

The Hong Kong Institute of
Education

香港教育學院

2012 International
Handball invitational
tournament

國立臺灣大學

2012 國際手球邀請賽



回顧報告

序

亞洲手球列強當中，臺灣排名比起香港高，香港教育學院手球隊能夠與臺灣手球球員作出技術上和文化上的交流，實在非常感謝臺灣國立大學的邀請。

是次比賽更邀請其他亞洲國家的隊伍參與，來自日本的名古屋大學及來自新加坡的新加坡管理學院，令比賽更富挑戰性。

面對眾多強敵，香港教育學院手球隊奮力作戰，最終不敵日本名古屋大學及臺灣國立大學，獲得第三名。

失敗乃成功之母，經過這次的失敗令我們更清楚自己的不足之處，相信來年的香港教育學院手球隊將會更加強大。

比賽簡介	4
比賽結果	4
各人感想	
鍾昀延	5-8
馮健恆	9-11
盧嘉謙	12-14
劉浩輝	15-18
蔡寵榮	19-20
林運標	21-23
姚大瑋	24-26
徐儀然	27-28
葉宗瑋	29-31
王振輝	32-34
劉冠健	35-37
李志威	38-40
吳朗崑	41-45
梁裕興	46-49
附件 會議紀錄	

比賽簡介

比賽名稱：國立臺灣大學 2012 國際手球邀請賽

主辦單位：國立臺灣大學

比賽時間：2012 年 7 月 1 日至 2012 年 7 月 9 日

比賽地點：國立臺灣大學綜合體育館

香港教育學院代表隊名單：

團長：韓政龍

教練：伍志維

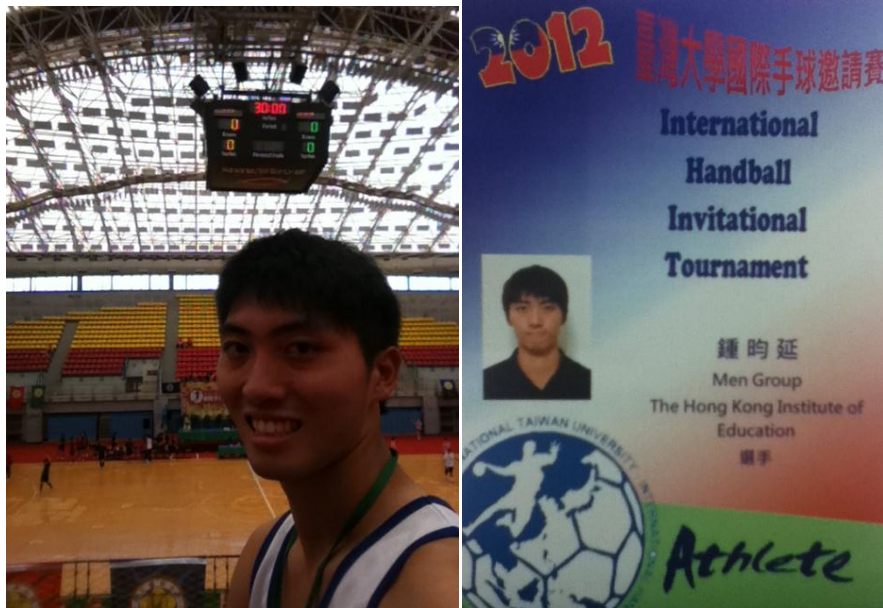
隊員：鍾昀延 馮健恆 盧嘉謙 劉浩輝 蔡寵榮 姚大璋 徐儀然

葉宗瑋 王振輝 劉冠健 李志威 吳朗崑 梁裕興 林運標

比賽結果

隊名	香港教育 學院	日本名古屋 大學	臺灣逢甲 大學	國立臺灣大 學 A 隊	國立臺灣大 學 B 隊	新加坡管理 學院	積分	名次
香港教育 學院	x	18 : 32	38 : 26	27 : 32	39 : 25	30 : 12		3
日本名古屋 大學	32 : 18	x	28 : 19	23 : 27	45 : 18	42 : 9		2
臺灣逢甲 大學	38 : 26	19 : 28	x	24 : 38	34 : 22	36 : 16		
國立臺灣 大學 A 隊	32 : 27	27 : 23	38 : 24	x	39 : 25	44 : 20		1
國立臺灣 大學 B 隊	25 : 39	18 : 45	22 : 34	25 : 39	x	26 : 25		
新加坡管理 學院	12 : 30	9 : 42	16 : 36	20 : 44	25 : 26	x		6

鍾昀延



2012 臺灣大學國際手球邀請賽反思報告

1/7

這是我第二次參與臺灣大學國際手球邀請賽,出發前收到了比賽賽程,外隊有日本的名古屋大學及新加坡管理學院,他們更是首次參與這盛事,這使我的心情又緊張,又興奮。



我們的義工 – 芳印

2/7

這天本來希望能夠到比賽場地練習,適應比賽的環境,但是義工說今天沒有場地提供,所以我們改變了行程,所以早上進行了晨跑練習,下午去了九份旅遊。

3/7

今天大會安排了我們練習,我們各隊友也有良好的狀態及士氣,希望今次比賽能夠

取得成績。在晚上有大會安排的開幕宴,此時也能夠跟不同大學的球員交流,也提昇了自己的英語及國語溝通能力。

4/7

今天是我們的第一場比賽,也是整個比賽的開幕戰,對手時期待已久的名古屋大學,他們的速度及技術也在我們之上,最後我們輸了。



5/7

第二場我們的對手是新加坡管理學院,他們的技術水平不高,我們在比賽初段已有領先優勢,最後取得首場勝仗。

6/7

第三場我們的對手是臺灣大學暨南洋理工聯隊,當中他們的右輔球員十分強勁,但是我們轉了防守策略很快便能克制他的進攻,最後也勝利了。

7/7

第四場比賽我們的對手是主隊台灣大學,他們十分強勁,在早段已經拉開比數,即使我們在下半場開始發揮理想,但最後也不敵台灣大學。而在晚上有一個選手之夜,我們跟其他大學球員有一個歡欣的晚上。

