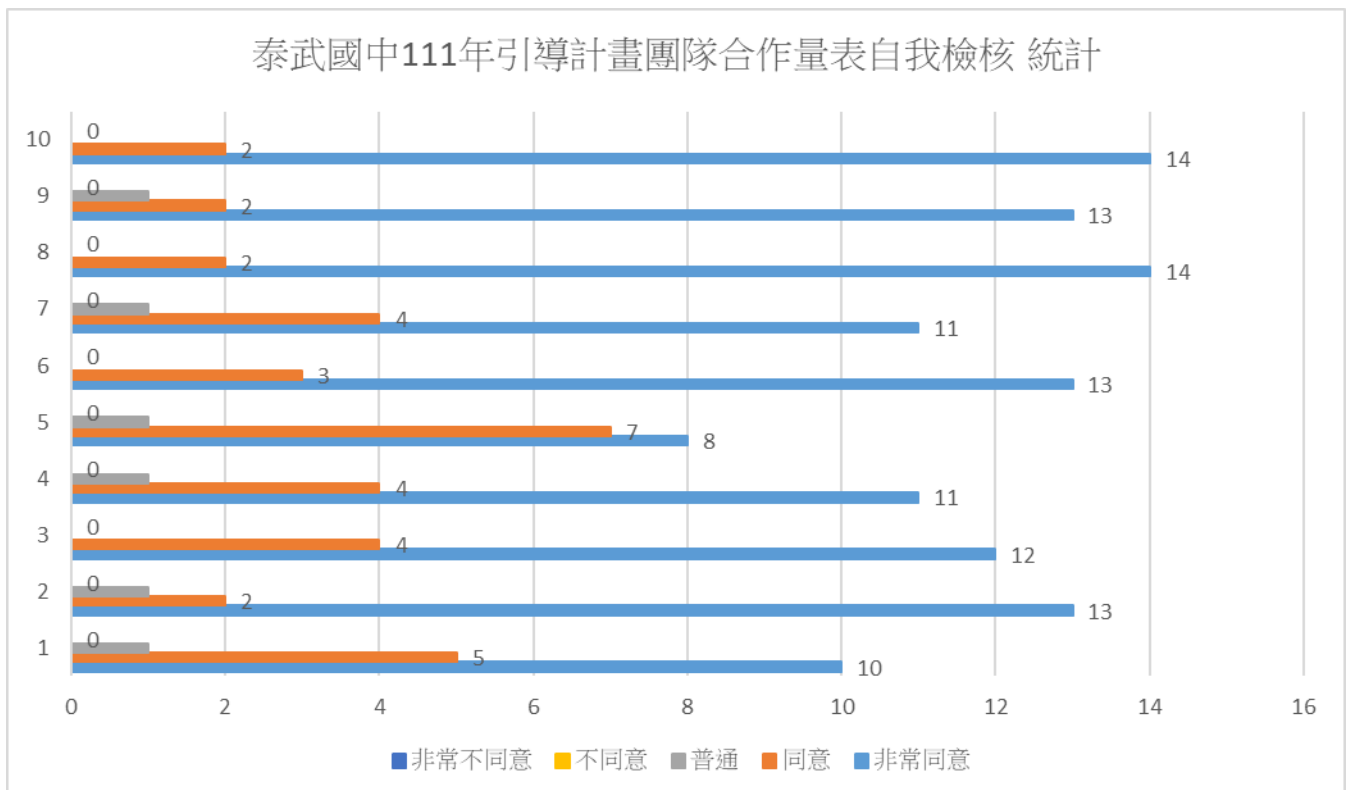




附表 3-4-3

## 屏東縣泰武國中 111 年普仁基金會引導計畫團隊合作量表自我檢核 統計

題 目	非常 同意	同 意	普 通	不 同 意	非 常 不 同 意
1 在參加團隊合作的學習活動時，我覺得同學也會一樣盡力。	10	5	1	0	0
2 在參加團隊合作的學習活動時，我覺得我們會合作成功。	13	2	1	0	0
3 當同學提出意見時，我不會懷疑對方的動機。	12	4	0	0	0
4 在與同學合作的過程中，我會詢問並了解對方的意見。	11	4	1	0	0
5 在與同學合作的過程中，我會提供有用的資訊。	8	7	1	0	0
6 我和同學的合作過程，可順利溝通沒有問題。	13	3	0	0	0
7 在參加團隊合作的學習活動時，我能又快又好的完成工作。	11	4	1	0	0
8 在團隊裡，我們都能分工合作。	14	2	0	0	0
9 在團隊裡，我知道自己應負責的工作內容。	13	2	1	0	0
10 以上題目我皆有認真、確實作答。	14	2	0	0	0



