

## 教師基本檔案

姓 名	彭坤郎	出生日期	民國 55 年 10 月 20 日	性別	<input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
聯絡電話	(日)049-2870666 #235 (夜)049-2760990 (手機)0921-397013	電子信箱	E-mail: pk119201126@yahoo.com.tw		
戶籍地址 (請詳填里鄰)	55242 南投縣集集鎮廣明里 10 鄰洞角巷 35 之 50 號				
通訊地址 (請加郵遞區號)	55349 南投縣水里鄉南湖路 2 號				
服務學校全稱	國立水里高級商工職業學校	最高學歷 (請填學校及系所全稱/學位)	國立台灣體育學院體育研究所畢業		
職 稱 (請填寫完整職稱, 例: 教師兼總務主任)	教師兼體育組長	經 歷 (最多 5 項)	1. 台中縣私立青年高中專任教師 5 年 2. 台中縣私立明道中學專任教師 4 年 3. 國立水里商工校務主任 7 年 4. 國立水里商工導師 10 年 5. 國立水里商工體育組長 2 年		
參加組別 (請以優良事蹟係屬行政類或教學類擇一選填, 必填)	<input type="checkbox"/> 行政組 <input checked="" type="checkbox"/> 教學組				
身 分 別	<input checked="" type="checkbox"/> 兼任行政職務教師 <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 運動教練				
	<input type="checkbox"/> 原住民身分 <input type="checkbox"/> 客家人身分 <input type="checkbox"/> 其他	服務年資	28 年 0 月 (至 107 年 7 月 31 日止)		
		現任學校服務年資	19 年 月 (至 107 年 7 月 31 日止)		



### 個人簡介 (請以第 1 人稱書寫, 200 字為限)

彭坤郎：民國 55 年 10 月 20 日出生於屏東縣鹽埔鄉下。68 年畢業於彭厝國小、71 年畢業於鹽埔國中、74 年畢業於省立恆春高中、77 年畢業於省立體專、83 年畢業於國立體育學院、93 年畢業於台灣體育學院體育研究所。79 年服務台中青年高中，85 年服務台中明道中學，88 年服務於國立水里商工迄今。81 年結婚，育二女一男，內人服務於水里國中擔任總務主任。目前於水里商工擔任體育專任教師兼體育組長。

### 榮譽事蹟

- 一、96 年全國推展體育優秀教師獎。
- 二、97 年北京奧林匹克動運會(教練證書)。
- 三、98 年香港東亞運動會(教練證書)。
- 四、99 年 SUPER 教師獎。
- 五、100 年推動學校體育有功個人獎。
- 六、100 年體委會二等二級國光體育獎章。
- 七、100 年教育部學校體育運動教練獎。
- 八、103 年仁川亞洲運運動會(教練證書)。
- 九、104 年教育部二等二級國光體育獎章。
- 十、106 年杏壇芬芳錄獎。

### 具體績優事蹟說明

#### (一) 教學課程發展與教學績效

擔任水商划船專長教師以來，在專長訓練及體育課程上，無不絞盡腦汁規劃。更不惜時間與金錢。為加強學生訓練效果，更積極參與各級划船運動教練培訓，搜集各項划船運動訓練方法，期能以最專業的划船運動訓練提供選手更好的訓練環境。因培訓初期訓練船隻不足，為使訓練正常化，只好用自己標會的錢，購買船隻供學生訓練、比賽之用，以期能對學生訓練成績提供最大的幫助。在積極努力之下，水商划船隊在成立二年多的 91 年全國中等學校划船錦標賽，即獲得高男組團體冠軍，高女組團體亞軍。並囊括了所有十個比賽項目中的 7 面金牌，可謂一鳴驚人。多年的培訓結果，已輔導選手數百名直升各國立大專院校，更有近十名學生因划船升學後，回到各級學校擔任教職，改變了許多學生的命運。