8/7

這是最後一場比賽,對手是逢甲大學,如果我們勝利便能得到季軍,我們在賽前作好一切準備,視這場比賽是決賽一般,我們的決心令我們得到最後的勝利。晚上我們去了一間餐廳晚飯,感謝這星期幫助我們的義工,同時名古屋的球員也跟我們一同晚飯,這也是一個難忘之夜。



9/7

來到旅程的最場後一天,在韓老師的領導下,我們作了最後的檢討會議,相信各隊友經歷這次旅程亦有一番體會,也能為下年度的比賽作好準備。



個人感想:

這是我第二次參與臺灣大學國際手球邀請賽,兩年前跟現在的很不同,兩年前的是一位最小的球員,跟著師兄一同比賽,在師兄們身上學習;到了今次比賽,我已成為隊長,不但要在賽前準備計劃書及預算財政,同時再帶領各隊員一同比賽及進行一切活動,也算是半個團長吧!自己的確能夠學習到很多出外帶隊的知道及提升了自己的解難能力,相信這些寶貴經驗對我將來當教師十分重要。

而在這次旅程中,也跟隊友們的關係更親密,有著更深的了解,在比賽檢討時一些更少發言的隊友也開始主動提出意見,可見彼此也成長了,我們的球隊也團結了。同時這時比賽奪得季軍,更為兩位即將畢業的隊友劃上完美的句號。

這次旅程使我增廣見聞,獲益良多,我衷心感謝香港教育學院健康與體育學系的支持及給予我們有機會出外參與比賽,當然要多謝韓老師的悉心教導及帶領,使我們的旅程更加美滿。



馮健恆

01/07/2012

由晨早出發，可惜飛機延遲起飛了。因此到達也天黑了，原定的計劃都泡湯了。不過大家還是整齊齊，知道我們是一隊，甚麼都要一隊行事。

02/07/2012

由早上晨跑，建立隊友間的團隊性，新認識的志工沒有來。然後我們再到九份遊覽，一睹台灣的名勝，和隊友一起快樂和輕鬆的生活了一天。

03/07/2012

早上再次團結起來，其後到台大「踩場」，先適應新的環境，然後開隊長會議，知道在台灣行程，對於大家在外也能認真的練習實在很開心。晚上跟全部的參加者，有個晚宴。



04/07/2012

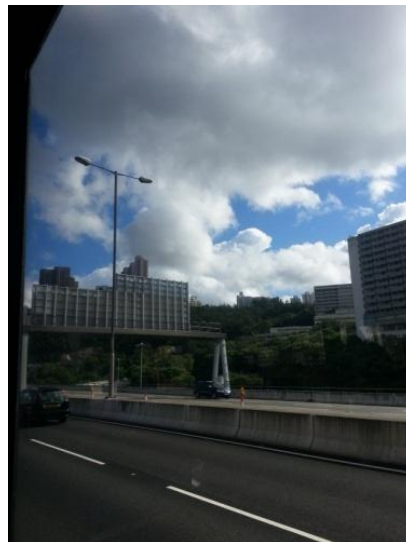
這天一早起來，教院對名古屋大學，這個比賽讓我見識到日本的實力。原來日本的手球是這樣強，他們即使沒有教練的輔助，也能打出一個超有水準的球賽，我們在首場落敗。

05/07/2012

又是一天早場比賽，對着新加坡大學，我們輕鬆勝出。在檢討會議過後，知道了自己隊在進攻及防守依然有一定的問題，決意明天一試去改。

06/07/2012

每天的比賽，我們開始習慣場地，也開始習慣早起打球。球員打出自己所有着的水平。而且去過兩年台大比賽的我，深感他們用心把比賽弄好，弄了個選手之夜，這實在令人興奮。我們還得了



獎呢！

07/07/2012

我們隊始終不是在最佳狀態，無論是體能，心態等多方面，都不能做到最好。這場落敗，始終只怪我們自己。隊伍要一起進步呀。

08/07/2012

到最後一場比賽，勝利後得到第三。完滿的結束了我的大學手球生涯，我實在感謝各位隊友給我這個畢業禮物。晚上跟日本隊去吃晚飯，就知道多了一點日本的文化。



09/07/2012

最後一天回去，又是飛機延遲起飛。等了又等，但去台灣的交流，我覺得是在手球交流中學到最多的一個旅程，不但快樂，而且成長了很多。



個人感想:

這一次是我第二次參加在台灣舉行的手球比賽。上次到台灣作賽，可能是自己第一次的出國比賽，這樣的我吸收了很多的經驗。無論是帶隊也好，比賽的經驗也好，我都獲益良多。

而這一次已是我代表 HKIED 的手球隊第三次出外比賽的機會，這樣的機會真的不多。可是卻令一隊人更為團結，而且令各位準老師學會帶隊的機會。同樣這些機會，對我來說是一個讓自己成長，自己成熟的一分一秒，每每到外比賽，看到各處的文化，和不同性格的人生活着，總會讓自己反思，讓自己做得更好。

除了讓人成長，我真的很感謝學校能給予我一個機會，認識了一班知心的隊友們，也很感激能讓我認識不同國家的朋友，知道不同國家的文化，讓我日後的工作及生活帶來很多的益處。



盧嘉謙



第一天

原定的航班遲了差不多兩小時才起飛。可惜的是要義工要在台灣機場白等了兩小時。而我們離開機場時，已接近黃昏。在酒店卸下行裝後，一行人便走到附近的餐廳用膳，便完成了第一天的台灣之旅。