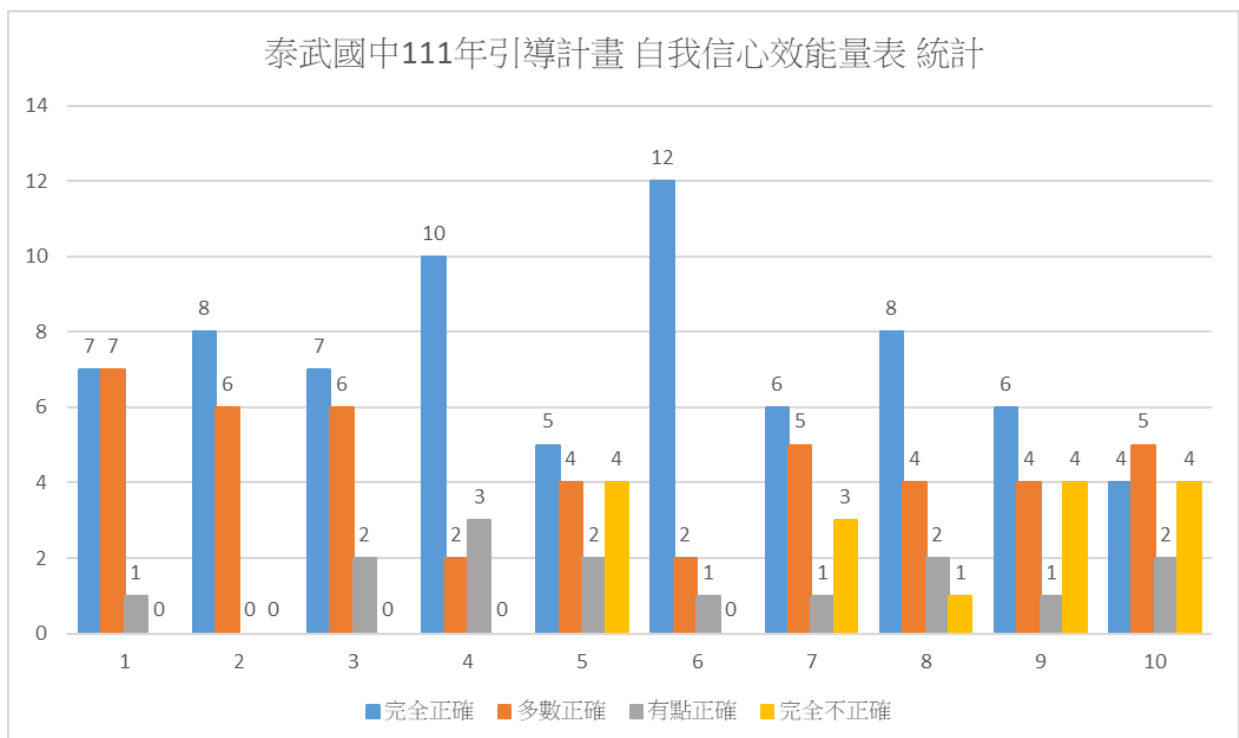




附表 3-4-4

## 自我信心效能量表題目(引用 Schwarzer (1993) 初始版本)

題 目		完全 正 確	多 數 正 確	有 點 正 確	完 全 不 正 確
1	如果我盡力去做的話，我總是能夠解決問題的	7	8	1	0
2	即使別人反對我，我仍有辦法取得我所要的	9	4	3	0
3	對我來說，堅持理想和達成目標是輕而易舉的	6	4	2	4
4	我自信能有效地應付任何突如其來的事情	9	3	3	1
5	以我的才智，我一定能應付意料之外的情況	5	6	1	4
6	如果我付出必要的努力，我一定能解決大多數的難題	11	3	2	0
7	我能冷靜地面對困難，因為我信賴自己處理問題的能力	7	5	3	1
8	面對一個難題時，我通常能找到幾個解決方法	9	4	2	1
9	有麻煩的時候，我通常能想到一些應付的方法	6	5	3	2
10	無論什麼事在我身上發生，我都能應付自如	5	5	4	2
合計		74	47	24	15
比例%		46	29	15	10