台灣划船運動因水商的投入訓練以來，在國際賽的成績也突破了往年，2004 年~2016 年連續四屆奧運划船參賽選手，2010 年、2014 年亞運連續奪得銀牌，創台灣划船亞運史上最佳成績的選手等，全部都是水里商工培養的優秀選手及畢業校友。除此之外，在各項亞洲盃賽中，水商划船隊學生更是國家隊的主力選手，創下多次優異成績。國內各項划船比賽，水里商工更是常勝軍，經常囊括了大部分金牌。自 92 年至 106 年水商畢業校友及在校生，代表南投縣參加全國運動會划船比賽，已累計獲得金牌 27 面，佔南投縣全運總金牌數 3 分之 1 以上。被譽為南投縣全運會金庫。

#### (二) 班級經營暨學生輔導

在培訓體育班划船、輕艇學生及班級、代表隊經營時，因學校距日月潭訓練場地約 15 公里，為使學生訓練安全與方便，積極規劃交通車，每天接送學生安全來回訓練場地與學校。為增加學生訓練時間，常年利用星期假日、寒、暑假到日月潭訓練，並自己採買下廚張羅學生伙食，數十年不間斷。其後因學校專長課程修改上課時間，為銜接訓練課程，減少學生路程時間，在日月潭訓練場地附近

設法承租土地，規劃訓練中心設施，提供學生每週二天住宿日月潭。並負責每天從學校到日月潭的早、晚餐運送。減少學生往返的時間與費用，更增加了訓練的時間，直接幫助對學生的運動成績的提升。

針對日月潭水上訓練中心的經營，更需費心的向外募集資源，以提供學生在訓練中心更好的生活環境。目前日月潭水上訓練中心在長期的用心經營下，已具水上訓練中心雛形，可提供 1 佰位選手常年進駐訓練。為爾後學生寒、暑假訓練提供更好的訓練環境。多年來，為興建日月潭水上訓練中心更是多方奔走、請命，目前已獲得南投縣政府支持土地取得。體育署匡列興建經費 6 仟萬元。祈望在不久的將來，能看到一個嶄新的日月潭水上訓練中心落成啟用。

學生因大多初次接觸船艇運動，且長期在日月潭月牙灣訓練。心理與生理不免因訓練造成壓力，為輔導學生，需日夜注意學生動態，適時給予關注。在台灣社會現況下，選讀體育班學生多數為鄉下、單親，或家庭經濟弱勢者。在無法負擔相關訓練所需經費時，需向社會募款，或自掏腰包以提供選手訓練無後顧之憂。成功輔導學生在划船運動訓練上，無憂的、快樂的成長與訓練。

### (三) 專業成長與服務熱忱

服務水商至今，除極力推動划船運動訓練外，在兼任的各項行政工作、教學上努力以赴，使命必達外。並配合學校國際交換學生工作，擔任交換學生接待家庭六年，完成接待巴西、墨西哥、立陶宛、泰國、法國等 12 名外籍學生，成功的促進國民外交。除了對學生的教育訓練外，並參加國際扶輪社，警友會等社會團體，服務社會。在學校教育與社會服務上同樣成績斐然。

協辦 100 年全國運動會划船、輕艇項目。成功承辦 101 年全民運動會、103 年原住民運動會、每年 7 月承辦全國划船錦標賽，多年來協辦日月潭泳渡，日月潭環潭馬拉松，環台自行車等運動競賽。目前正積極配合台中市協辦 107 年全國中等學校運動會。配合南投縣各級學校，義務協助學生水上活動體驗。多次義務擔任台灣師大、台灣體育運動大學教育學程實習指導老師。

為求新知積極進修，93 年取得國立台灣體育學院體育研究所碩士學位。參加各項專業研習，並取得教育部划船運動高級教練證，中華民國划船國家級教練證、裁判證。中華民國曲棍球國家級教練證、裁判證，並協助擔任國內各項比賽活動裁判。擔任學校各項委員會委員，協助推展學校行政業務。