第二天

晨跑過後，男女隊一起到九份遊覽。沒有義工帶領的我們，安全抵達九份。和隊友一起到台灣的名勝的期間，互相的了解又多了。

第三天

早上起來，去到了台大進行第一次亦是唯一一次的練習。練習之後，到了台北車站逛了一逛之後，進行了大會舉辦的歡迎晚宴。席間上，認識了來自不同地方的球員。

第四天

第一場比賽在今天進行，對手是來自日本名古屋大學。即使日本的實力比我們強，但我們也打出有一定水準的球賽。可惜，我們在首場在台灣的比赛落敗了。

第五天

第二場比賽，對手是新加坡。我們輕鬆勝了一場，但在檢討時發現了己隊在攻在守都有問題，大家都希望之後的比賽都可以打得更好。



第六天

習慣了每天早起去比賽，大家比賽的狀態的漸入佳境，又勝一場。之前，我們今天晚上的選手之夜練習了幾天，想不到大家的”舞”功也不差。



第七天

今天的比賽，對手是主隊的台大。對手的實力比我們強，我們的力量及速度都不及台大好，但今場的表现是我們在台灣最好的。

第八天

最後一場比賽，戰勝了逢甲，在整個比賽中得到了第三名。晚上我們更與奪得亞

軍的日本隊一起去慶祝。

第九天

在台灣的最後一天。我到了酒店對面的郵局寄明信片給朋友。之後，我們便去到機場等候回港。可惜，航班又延誤了。



個人感想:

:

第三次跟隨教院手球隊出國比賽。我得到的不只是比賽的經驗，而且得到了帶領及組織的經驗，令我獲益良多。

今年五月到過土耳其，面對歐洲選手高大的身材、強大的力量；而今次在台灣面對的對手是香港一直已來學習的對象---速度及團隊性高。

在整個旅程中，得到的不只以上的經驗，而我還了解到台灣的文化及學習了和不同性格的人相處。每一天自己的反思，都讓我變得成熟，讓我對我的隊友有更深入的了解。當然韓老師的悉心教導及帶領功不可沒，他的安排令我們可以學習到解難及安排行程等。

完成這次旅程，擴大了我的眼界，獲益良多。在此感謝香港教育學院健康與體育學系支持及給予我們機會出國參加比賽。希望在我畢業前有更多機會可以代表教院出國比賽。

劉浩輝

1/7

今天出發前往台灣,男子隊加起來 20 多人一起出發,霸氣非常!大家都期待著與海外對手的切磋,希望會有一些新的體驗。

2/7

到達目的地後,所有人都在早上集合一起晨操,以保持住最佳的狀態,迎接即將到來的一連串比賽,大家鬥志旺盛。

3/7

到了比賽的前一天了,我們到了比賽場館訓練去,只見場館極為廣闊,設備先進,甚具氣氛,我們都非常期待在這作賽。

4/7

比賽的第一天,我們的對手是日本名古屋大學,對手的技術非常熟練,而且節奏極快,我們苦戰一陣,最終不敵日本隊。

5/7

比賽的第二天,我們的對手是新加坡的大學隊,我們沒有因為昨天的落敗而氣餒,反而打出自己水準,最後大勝對手。

6/7

比賽的第三天,對手是台灣大學二隊,我們乘著上場勢頭,再下一成,憑球員打出水準和守門員的出色表現,我們得到了勝利。

7/7

比賽的第四天,我們的對手是台灣大學一隊,對方球員實力超強,我們雖有重點球員的出色發揮,但普遍整體卻沒大突破,最後只有落敗。

8/7

比賽的最後一天了,對手是台灣的蓬甲大學,對方大學向來是手球強勁,可惜我們這場比賽的陣式卻剛好克制住對方,最後我們得到勝利。

9/7

最後我們得到季軍,安安心心的上機了。我們對這 9 天照顧我隊的人非常感激,希望 2 年後能到這裡再戰。

個人感想:

今次代表香港教育學院到台灣比賽是次活動主要目的,是為了對外國不同地區院校的隊伍作體育及學術上的交流。由於這次是一個國際性的比賽,對來自日本,台灣,新加坡,打法和態度都和香港不同,我籍是次的比賽中,透過和對方作賽,對手球技術大學眼界,是一份難得的經驗。

另外,在比賽的過程中,我看到隊友和領隊們的管理技巧後,對我也有很大的得著,讓我學到如何有效地管理,帶隊出賽,如果有效處理危機問題,怎樣與隊友,教

練和領隊溝通,這些元素都非常有助我日後的教學。

希望日後都能夠參與這類大型比賽,好讓我們有機會大開眼界,將來能把更多的經驗傳給其他人,同時也可好好增值自己,免做井底之蛙,為香港教育學院出多一分力。

最後,有師兄在本年度畢業了,他們是最後一次代表香港教育學院出賽,我也應是最後的一次和他們合作作賽,希望他們未來工作順利,永遠記得我們一起打波的日子。也希望他們能把香港教育學院手球隊的精神帶到他們的未來學學之中,繼續薪火相傳。