# 附件：獎狀、活動照片



### 一、練習照片-1(體能重量訓練)



柔軟伸展 111. 3. 11



陡坡衝刺 111. 3. 15



欄架跳躍 111. 3. 17



長跑耐力 111. 4. 7



沙灘移地體能訓練 111. 8. 24



重量訓練 111. 11. 17





### 一、練習照片-2(專長技能訓練)



111 年 1 月練習



111 年 2 月練習



111 年 3 月練習





### 一、練習照片-3(專長技能訓練)



111 年 4 月練習



111 年 5 月練習



111 年 6 月練習





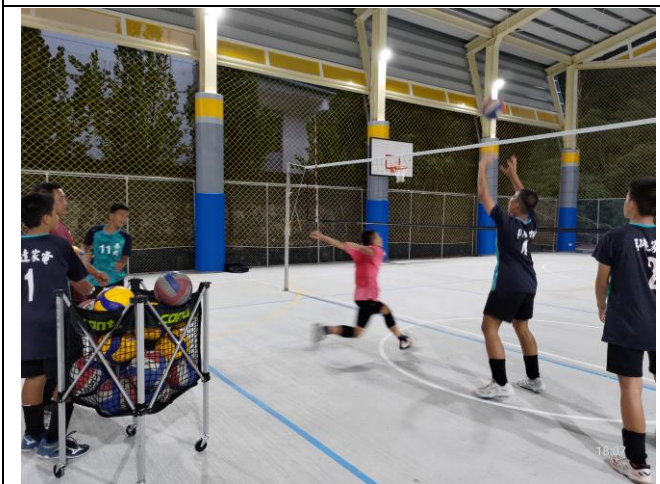
### 一、練習照片-4(專長技能訓練)



