

台南市立延平國民中學 114 學年寒假體育育樂營--實施計畫

一、主旨：充實學生假期生活、接受知能、情意、技能的培養、啟發學生多元能力。

二、內容：

(一)推廣籃球運動：讓孩子了解籃球是一項技術運動，且可促進團隊發展。

(二)培養運動習慣：提升心肺耐力、協調性、爆發力與自信。

(三)強化團隊精神：透過團隊訓練，增強團隊凝聚力。

(四)建立正確觀念：重視安全、禮儀與紀律，了解籃球的文化與規範。

三、參加對象：延平國中鄰近國小之五六年級學生免費報名本校籃球隊課程。

四、活動日期、時間：1 月 26 日至 2 月 13 日，不含六、日共 15 天，每天四節，共 45 節，

運動時間為下午 13:20-16:55

五、本計畫經校長核定後實施之，修正時亦同。

六、本同意書於 1 月 23 日中午 12 點以前由導師收齊，並繳至體育組。

七、聯絡方式：洪教練，0989063803。

節次	一	二	三	四	五
第一節	13:20-14:05	13:20-14:05	13:20-14:05	13:20-14:05	13:20-14:05
第二節	14:15-15:00	14:15-15:00	14:15-15:00	14:15-15:00	14:15-15:00
第三節	15:15-16:00	15:15-16:00	15:15-16:00	15:15-16:00	15:15-16:00
第四節	16:10-16:55	16:10-16:55	16:10-16:55	16:10-16:55	16:10-16:55

同 意 書

茲 ☐ 同 意
☐ 不 同 意



敝子弟 年 班 座號： 學生：

參加寒假育樂營之學生無身體痼疾且能參與中高強度之運動，並遵守本校一切規定。

學生家長簽名： 聯絡電話：

中 華 民 國 年 月 日