蔡寵榮

第一天

我及阿標提早到了台灣，然後於機場逗留了接近兩小時，感覺漫長，但未見台灣大學的志工－芳印。本以為假日酒店感覺不錯。

第二天

傳統練習晨跑非常好！然後準備選手之夜的表演－舞蹈練習！整理後，男女隊一起到了，觀光當地景色怡人，大飽眼福的景點－九份。



第三天

開始首次練習，場地由台大提供，大家經過覺習後疲倦非常。晚上的歡迎宴，認識了台灣的朋友，風土人情，整天的舟車勞動，疲倦非常。



第四天

今日是第一場比賽是不容忽視的對手，日本名古屋大學。面對速度與體能都在於我們之上的對手，體會了更多球場上的東西。

第五天

第二場的比賽是實力一般的對手，新加坡，不算突出的基本

傳送與進攻速度，令我可以打出賽前的部署，獲得首使勝利。

第六天

球隊士氣有所提升，加上大家的默契與狀態開始回復的關係，所以再獲一場勝利。晚上就是今次第一次舉辦的選手之夜，感謝大會的安排，亦謝謝各隊精心排練及精彩演出。

第七天

今天終於面對主隊台大，對手當中有技術與速度絕不比日本差的當地青年軍球隊，可惜我們失誤太多，沒有好好把握機會，以致第二場比賽落敗。

第八天

我們開始適應台灣的打法後，面對台灣另一支強隊—逢甲大學，我們於首段進攻已取得優勢之下，戰勝逢甲，得了本屆邀請賽第三名。晚上與名支屋大學一起慶祝。

第九天

大家收拾好行李，然後於酒店休息。於桃園機場與志工—芳印、依潔道別後，便乘航回港，我期待 2014 再見回所有台灣與日本的朋友！

個人感想:

這次是我第二次到台灣打邀請賽，當年學習到的東西都能於是次旅程運用出來，例如：每天負責安排與進行一些任務。經過台大及土耳其比賽後，發覺自己漸漸長大了，已成為了隊員的師兄，見他們還有進步的空間的時候，便發覺自己於這幾年學到的東西實在很多，比球技更加重要的東西。以及開始明白院校讓我們出外比賽的用意—當一個有經驗的體育教師。

除此之外，每天突發的事情可以使大家有不同的體會，提升其解難能力，增加我們的學習經歷。再加上跟女子隊一同外出比賽的時候，又是一番新的體會，因為女孩子處理的方法，跟男孩子有很大的不同；不過，是次跟女子隊合作讓我明白帶女子隊要注意的地方，因為我們未來亦有機會帶女子球隊。

最後，我們十分感謝香港教育學院健康與體育學系，多次支持不同的院隊到海外比賽與體會，使大家都能學會書本以外的東西！



林運標

第一天--由於飛機延誤的關係，我們比原定時間足足遲了四個多小時才到達台灣機場，回到酒店已是大約七時，安頓一切後才到外用膳，檢討後大約十時梳洗。

第二天--這天上午我們遊覽了台灣的旅遊聖地-九分，然後下午去了基隆。我們見識了台灣當地出名的旅遊聖地，實在令人難以忘卻。

第三天--上午，我們在台灣大學體育館進行了第一課練習。下午與日本隊一同到達台北車站，準備參與這次比賽的開幕禮。

第四天--上午，與日本名古屋大學隊對進行了首場比賽，經過這場激烈的比賽後，我們與名古屋大學隊建立了一個良好的關係。

第五天--上午，與新加坡管理學院進行比賽，下午到台灣大學附近遊覽並在那裡吃完晚飯後才回酒店，檢討後大約十時梳洗。

第六天--上午，與台大及南大聯隊對賽。我們去了酒店附近出名的深坑老街用膳，檢討後大約十時梳洗，準備第二天的比賽。

第七天--上午，與台灣大學對賽。下午，義工朋友帶了我們到西門丁遊覽，大約四時回到台灣大學排舞，準備參與晚上的選手之夜。

第八天--上午，與逢甲大學進行對賽。下午，自由活動，然後參與頒獎典禮。晚上和日本名古屋大學隊及義工們一同參與感謝宴。

第九天--上午，自由活動，我們到了酒店附近遊玩。大約二時三十分從酒店乘坐旅遊巴起程到機場，大約十一時回到香港。

個人感想:

在這九天的行程中，我不但參與了由台灣大學所舉辦的國際手球邀請賽，並且遊覽了台灣不同的旅遊景點，體會到當地的生活文化。這次比賽不但讓我可以與來自不同地區的队伍進行比賽，互相作技術上的交流，並且結識了很多來自不同地區的朋友。由於這次的行程比較長，因此為我們隊友之間提供更多的相處時間，這不但大大提升了我們對球隊的歸屬感，同時更增進了我與隊友之間的友誼，這對於我們球隊是相當重要的。這次台灣之旅，還增加了我們出外比賽的經驗。這

些經驗對我們日後的工作是相當重要的，因為在往後的日子裡我們可能會面對很多出外帶隊的工作，因此在這次旅程上所學到的經驗能夠幫助我更有效地去安排和應付。例如詳細的行程準備，分工和處理突發事件等。





姚大瑋 1/7



第一天到台灣,平安到達,大家都帶著期待的心情去迎接比賽,因為今次的對手跟從前的不同

2/7

我們在早上起床,一起晨跑,下午的時候就去了九份遊玩,可惜的是不能到場地練習.

3/7

今天我們終於可以到場地練習,大家在練習時也十分給力,士氣十分好,完了之後晚上我們就去了開幕宴,各球員也有聯誼一下.

4/7

終於到了比賽的一天,對手是日本球隊,在亞洲日本的水平比香港高很多,但是我們也想打好這場比賽,可是因為雙方實力差太多,最後也是輸了.

5/7

第二場比賽對手是新加坡的學校,我們的實力比較好,所以我們可以每個球員也有機會下場吸收經驗,為之後的比賽準備.

6/7



第三場的學校,有一個很強的球員,我們在還未適應時,對方打得十分好,但在更改打法後,便領先了,最後勝出了.

7/7

這場比賽對手是台灣大學,也是這比賽最後的第一名,我們一開始也是平手的,但是對方的速度比我們快太多,守門員也比較強,最後輸了.

8/7

最後的一場比賽,如果勝出了就會是第 3 名,所以我們所有球員也很想勝利,大家也打得很好,最後也勝出了.整個比賽完了之後,賽會有一個全明星賽的賽事,我有幸可以下場,真的很開心,跟日本隊友和台灣球員打得十分好玩,也勝利啦.

