

新北市私立南強工商 110-1 籃球育樂營實施辦法

- 一、宗旨：為配合政府政策「打造運動島」計畫，以實現「健康國民、卓越競技、活力臺灣」的新願景。同時宣導「樂在運動，活得健康」理念，達到人人愛運動、處處能運動、時時可運動。並培養運動風氣，給予正確的籃球概念及基本動作。更需要有團體分工合作，從籃球運動中學習及應用於生活當中的任何事物。
 - 二、營隊特色：本活動全程指導籃球的專業技術，以專業的教練、專業的課程帶領你感受籃球世界的行列。讓您能進入籃球的專業領域，千萬不要錯過本次南強工商育樂營，
 - 三、主辦單位：新北市私立南強工商。
 - 四、工作人員：新北市私立南強工商籃球隊全體隊員。
 - 五、活動時程：111 年 1 月 22 日；時間:09:00~15:00。
 - 六、活動地點：新北市私立南強工商籃球場(新北市新店區文化路 42 號)。
 - 七、課程特色：以基礎技能、技術觀念為課程主軸，本訓練營以專業的師資團隊及課程內容，以籃球隊之正規訓練模式，培養學員籃球技術能力之提升，可讓你體驗到籃球最重要的核心概念！
 - 八、招生對象：台北市、新北市學生，需具備籃球熱誠及籃球訓練興趣者。
 - 基礎班：為 13-14 歲(國一~國二)對於籃球有愛好與熱情的學生。
 - 進階班：為 15 歲(國三)已有基礎籃球技術與愛好的學生為佳。
- ◆備註：預計共 60 人，如人數不足 15 名則取消開班。

九、課程內容：

	上午 9:00~10:00	上午 10:00~12:00	下午 13:00~15:00
1/22	報到 1. 介紹師資陣容 2. 介紹學校職群類科 3. 熱身	1. 基本腳步練習 2. 球感練習 3. 運球練習 4. 傳球練習 5. 投籃練習 6. 切入上籃練習 7. 個人防守練習 8. 1on1 攻防練習 9. 2 人小組練習 10. 2on2 攻防演練	1. 基本動作複習 2. 動位投籃練習 3. 位置分項訓練 4. 中鋒分項訓練 5. 攻守演練 6. 2 人小組練習 7. 2on2 攻防演練 8. 3 人小組練習 9. 3on3 攻防演練 10. 5 人全場比賽
教練	姜憶蓮、許迦凱	姜憶蓮、許迦凱	姜憶蓮、許迦凱

★備註：主辦單位有權利依現場實際狀況調整訓練及課程內容及順序。

十、師資陣容：

 姜憶蓮老師	現為 WSBL 台元女子籃球隊 球員，曾代表中華隊出戰亞洲錦標賽，擔任高、國中籃球教練	 許迦凱老師	前為輔仁大學男子籃球隊 隊員現為南強工商籃球隊 教練
※協助人員為全體南強工商籃球隊隊員			

十一、報名時間及方式：

採用現場、傳真、網路報名方式：

1. 現場報名：請至新北市私立南強工商學務處 姜主任

(校址：新北市新店區文化路 42 號)

2. 傳真報名：學務處 姜主任

電話：(02)2915-5144 分機：113

傳真：29158194

3. 網路報名：(1)請至以下網址報名或掃 QR CODE



https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd67SZhuXYh_q2hdtAvwAse60dvSUUK1L81tP-CFEsY314yVQ/viewform?usp=sf_link

(2)新北市中小學寒假期育樂營報名網站

<https://camp.ntpc.edu.tw> 自行報名

十二、報名費用：免費

※不提供午餐，由學生自理或學校代訂(80 元便當為主)。

十三、經費來源：由本校優質化經費項目支應。

十四、附件：活動經費概算

日期	12/25(六)	總計
教練鐘點費	2 人校內體育教師 450 元 X5 小時 X2 位=4500 元(優質化)	4500 元
總計		4500 元

承辦人：

單位主管：

會計單位：

校長：

110-1 新北市私立南強工商籃球育樂營報名表

報名基本資料（請務必填寫完整）				
姓 名			身分證字號	
出生日期	年 月 日	性 別	☐ 男 ☐ 女	
就讀國中	縣市		國中	年級
戶籍地址 （含鄰里）				
通訊地址 （含郵遞區號）				
家長電話	家長姓名：		手機號碼：	
聯絡電話	(0)：		(H)：	(手機)：
E-Mail				

家長同意書

本人子弟_____就讀 _____國中部_____年，茲同意其參加
110-1 年新北市私立南強工商籃球育樂營
此致新北市南強工商

家長簽章：_____

日期：_____

備註：

1. 如患有先天心血管疾病等或身體不適合運動者，切勿參加，否則後果自行負責。
2. 提醒貴子弟當日專穿著運動服及運動鞋，並確實進行熱身活動。避免運動傷害。
3. 活動當日如有身體不適請立即反應，並停止運動，以免發生意外。
4. **本同意書請填妥後活動當日繳回南強工商學務處**，如無同意書視同報名未完成。
5. 此頁可影印重複使用。