### (四) 投注教育奉獻度

1. 2002 年第四屆日本亞洲室內划船錦標賽教練
2. 2003 年第九屆香港亞青盃划船錦標賽教練
3. 2004 年第十屆日本亞青盃划船錦標賽總教練
4. 2004 年雅典奧運亞洲區資格賽教練
5. 2005 年第四屆澳門東亞運培訓教練
6. 2006 年第十二屆新加坡亞青盃划船錦標賽總教練
7. 2006 年杜哈亞運培訓教練
8. 2008 年第十五屆香港亞青盃划船錦標賽總教練
9. 2008 年北京奧運亞洲區資格賽教練
10. 2008 年北京奧運教練
11. 2009 年第十五屆亞洲盃教練
12. 2009 年第五屆香港東亞運教練
13. 2010 年廣州亞運培訓教練
14. 2012 年倫敦奧運亞洲區資格賽教練
15. 2013 年第十七屆亞洲盃總教練
16. 2014. 仁川亞運總教練
17. 2015 年第十八屆亞洲盃總教練
18. 2016 年第二十二屆泰國亞青盃划船錦標賽總教練。
19. 2017 年馬來西亞室內划船錦標賽總教練
20. 2017 第一屆亞洲海岸划船錦標賽教練。

### (五) 對社會之影響度

1. 90 年起長期參與南投縣體育會划船委員會擔任總幹事，102 年擔任南投縣體育會輕艇委員會總幹事，協助委員會辦理各項體育活動，服務地方與中央。
2. 協助中華民國划船協會辦理各級划船教練、裁判培訓規劃課程事宜。及擔任各級划船比賽審判委員。
3. 多年來水商體育班努力經營的成績受到許多國內傳播媒體的矚目，諸如民視異言堂、中視新聞、三立電視在臺灣的故事、壹週刊 2008 奧運專輯、TVBS 新聞、中國時報、自由時報、民眾日報等都曾作過專題報導。水商划船隊展現的優異成果，加上媒體的爭相報導，划船隊儼然已成為水商體育班的指標，更是中部地區具有運動潛力的國中畢業生升學的首選。
4. 指導運動選手畢業後投入教職(教練)或自行創業者成就優異。有近十位選手畢業後在各級學校服務。
5. 92 年起帶隊參加香港國際划船錦標賽，迄今已連續 15 屆，獲得金牌無數。101 年連續 6 年充分利用船、艇隊賽餘時間，組訓龍舟隊參加廈門國際龍舟錦標賽。獲多面金牌，有效結合日月潭特殊環境發展學校特色，拓展國際體育交流。

### (六) 行政合作與公共關係

1. 爭取辦理學區聯合運動會，連絡地方學校情誼，並推動校際體育運動競賽交流。
2. 結合集集鎮立游泳池，規劃一年級學生游泳課程，充分運用地方資源，提供學生學習游泳，水上自救能力。
3. 參加國際扶輪社並擔任交換學生接待家庭六年，完成接待巴西、墨西哥、立陶宛、泰國、法國等 12 名外籍學生，成功的促進國民外交。
4. 參加集集分局警友會，利用警局資源，協助學生走向正途。
5. 因縣政府各項補助款未能補助國立高中，以委員會的管道向縣府申請各項訓練補助經費，以提供水商船艇隊學生訓練經費。

### (七) 其他獎勵

- 一、96 年全國推展體育優秀教師獎。
- 二、97 年北京奧林匹克動運會(教練證書)。
- 三、98 年香港東亞運動會(教練證書)。
- 四、99 年 SUPER 教師獎。