9/7

我們在離開台灣前作了最後的檢討,在韓老師指導下,這幾天我們獲益良多,希望將來可以用得著這一些經驗.

個人感想:

這是我第一次代表香港教育學院到台灣參加台灣大學手球邀請賽，這次比賽共九天，參賽隊伍六隊，我們以第三名完成比賽。這次比賽的球隊有比較強的日本名古屋大學和台灣大學。也有能力差不多的逢甲大學和台大南大聯隊，所以我們得到這個成績我們也很開心。

舉辦這次比賽的台灣大學有很多地方值得我們去學習，他們設了在比賽前各隊球員一起吃飯聯誼，使大家在比賽前已經有基本的認識，也有設了選手之夜讓大家跳跳舞，玩一玩輕鬆一下，比賽緊張之外也可以開心的玩玩。

這比賽最讓我開心的是有一個明星賽，這個比賽讓我有機會跟日本隊的球員和台灣的球員一起同隊比賽，交流球技，大家印証了打球是可以用基本的能力去合作，不一定要多溝通，到了一定水平，隊友做動作，別人就知道要怎樣去配合。這場比賽讓我十分爽。



最後可以跟將來畢業的隊友一起努力打球，真的很開心，真感謝教院給我們機會。



徐儀然

第一天

我們在香港機場逗留了接近兩小時才能起飛，使早到台灣的隊友等了我們漫長的時間，還有台灣大學的志工－芳印。本以為假日酒店是位於落後地區，幸好原來酒店附近發展也不錯。

第二天

一早起床進行教院的傳統練習－晨跑！跑完還進行無蹈練習，以準備選手之夜的表演，真令人期待！男女隊一起到了九份觀光，當地景色怡人，大飽眼福。

第三天

由於台大有練習場地提供，所以我們這天到了台大進行首次練習，大家經過覺習後似乎有點疲態，可能是因為昨天的舟車勞動吧。晚上的歡迎宴，認識了台灣的朋友。

第四天

今日是第一場比賽，對手是日本的名古屋大學，日本的實力不容忽視，速度與體能實在於我們之上，首使雖敗北，但體會了更多球場上的東西。



第五天

第二場的比賽，對手是新加坡，對手的基本傳送與速度不算太高，進攻也不算突出，所以我可以打出賽前的部署，獲得首使勝利。

第六天

大家的默契與狀態開始有所提升，所以再獲一場勝利。晚上就是第一次舉辦的選手之夜，各隊也精心排練，大家都有精彩演出，謝謝大會的安排。

第七天

今天對手是主隊台大，對手有青年軍球隊，其技術與速度絕不比日本差，我們沒有好好把握機會，而且失誤太多，輸掉第二場比賽。



第八天

對手是台灣另一支勁旅逢甲大學，由於開始適應台灣的打法，所以在首段進攻已取得優勢，最後戰勝逢甲，得了本屆邀請賽第三名。晚上與名支屋大學一起慶祝。

第九天

大家收拾好行李，然後各自到外購買手信。到了桃園機場與志工－芳印、依潔道別後，便乘航回港，我期待 2014 再見回所有台灣與日本的朋友！



個人感想:

這次是我第二次到台灣打邀請賽，當年的我並不明白為什麼要隊友們每天負責安排與進行一些任務。經過台大，全國大學生錦標賽，土耳其比賽至今，我終於明白由隊員自己負責安排全隊日程是一個讓人可以快速成長的體會。隊員需要為球隊安排作息、比賽、練習、觀光等一切的時間分配，大家於安排上總會有意見的出入，這就正正訓練了我們的解難能力！即使前一晚作出了一個妥善的安排，但每天都總會有變數出現，所以我認為這個職責可以提升我們的解難能力。



除此之外，每天的任務也可以使大家有不同的體會，例如要寫一個字條給其中一位隊友，條件要不能寫上自己的名，但又要使收到的人知道是誰寫上的，大家都運用了不同的方法完成此任務，大家可以互相學習用不同的方式去傳達訊息，這些手法都可以使我們進行解難訓練，增加我們的學習經歷。

最後，我們十分感謝香港教育學院健康與體育學系，多次支持不同的院隊到海外比賽與體會，使大家都能學會書本以外的東西！

葉宗瑋



第一天

我們因航班延誤，遲了兩個多小時，才到達台灣，辛苦了早到的兩位隊友和義工。酒店比想像中漂亮，在酒店附近的餐廳晚餐後，就回酒店休息。

第二天

早上晨跑過後，我們便一起前往九份，品嚐了不同的台灣美食，亦體驗到台灣人友善的一面。

第三天

早上晨跑過後就到台大的體育場進行練習，雖然沒有教練在場，但大家都非常投入練習。晚上，大會為我們各地的運動員舉行了歡迎晚宴，過了一個開心的晚上。

第四天

第一場的比賽在今天進行，我們的對手是來自日本的名古屋大學，對手實力十分強，最後我們在第一場比賽中落敗，但大家都未有氣餒，相信其後的比賽會有更好的表現。

第五天

第二場的比賽，我們的對手是新加坡，對手實力明顯不及我們，我們輕鬆取勝，大家都有良好的表現。

第六天

第三場的比賽，我們的對手的是台大 B 隊，上半場時大家的失誤都比較多，在下半場改善後比數慢慢拉開。晚上的選手之夜，各地選手的表演都十分精彩，我們的表現亦獲得不少掌聲。



第七天

第四場的比賽，我們的對手是台大 A 隊，對手實力比我們強，但我們發揮良好，比數沒有被拉開，最終已數球落敗。

第八天

最後一場比賽，亦是決定名次的一場比賽，我們經過 4 場比賽後，大家的默契變得更好，最後我們戰勝了逢甲。晚上更和日本隊一起慶祝。

第九天

最後一天在台灣了，大家都十分不捨得離去，在機場道別了義工後就回港了。

個人感想:

第二次跟隨教院手球隊出外比賽，非常感謝台灣大學邀請我們台灣進行文化交流，不論在球技方面還是在文化方面，我都獲益良多！亦要多謝韓 sir(韓政龍老師)能抽空帶領我們。

這次比賽最令我深刻的就是日本隊手球隊的球技，他們用行動證明了手球不單是一種靠身形、力量的運動，他們在不不論在個人技術，還是團隊合作都比我們強，令我獲益良多，明白到自己不足的地方，希望自己能夠改善和進步。

此外，我和另一名隊一起合作安排旅程其中一天的行程，此安排令我獲益良多，遇到突然事件的時間應該要冷靜處理，運用自己解難能力解決問題，信息要清晰傳達給每位隊員，避免誤會發生，BUDDY SYSTEM 更能確保每位隊員不會走失，是次經驗對我將來當老師一定有很大的幫助。

王振輝

第一天

由於我們的班機有延誤，因此我們在香港機場逗留了接近兩小時多才能起航，令早到台灣的隊友們等了我們漫長的時間，還有台灣大學的志工－芳印。我們所住的假日酒店附近發展也不錯，另我們格外放心。

第二天

一早起床進行教院的傳統練習－晨跑！跑完後，我們還進行了舞蹈訓練，以準備選手之夜的表演。由於是我首次於人前跳舞表演，因此令人期待！中午，男女隊一起到了九份觀光，當地景色怡人，亦令我們大飽口福。



第三天

我們這天到了台大進行首次練習，大家經過實習後似乎有點疲態，可能是因為昨天的舟車勞動吧。晚上的歡迎宴，認識了很多朋友。

第四天

今日是第一場比賽，對手是日本的名古屋大學，日本的實力不容忽視，速度與體能實在於我們之上，縱使被技術性擊倒，但亦學會了更多球場上的技巧。

第五天

第二日的賽事，對手是新加坡，由於對方的基本傳送與速度不算太高，進攻也不算突出，所以我可以打出賽前的部署，且更獲得首場勝利。

第六天

大家的默契與狀態開始有所提升，所以再獲一場勝利。晚上就是第一次舉辦的選手之夜，各隊也精心排練，大家都有精彩演出，且能認識更多的朋友，謝謝大會的安排。



第七天

今天對手是主隊台大，對手有台灣青年軍，其技術與速度絕不比日本差，我們沒有好好把握機會，而且失誤太多，最終輸掉第二場比賽。

第八天

對手是台灣另一支勁旅逢甲大學，由於開始適應台灣的打法，所以在首段進攻已取得優勢，最後戰勝逢甲，得了本屆邀請賽第三名。晚上與名古屋大學的隊員們一起慶祝。



第九天

大家收拾好行李，然後各自到外購買手信。到了桃園機場與志工一芳印、依潔道別後，便乘航回港。

個人感想:

這次是我第一次到台灣打邀請賽，亦是我最後一次代表教院出外比賽。雖然我無緣再為教院出外作賽，但我仍十分感謝這兩年所得到的機會，以及導師，師兄以及隊友們的支持。沒有他們任何一方的支持，我們都不能在大專決賽中多次地衝擊冠軍；亦不可能在河南的全國大學生錦標賽及土耳其邀請賽的賽事中斬獲冠軍；因為有他們的支持，我們先可以一步步地為教院努力，因此我十分感謝他們的支持。

經過台大，全國大學生錦標賽，土耳其比賽至今，我終於明白由隊員自己負責安排全隊日程是一個讓人可以快速成長的體會。隊員需要為球隊安排作息、比賽、練習、觀光等一切的時間分配，大家於安排上總會有意見的出入，這就正正訓練了我們的解難能力！即使前一晚作出了一個妥善的安排，但每天都總會有變數出現，所以我認為這個職責可以提升我們的解難能力。



最後，再次感謝香港教育學院健康與體育學系，多次支持不同的院隊到海外比賽與體會，使大家都學會書本以外的東西！



劉冠健

七月一日(星期日)第一天

從早上出發，到了機場後因航班延誤而被迫將原定的行程取消。到達臺灣桃園國際機場已經大概四時多了。然後便回酒店安頓好行李和房間後，便到酒店附近吃晚飯。由於大家都很早起床的關係，吃過晚飯後，大家都回到酒店休息。

七月二日(星期一)第二天

一早起床，晨跑及練習選手之夜的表演節目過後，我們便出發到九份遊覽。九份是著名的旅遊區，一邊品嚐當地的美食，一邊欣賞九份外圍山海風景，與隊員們享受一下輕鬆的感覺。



七月三日(星期二)第三天

今天大會安排了練習時間給我們，我們先適應場地，然後大家都有良好的士氣狀態，加上先前到土耳其比賽時取得冠軍，因此我們都希望在今次比賽中取得好成績。晚上更有歡迎晚宴，與來自台灣、新加坡及日本等選手交流。

