

114 學年度臺南市歸仁國中籃球隊甄選簡章

主旨：培養學生專項運動興趣及能力，透過運動訓練孕育學生健全人格。

招收對象：新生男學生，對籃球有興趣，可配合球隊訓練者。

招收條件：國小校隊生，直接入選；國小非校隊生，需甄選。

甄選期程：

(一)報名截止時間：114.6.30(星期五)中午 12:30。

(二)報名方式(擇一即可)：

1. 紙本報名→即日起可至「歸仁國中守衛室」索取簡章或自行下載列印
→填妥報名表後繳交至歸仁國中守衛室。

2. 線上報名：<https://forms.gle/Eo7MocySnXtKdPjF9>，或掃右側 QR code

(三)甄選日期：114.7.2(星期三)下午 3:00。

1. 集合時間：下午 2:40 報到集合。

2. 甄選項目：障礙運球、罰球線投籃、一分鐘五點上籃、折返跑、立定跳遠。

3. 集合地點：歸仁國中風雨球場。

4. 注意事項：參加徵選同學當天請穿著適合的籃球鞋及服裝並自行攜帶水壺。

(四)放榜日期：114.7.4(星期五)公佈入選名單。

(五)開訓日期：114.7.7(星期一)開始參與訓練。



線上報名表連結

注意事項：

(一)練球時間：

平日 訓練行程表	一	二	三	四	五	六	日
時間	16:00- 18:30 籃球專業 技能訓練 重量訓練	16:00- 19:00 籃球專業 技能訓練	16:00- 18:30 基礎體能 訓練 重量訓練	16:00- 19:00 籃球專業 技能訓練	16:00- 18:30 籃球專業 技能訓練 重量訓練	(賽前加練) 14:00- 17:00	14:00- 17:00 新豐體育館 (賽前加練)

寒暑假 訓練行程表	一	二	三	四	五	六	日
時間	14:00- 17:00 重量訓練	14:00- 17:00	14:00- 17:00 重量訓練	14:00- 17:00	14:00- 17:00 重量訓練	(賽前加練) 14:00- 17:00	14:00- 17:00 新豐體育館 (賽前加練)

- 111 年善高盃全國中學邀請賽 第二名
- 111 年台南市中等學校籃球對抗賽 第二名
- 111 年台南市中等學校籃球錦標賽 第四名
- 111 學年度中等學校籃球聯賽縣市預賽 第三名 (晉級南區)
- 112 年台南市中等學校籃球對抗賽 第一名
- 112 學年度中等學校籃球聯賽縣市預賽 第四名
- 113 學年度中等學校籃球聯賽縣市預賽 第八名

背面尚有資訊與報名表

(二)訓練時間規範

*訓練時間請勿安排補習課程。

*段考前夕，視情況停練（詳細行程會另行通知家長）

*比賽期間，若時間允許，將臨時調整每日練習時間。

*球隊練習時間於下午四點開始，因此統一「不開放」上第八節。

*若遇練習時間需告假之情形，安全考量，請家長連絡教練，切勿讓學生自行請假

(三)球隊費用

*月費：每個月 2000 元(含教練費、球隊相關費用)。

【低收入戶者出示證明】免繳月費；【中低收入戶者出示證明】酌予減免。

*服裝費：1500 元(T恤*2、帽 T*1、外套長褲*1、比賽用背包*1)

【在學期間若無完成三年訓練，須繳回裝備或補足原價差額】

(四)態度、團隊、紀律、參與度(出席率)等，是校隊學生應盡的責任與應具的條件，亦是運動團隊文化養成的方向，希望我們能一起努力，培育出優秀的體育人。

(五)教練

總教練 林士傑教練(0983769966)

助理教練 楊朝仁教練



(六)相關規範

(一)正式隊員請務必遵守校隊規範及配合球隊的練習時間。

(二)正式隊員需遵守教練在服儀與課業上之要求與規範。

(三)態度、團隊、紀律、參與度(出席率)、運動能力等，是校隊學生應盡的責任與應具的條件，亦是運動團隊文化養成的方向，因此這五個指標，將成為學生在校隊的學習重點，請家長務必協助配合，若無法配合，請不要貿然參加。

(四)若無法配合及遵守，經勸導後未改善，可依管理需求輔導學生停練、禁賽、甚至退隊。

(七)若有相關問題請洽歸仁國中體育組 06-2301873#134

..... 請沿虛線剪下

歸仁國中籃球隊報名表

畢業學校	<input type="checkbox"/> 校隊生 <input type="checkbox"/> 非校隊生		學生姓名	
身高		體重		擅長位置
緊急聯絡人	關係：		聯絡資訊	住家電話： 手機：
已詳閱報名簡章，確定未患有心臟血管疾病等各類不適合體育訓練之病史。同意經錄取後願意遵守球隊管理，須參加校隊相關集訓及比賽，有義務(含寒暑假)接受校隊安排及訓練。 茲同意本人子女加入歸仁國中籃球隊，遵守球隊規定並配合訓練。				
				家長簽名：_____