<p>五、100 年推動學校體育有功個人獎。          六、100 年體委會二等二級國光體育獎章。          七、100 年教育部學校體育運動教練獎。          八、103 年仁川亞洲運運動會(教練證書)。          九、104 年教育部二等二級國光體育獎章。          十、106 年杏壇芬芳錄獎。</p>	
<p>擅 長 領 域</p>	<p>1. 划船、田徑、曲棍球運動訓練。</p>
<p>教 育 理 念</p>	<p>延續我高中教練的志願：  <b>能有多一個學生因運動訓練而改變他的人生機會，就不放棄。</b></p>
<p>教 育 精 神</p>	<p>個人從事教職工作秉持的理念，是學生必有其舞台。有在學科上能輕鬆應付的。有在職業技能上具天賦的。有在體能上有精力過人的，加以專業的訓練，可在國際運動競爭舞台上發光發熱的。個人在組訓船、艇時，有幸的獲得水商的全體同仁支持與信任，提供各項行政支援。歷任校長在訓練經費上的爭取，讓培訓時經費無後顧之憂。始能獲得優異成績。</p> <p>十年樹木，百年樹人。教育的短期過程中，是無法看到立即的成效。在船艇隊培訓中，除要求訓練的質量外，更加強學科的要求。團體紀律，大我觀念。領導能力。同儕互動，人際關係，解決問題，處理事務能力等。都是強調與培養的能力。每次上課時，適時配合團體中發生的現況，不斷的要求。以達立即的學習效果。建立良好的學長關懷學弟制度，善用同儕的影響力，發揮最好的學習效果。</p> <p>一再灌輸教育學生，並非就讀體育班的學生，未來都從事體育教師、教練行業。如能堅持船、艇隊訓練精神，確是在各行各業中成功最大本錢。船、艇運動是相對封閉性的。常是一個人划完二小時 20 公里的課表。面對二個太陽的酷熱，冷風刺骨的嚴寒，長滿老繭的雙手，透過操槳與水的對抗等。能夠堅持三年的訓練，面對人生的挑戰有什麼困難過不去的。</p>
<p>教育愛小故事</p>	<p>擔任划船運動教練 19 年來，見過無數選手。其中不乏深具潛力的天才型選手。因有許多因素，半途而廢者。更有許多突破種種困境而大放光芒者。</p> <p>90 年新生入學考，在國中服務的學弟打電話問，水商體育班還有名額嗎？他一個學生練田徑的，希望能來水商就讀。經入學考後，報到時。原先培訓的田徑隊改為划船隊。大輝原以為到水商是練田徑的。知道要改練划船後抵死不從。一定要練標槍。經輔導無效。最後告訴他，要練標槍可以。我只要三步助跑投擲，能贏我的話，就練標槍，否則練划船。經過比賽後，輕鬆的贏了大輝，才不甘情不願的練划船。大輝經過二年多的划船訓練，在高三時參加上海舉辦的 2004 年奧運亞洲區資格賽時。一舉拿下台灣首次參加奧運划船賽的資格。爾後連續參加 2008、2012 年奧運，更獲得 2010 年、2014 年亞運銀牌的成績。更與本校另一位校友小輝，創下全運會划船男子公開雙雙 7 連霸(目前仍未中斷)的輝煌戰績。大輝目前已在本校擔任專任運動教練，並仍積極備戰 2018 年亞運會。</p> <p>話說另一位划船名將小輝，由彰化到水里來就讀。其就讀原因，主要是想離開家裡，因從小學四年級就不知父親下落。在水商就讀一年級時，因個性叛逆，屢次與教官、老師發生衝突。經多方輔導，加強訓練後，在高二時入選亞洲青年划船錦標賽國手後漸漸步入正軌。大學就讀北部某私大學，因不適應都市生活，再次迷失方向。為挽救小輝，不因迷失而毀掉一生。決定將小輝辦理休學，帶回水里。安排住在水里國中教職員宿舍。並負擔全部生活費用開銷。要求回到學校繼續划船訓練，重考大學後進入台體大。隨後，代表國家參加 2013、2015 年亞洲划船錦標賽與大輝連續獲得銅牌，畢業後回到南投擔任划船專任教練。並繼續與大輝合作邁向全運會 8 連霸。</p>