七月四日(星期三)第四天

今天是第一場比賽，對手是來自日本的名古屋大學。在開局我們都與日本隊打成均勢，但他們的速度及能力都在我們之上，慢慢地將比分拉開。最後我們落敗了。

七月五日(星期四)第五天

到了第二場比賽，對手是新加坡管理學院。在比賽初段已取得優勢，其後更以快攻將比分拉開，最終取得勝利，更取得這次比賽的首場勝仗。

七月六日(星期五)第六天

第三場比賽，對手是臺灣大學暨南洋理工聯隊。其中對手的速度也不慢，而且他們我小組戰術亦相當奏效，於是我們要改變防守策略，成功取得第二場的勝利。

七月七日(星期六)第七天

第四場比賽，對手是臺灣大學，是這次比賽中最強的隊伍。無論他們的速度、體能、力量及小組戰術都比我們更有優勢，而且我們在初段的發揮未如理想，於是

被拉開比分。但在下半場我們決定背水一戰，憑著主動的防守及把握射門機會成功將比分拉近，但最後我們都不敵臺灣大學。晚上的選手之夜很有氣氛，大家都有一個歡樂的晚上。



七月八日(星期日)第八天

最後一場比賽，大家的爭勝心無容置疑，對手是台灣的逢甲大學，是實力較相近的隊伍。憑著大家積極的防守及有耐性的進攻，成功將比分大幅拉開，最終取得勝利，更在這次比賽中取得第三名。晚上更與名古屋大學的選手一起吃晚飯，了解一下日本的文化，這晚實在的人難忘。

七月九日(星期一)第九天

結束八天的行程，收拾好行李，便進行最後的檢討會議。然後便出發到臺灣桃園國際機場，航班亦再次延誤。回到香港已接近凌晨時份，正式結束這次台灣旅程。



個人感想:

這次比賽是我在本年度第二次代表香港教育學院出國比賽，很感謝香港教育學院給予我們出外參與比賽的機會。

出外比賽無疑令我們隊友間的感情及默契得以提升，畢竟和隊友九天也在一起，我們很多活動也需要一起進行，其中遇到困難一起解決，遇到歡樂又一起分享。當中學習到的不單單只是球技，而是在這次比賽中最大得著的管理球隊的工作。例如：賽前的準備工作、到比賽場地的交通安排、賽後用膳安排等，我們每天都

有不同的人負責當日一整天的日程，而且不時有一些突發安排及難處，令我們需要改變行程安排。現在有了這些經驗，這對於未來教練的工作有很大的幫助。而且，這次比賽有很多交流的機會，不論是與球員、球隊經理或是台灣市民，令我印象最深刻就是我們不太懂得如何回到酒店，有兩名台灣市民在車上主動向我們提供協助，他們耐心的指導我們及安排好車子讓我們回到酒店，這好客的表現真令我佩服。

最後，再次感謝香港教育學院支持及韓老師領導下，讓我們得到一次寶貴及獲益良多的比賽經歷。



李志威



第一天

早上，我們一行二十多人於機場集合，一同前往台灣，雖然因航空公司的問題，而延遲了飛機起飛時間，但最後仍能安全到達目的地，加上義工——芳印的協助下，順利到達假日酒店。

第二天

即使經過昨天的舟車勞動，但我們仍能堅持清早的晨跑練習，目的是希望在日後的比賽中，可以發揮天好的水準。另外，我和隊友更到了九分和基隆一遊。

第三天

一如昨天，我們一大清早進行晨跑練習。之後，我們到了台灣大學練習。晚上，大家出席了歡迎晚宴，有關工作人員更安排了不同大學的球員坐在一起，消除隔膜，就這樣度過了一個融洽的晚上。

第四天

今天進行了第一場比賽，對手是來自日本的名古屋大學，對方球員人數不多，平均身高亦不及我們，但他們的彈跳力、射門的力度及速度則較為優勝，而我們最終落敗。

第五天

是日比賽對手為新加坡管理學院，或因對方的手球比賽經驗尚淺，致使我們最終得勝。

第六天

經過兩天的比賽後，大家都出現了疲態，但亦因有了兩場比賽的磨合，大家變得更有默契，令我們於當天比賽再次得勝。晚上是選手之夜，各隊都作出了精彩的表演，為是次比賽增加難忘的經驗。



第七天

今天的比賽對手及主隊是台灣大學，對方實力不在我們之下，雖然我們的表現較早前好，但對手實力強大，使我們最終落敗。



第八天

今天進行最後一場比賽，經過四天的比賽，隊友顯得更疲憊，但我們亦能堅持到最後，發揮最佳水準，最後取得勝利及得到全場第三名。

第九天

義工於下午載我們由酒店到機場，於上機前，我們送了他感謝卡，他感動落淚，我們更一起拍了大合照。

個人感想:

這一次是我第一次代表教育學院出外比賽，在該的比賽中，我可是獲益良

多。首先，於是次出外中，每天都有不同的隊員擔當值日生一職，負責當天的行程，膳食等安排，我更是有兩天擔當該職務，在此令我深深感受到該職位者之難處，因要在一個陌生的地方取得一個完善的安排是非常困難的；但相對地，也為我於該方面上了寶貴的一課，使我學到不同的處事技巧，待人接物的方法等。再者，在擔當值日生的工作上，增加了隊員與隊員之間合作的機會，使隊員間的感情，默契也增進不小。

除此之外，我們每天也有不同的任務，如寫一個字條，與不同的人交換東西等，都給予我良好的學習機會，更讓我認識到不同地方的人和事，因而為我的學習經歷增進了不小。最後希望來年有機會與隊員一起出外比賽，為教育學院取得不同的獎項。



吳朗崑 1 / 7

9時45分到達機場，原定12時登機1時45分到達台灣。但因航班延誤，我們在香港機場等候了2個多小時，差不多4時才到達台灣，令我們都很疲憊。到達酒店安頓後，大家都沒精神返回台北區觀光，只是在附近逛逛吃個晚餐便就寢休息。



2 / 7

早上晨跑後我們到九份遊覽，台灣的特色食品飲品可真多，而且相比其他地方，這個在山上吃的芋圓最叫我忘不了。晚上，我們到了基隆夜市，見識一下台灣熙來攘往的晚上，和聞名亞洲的美食。



3 / 7

到台大的場地練習過後，我們在場地附近逛逛，不少隊友買了新的戰靴以應付是次比賽。晚上我們在公館的餐廳進行了歡迎宴。

4 / 7

第一天的比賽，對手的來自日本的名古屋大學，我們的實力真的跟對方有一段距離。反擊快攻原本是我們的看家本領，奈何對手的速度比我們還要快，強項被封鎖了，比賽以18比32落敗。