111 年 7 月練習



111 年 8 月練習



111 年 9 月練習





### 一、練習照片-5(專長技能訓練)



111 年 10 月練習



111 年 11 月練習



111 年 12 月練習





## 二、交流友誼賽照片-1



民生家商友誼交流賽 111.4.13



高雄前鎮國中友誼交流賽 111.8.24



南投中埔國中友誼交流賽 111.11.27





### 三、比賽照片-1



2022 高雄運動品牌賽事大賞—全國第 65 屆和家盃排球錦標賽 111.1.21~25





### 三、比賽照片-2



110 學年度排球聯賽南區複賽 111. 2. 22~26





### 三、比賽照片-3



111 年度屏東縣中小學聯合運動會 111.3.4~6





### 三、比賽照片-4



110 學年度國民中學排球聯賽全國決賽 111. 4. 29~5. 3





### 三、比賽照片-5



111 年屏東縣縣長盃排球錦標賽 111. 9. 16~18





### 三、比賽照片-6



111 年全國華宗盃排球錦標賽 111.10.1~4





### 三、比賽照片-7



111 年屏東縣縣運 111.11.11~13





### 三、比賽照片-8



111 學年度國民中學排球聯賽屏東縣預賽 111. 12. 27~28





#### 四、頒獎、獎牌照片-1

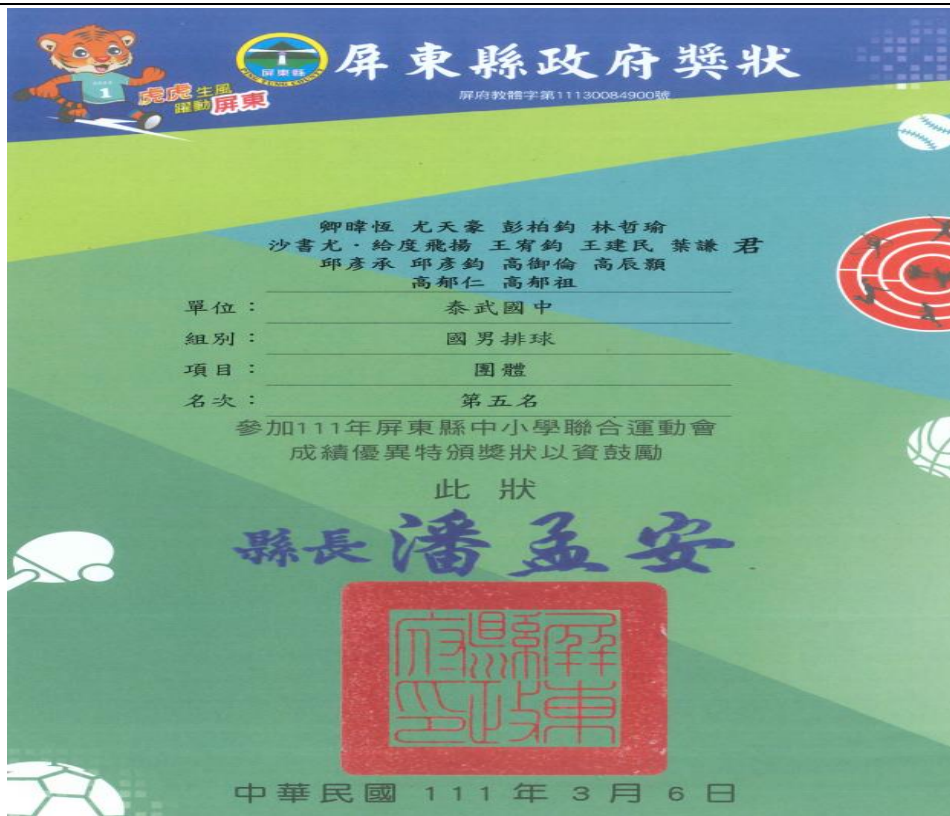


111 年全國和家盃排球錦標賽第五名 111.1.21





#### 四、頒獎、獎牌照片-2



111 年屏東縣中小學運動會第五名 111.3.6





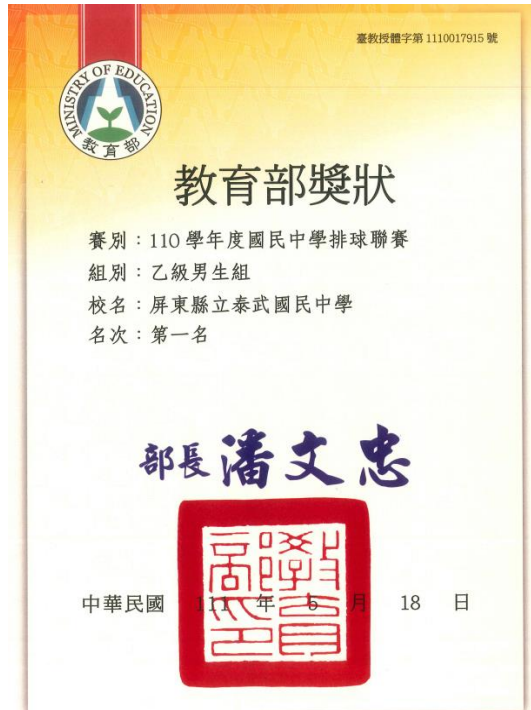
#### 四、頒獎、獎牌照片-3



2021 全國排灣族魯凱族運動會青少年組排球第一名 111.4.5(因疫情延至 2022 年辦理)



