

同德國中-暑期【進階-籃球訓練營】

~~ 招 生 簡 章 ~~

- 一、計畫目的：為擴增運動參與及增加觀賞性運動人口，以喜好運動、投入運動、熱愛運動做為提升人民身心健康與培養終身運動為目的。
- 二、主辦單位：桃園市立同德國民中學
- 三、師資介紹：聘請具有籃球教學之教練師資
- 四、活動名稱與招收名額/對象：**【不足10人時，則不開班】**
籃球（進階）訓練營--招收名額10-14人
歡迎**國小六年級（小五升小六）～國中九年級（八升九年級）**報名參加
- 五、期程與地點：
1. 日期：114年7月28日～8月8日（不含例假日，共計10天）
2. 時間：每日下午02:00～04:00
3. 集合地點：本校籃球場
- 六、活動注意事項：
1. 請穿著運動服、運動鞋，並自備毛巾及飲用水。
2. 本活動自開始至結束期間不予辦理退費事宜；活動期間如遇有事無法上課，請提前通知本校承辦人以利辦理請假手續。為充實籃球技能，請學員勿隨意請假。
連絡電話：03-2628955 轉 314 或 0911-865026 連絡人：机曉玲 組長
3. 上下課期間請家長自行接送，本校亦將為每位學員投保旅行平安險（交通往返）。
- 七、拿取報名表：
1. 請逕上本校網址 <http://www.tdjhs.tyc.edu.tw/> **【瀏覽公告】** 下載報名表格。
2. 請至本校警衛室或學務處拿取報名表。（可自行複印使用）
- 八、報名/繳費方式：（請於報名時繳交**報名表**與**費用**，即完成報名手續）
1. 每人收取費用1250元整（含教練費、保險費等）
2. 報名繳費於即日起至7月21日12:00止，親自或請人代理至本校繳交費用並領取資料。
名額有限，請學員隨時注意本校網路公告。（可臨時加入，費用按天數計算）
本校地址：桃園市南平路487號 → 學務處 → 體育組机曉玲老師或翁雪小姐**報名/繳費**。
- 九、本計劃奉校長核定後實施，修正時亦同。

請-----延-----線-----裁-----切-----

同德國中 114 年度「青春活力-進階籃球訓練營」報名表

報名日期： 月 日

學員姓名	學校名稱	☐ 今年畢業或即將畢業於_____國小（小六升國中） ☐ 尚就讀_____國小（小____升小____） ☐ 現就讀_____國中（國____升國____）		
出生日期	年 月 日	身份證字號	（保險用）	
身體狀況	☐ 有 身體特殊疾病狀況（ ☐ 無 身體特殊疾病狀況		緊急 連絡 電話	家用電話
監護人 簽 名				監護人手機
緊 急 連絡人	與學員關係		☐ 父 ☐ 母 ☐ 其他（ ）	

桃園市立同德國民中學 114 年度暑期「進階--籃球訓練營」課程表

堂數	上課日期	上課內容	階段性目標	進階班基本動作
1	7/28（一）	運球訓練—個人運球練習、左右手運球練習運球上籃練習、運球過人	第一階段： 基礎傳接球、運球和上籃訓練，從中指導學生學習正確動作練習。 第二階段： 規則講解、觀念加強加深印象，提高注意力及學生自我信任感。 第三階段： 訓練增強團隊默契與臨場反應、凝聚力與合作精神。	1. 運球方式 2. 傳球配合 3. 投籃穩定性 4. 攻防轉換 5. 組織進攻和防守
2	7/29（二）			
3	7/30（三）	傳球訓練—基本傳接球、傳球配合練習二人、三角、四角傳球練習		
4	7/31（四）			
5	8/1（五）	投籃訓練—罰球練習、三點及五點投籃練習投籃、傳球及運球假動作練習		
6	8/4（一）			
7	8/5（二）	防守訓練—基礎防守、腳步練習、位移訓練半場及全場防守練習		
8	8/6（三）			
9	8/7（四）	攻防轉換訓練—區域聯防、131 攻防轉換、23.32 轉換、盯人練習 全場對抗訓練—5 對 5、全場對抗賽		
10	8/8（五）			
備註		以上課程將依學員實際學習進度而略作調整。		