5 / 7

第二場比賽，對手是新加坡管理學院，由於對手的水平不算太高，速上我們有點佔上風，所以能以一向的打法順利以 3 0 比 1 2 勝出。



6 / 7

第三場的對手是台大南大聯隊，由於對手主要得分點只有一個，始終獨力難支，最後我們以 3 9 比 2 5 得勝。晚上是選手之夜，各隊的表現都很精彩和大會的安排也很好，好讓我們感受到大會的心思和對比賽的重視。



7 / 7

這天的對手是台灣大學，他們隊中有台灣青年軍成員助陣實力不在名古屋大學之下，加上我們的發揮不佳，多次未能把握的分機會，令比賽最終以27比32落敗。

8 / 7

對手是同樣來自台灣的逢甲大學，由於發揮良好，我們在比賽初段已經拉開比數，並能把距離保持直至最後，最終我們以38比26擊敗對手成為這個比賽

的季軍。晚上我們相約名古屋大學一同興築，過了一個難忘的晚上。

9 / 7

最後一天，我們各自收拾行李和出外買手信，到處拍照留下一些紀念。最後在桃園機場跟送機的志工道別後，拿著季軍的獎盃回港。



個人感想:

這次是我第一次到亞洲的其他地方比賽，雖然是外地，但是在跟當地人的溝通上都沒有太大問題，可以較容易了解當地的文化和習慣，在不同的時候都跟身邊的人談談天，計程車司機、餐廳侍應、志工都能從中了解他們對事物的看法和對香港人的印象。

在此行中跟往常一樣，我們要輪流負責每天的日程安排，可能大家對台灣比較熟悉，大家都有很多地方想要遊覽，行程安排上比在土耳其密集一些，而且變數也相對多一些，所以比在土耳其更有挑戰性。但是在處理不同問題的時候，的確能加強我的解難和應變能力，同時在扮演領導角色當中能讓我們成長並增進與人溝通的能力。

在比賽方面，這次真正感受得到外地強隊的實力，但時亦體會到他們國家或地區的運動風氣和支持真的很強，而且有一個比香港更完善和成熟的系統。身為教院的學生，真的希望將來能以體育教師的身份對任教的學校甚至香港的體育界建立一個能與亞洲其他地方水平一致的體系。以加強香港學生對運動體育的投入感和參與率。

最後感謝香港教育學院健康與體育學系，讓我們不時有機會出外比賽，以另一種方式學習和體會不同事物，更令我們人生之中增添不少寶貴的經驗，好讓教院的學生在畢業後有比其他院校學生強的競爭力。

梁裕興

7月1日(第一天)

當天往台灣的航班延誤了大概兩個小時,到達台灣已經接近黃昏,使台灣大學的志工-芳印等了一段時間。最後,我們都安全到達我們入住的酒店。

7月2日(第二天)

這天我們整隊都很早起床,目的是進行教院的傳統晨跑。晨跑過後,我們一起到台灣的九份觀光,當中有很多台灣的地道食物及景色怡人的海景。



7月3日(第三天)

今天我們在台灣大學中的手球場進行了第一次練習,各隊員都很認真。練習過後,我們出席了台大的開幕禮,當中認識了不少台灣大學的朋友。

7月4日(第四天)

正式的比賽開始,第一場的對手是日本名古屋大學。雖然這場比賽中輸了,但當中學到了不少技術,開拓了我的視野。



7月5日(第五天)

第二場的比賽對手是新加坡,這場比賽與日本打的比賽相對輕鬆。最後我們都能打出我們賽前的部署,獲得台灣之旅的第一場勝利。

7月6日(第六天)

經過兩場比賽,我們的狀態及默契都漸漸提升,順利打敗第三場的對手-台灣大學 B 隊。到晚上,是台灣大學舉辦的選手之夜,各隊都施展渾身解數進行表現,令我們見識到不同國家文化。



7月7日(第七天)

這天的比賽是台灣大學的主隊,對手的實力不下於日本隊,而且擁有青年軍。最後,我們因為太多的失誤,輸掉了比賽。

7月8日(第八天)

最後的一場比賽對手是台灣的逢甲大學,這場比賽的勝負關係到我們能否奪得是次比賽的第三名。最後我們憑著清晰的決心,獲得了勝利,奪得是次比賽的季軍。到晚上,我們與志工及日本名古屋大學一起慶祝。

7月9日(第九天)

這天是台灣之旅的最後一天,各位志工都來歡送我們。最後,我們順利回到香港。



個人感想:

這次是我第一天到台灣比賽,並且在今次比賽中我擔任財政的角色,令我在這次台灣之旅獲益良多。在技術層面上,這次比賽見識到的與土耳其之旅大有不同。在土耳其之旅,對手的力量及身體素質都比我們好,我們只能以快取勝;在台灣,對手的速度比我們更快及技術更流利,使我見識到世界之大。在與其他國家交流方面,這次台灣大學在開幕禮特意安排不同國家的選手坐在一起,使我們在比賽前已經建立了友誼。而其他國家的選手都很友善,令我在今次台灣之旅認識到不少新朋友。

另外,這次我擔任財政一職,使我學到平常上課學不到的東西。第一,擔任財政需要保管好全隊的隊伍開支數目;第二,需要紀錄隊伍開支的詳情;第三,需要保管好隊伍開支的收據;最後,在比賽後需要完成一份財政報告。上述的職責,使我獲得了很好的經驗,令我知道在進行一場比賽一支球隊的財務要如何處理及如何完成一份財務報告。

最後,我要感謝香港教育學院提供了是次外出比賽的機會,令我學到在書本及課堂上學不到的東西。

完