#### 四、頒獎、獎牌照片-4

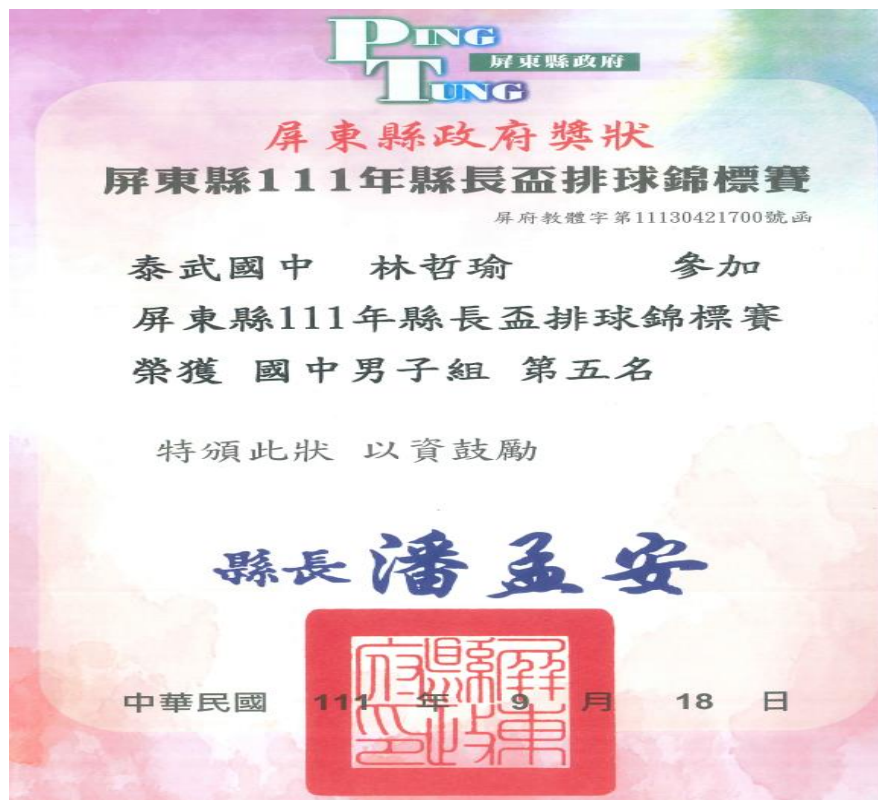


110 學年度國中排球乙級聯賽全國決賽 冠軍 111.5.3





#### 四、頒獎、獎牌照片-5



111 年屏東縣縣長盃排球賽 第五名 111.9.18



### 四、頒獎、獎牌照片-6

獲得名次		第七名	參賽隊數	共計二十二隊	指導教練	簡明輝	
核准單位		教育部體育署		核准文號	111.11.4臺教體署競(一)字第1110040851號函		
比賽日期		111年10月22日至10月30日		承辦單位	雲林縣體育會排球委員會		
比賽名稱		111年全國第一屆北港媽祖盃排球錦標賽		比賽地點	北港高中體育館		
隊名		屏東泰武國中		參賽組別	國中男子組		
中華民國排球協會比賽成績證明書(團體)				(一一)排協證字第六〇四號			

上列各項均屬實無訛，特此證明。

領隊：謝曼蒼、教練：簡明輝、助教：林泰山、管理：黃鈞  
 隊員：尤天豪、林哲瑜、王宥鈞、高言劭、邱彥承、高郁仁  
 潘福安、紀勝恩、邱彥鈞、紀勝文、仰暉恆、高御倫 共20人

中華民國  
 十一月四日  
 理事長 龔建榮

※敬請妥善保存，遺失恕不補發。另行申請須酌收工本費壹佰元整。



111 年全國北港媽祖盃排球錦標賽 第七名 111.11.4





#### 四、頒獎、獎牌照片-7



111 年屏東縣縣運排球賽 第名 111.11.4





#### 四、晉級複賽賽後合影照片-8



111 學年度年國中排球聯賽屏東縣預賽第 1(晉級複賽)111.12.28





### 五、相關活動照片-1



屏東縣泰武鄉公所頒發體育獎勵金 111. 3. 12



屏東縣排球委員會致贈排球護膝 111. 6. 2





### 五、相關活動照片-2



自由時報電子報刊登排球隊決賽奪冠報導 111.5.5



普仁基金會致贈【鬆頸先生】靈活美力霜、微熱山丘鳳梨酥





### 五、相關活動照片-3



排球學員服務活動-社區活動中心整理清掃 111. 1. 26



排球學員服務活動-校園球場整理清掃 111. 10. 24





### 五、相關活動照片-5



致贈排球畢業學員紀念海報 111.6.14



排球隊新舊任隊長交接 111.6.14





### 五、相關活動照片-6



111 學年度九年級即將畢業排球學員留影 111.11.4







### 五、相關活動照片-7



排球隊員擔任縣運聖火泰武鄉疫區火炬手 111.11.10







### 五、相關活動照片-8



泰武國中風雨球場興建完成 111. 9. 1



泰武國中風雨球場專用排球籃球場地板改建 111. 11. 15





### 五、相關活動照片-11



排球隊 109 年畢業學員高宇浩榮獲 U18 國家代表隊 11.4.29



感謝社區家長製做訓練用站台 111.9.26



感 謝

益登科技股份有限公司

財團法人普仁青年關懷基金會



屏東縣立泰武國民中學

敬 謝

111 年 12 月 30 日