

臺北市立興雅國民中學 109 年度籃球夏令營實施計畫

- 一、依據：臺北市政府教育局 109 年 4 月 9 日北市教中字第 1093033801 號函辦理。
- 二、目的：(一)結合 SH150 校園推廣活動，達成「生活體適能、體適能生活」之目的。
(二)推廣籃球運動，增進青少年健康身心，倡導運動教育。
- 三、主辦單位：臺北市政府教育局。
- 四、承辦單位：臺北市立興雅國民中學(臺北市信義區松德路 168 巷 15 號)。
- 五、參加對象：臺北市公私立國民中學學生(國七升國八至國八升國九之學生)。
- 六、報名方式：請繳交報名表至興雅國中學務處體育組，或將報名表傳真至本校，並註明體育組收
(Fax：2722-0432，傳真後隔天請來電確認)。
- 七、報名截止日：即日起至 109 年 7 月 14 日(額滿即截止)，錄取名單於 7 月 15 日公佈本校網站。
- 八、參加人數：依報名先後順序錄取 30 人。
- 九、活動日期：109 年 7 月 16、17、20、21 日(星期四、五、一、二)。
- 十、活動時間：08:50~16:30。
- 十一、活動網址：參閱本校網站之公告(<http://www.syajh.tp.edu.tw/web/index.php>)。
- 十二、活動費用：報到時一併繳交 15 元保險費，其他相關費用由本校冬夏令營預算項下支應。
- 十三、活動地點：臺北市立興雅國中活動中心 3 樓(臺北市信義區松德路 168 巷 15 號)。
- 十四、課程內容：

日期	時間	課程內容	上課地點	授課教師
7/16 (四)	08:50~09:00	報到、開訓	活動中心3樓	劉增銘校長 謝永振主任
	09:00~10:30	籃球傳球訓練	活動中心3樓	林信華教練 莊俊喬組長
	10:30~12:00	籃球投籃訓練	活動中心3樓	林信華教練 莊俊喬組長
	12:00~13:30	午餐、休息	活動中心2樓 (社會科教室)	丘原銘先生 莊俊喬組長
	13:30~15:00	籃球防守訓練(1)	活動中心3樓	張家豪老師 楊建昕老師
	15:00~16:30	籃球綜合訓練	活動中心3樓	張家豪老師 楊建昕老師
7/17 (五)	08:50~09:00	報到	活動中心3樓	丘原銘先生 莊俊喬組長
	09:00~10:30	籃球上籃訓練	活動中心3樓	林信華教練 莊俊喬組長
	10:30~12:00	籃球快攻訓練	活動中心3樓	林信華教練 莊俊喬組長
	12:00~13:30	午餐、休息	活動中心2樓 (社會科教室)	丘原銘先生 莊俊喬組長
	13:30~15:00	籃球防守訓練(2)	活動中心3樓	張家豪老師 楊建昕老師
	15:00~16:30	籃球綜合訓練	活動中心3樓	張家豪老師 楊建昕老師

7/20 (一)	08:50~09:00	報到	活動中心3樓	丘原銘先生 莊俊喬組長
	09:00~10:30	籃球運球訓練	活動中心3樓	林信華教練 莊俊喬組長
	10:30~12:00	籃球切入訓練	活動中心3樓	林信華教練 莊俊喬組長
	12:00~13:30	午餐、休息	活動中心2樓 (社會科教室)	丘原銘先生 莊俊喬組長
	13:30~15:00	籃球小組訓練	活動中心3樓	張家豪老師 楊建昕老師
	15:00~16:30	籃球綜合訓練	活動中心3樓	張家豪老師 楊建昕老師
7/21 (二)	08:50~09:00	報到	活動中心3樓	丘原銘先生 莊俊喬組長
	09:00~10:30	籃球腳步訓練	活動中心3樓	林信華教練 莊俊喬組長
	10:30~12:00	籃球進攻訓練	活動中心3樓	林信華教練 莊俊喬組長
	12:00~13:30	午餐、休息	活動中心2樓 (社會科教室)	丘原銘先生 莊俊喬組長
	13:30~15:00	籃球戰術訓練	活動中心3樓	張家豪老師 楊建昕老師
	15:00~16:30	籃球綜合訓練	活動中心3樓	張家豪老師 楊建昕老師
	16:30~16:50	結訓	活動中心3樓	劉增銘校長 謝永振主任

十五、報名注意事項：

- (一) 凡患有心臟病、氣喘病、高血壓、癲癇症、糖尿病、或其他慢性病不適合參加團體活動者，請勿報名參加，如違規定發生事故應自行負責。
- (二) 活動期間如遇身體不適或特殊狀況時，應立即告知工作人員，勿勉強參加。
- (三) 如遇天氣場地等因素，以安全為首要考量，承辦單位並視情況調整活動內容或場地。
- (四) 著運動鞋及各校運動服，攜帶健保卡、飲用水、毛巾、環保餐具、摺疊傘及個人藥物等。
- (五) 若因颱風、地震等天災，依照臺北市政府公佈之規定，決定停課與否，不另行通知。
- (六) 實施計畫與報名表暨家長同意書，請至興雅國中網站下載
(<http://www.syajh.tp.edu.tw/web/index.php>)。

十六、聯絡單位：本校學務處體育組莊組長或丘先生，電話 02-2723-2771 轉 330、331。

十七、本計畫陳校長核可後實施，修正時亦同。