

# 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：

 <p>姜憶蓮老師</p>	<p>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</p>	 <p>許迦凱老師</p>	<p>前為輔仁大學男子籃球隊            隊員現為南強工商籃球隊            教練</p>
<p>※協助人員為全體南強工商籃球隊隊員</p>			

## 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](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	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 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。