

臺南市立新市國中【第一屆】國小籃球訓練營  
The 1st Elementary School Basketball Training Camp of Tainan Municipal Sinshih Junior High School

活動流程

時間(Time)	活動內容(Content)	備註(Note)
<b>第一天活動暨開幕日 (Day One Activities and Opening Day)</b>		
13:00 - 13:30	報到	場地：光電球場入口；發放個人紀念品
13:30 - 13:50	開幕儀式	開場：薛英斌校長、負責人吳珮瑜組長與莊浚崩教練； (負責人將簡短介紹活動流程)
13:50 - 14:30	熱身活動 基礎訓練	訓練內容：運球技巧、基本傳球練習 (Training Content: Dribbling Skills, Basic Passing Drills)
14:30 - 15:00	主題訓練 I - 個人技巧提升	訓練內容：投籃準確性挑戰、基礎防守技術 (Training Content: Shooting Accuracy Challenge, Basic Defensive Techniques)
15:00 - 15:30	團隊對抗賽 (第一輪)	進行 3 對 3；5 對 5 迷你賽 (3-on-3 and 5-on-5 Mini Games)
15:30 - 16:00	小組反思與收操	各組討論：當天學習收穫；收操 (Group Discussion: Learning Outcomes of the Day; Cool Down) (各組球隊志工協助)
<b>第二天活動暨閉幕式 (Day Two Activities and Closing Ceremony)</b>		
13:00 - 13:30	熱身與複習	點名；重點複習第一天的技巧 (Roll Call; Review Key Skills from Day One)
13:30 - 14:30	主題訓練 II - 團隊合作與戰術	訓練內容：快攻與防守練習、基本戰術講解 (Training Content: Fast Break and Defense Drills, Basic Tactics Explanation)
14:30 - 15:00	團隊對抗賽 (決賽)	進行 5 對 5 正式比賽，教練指導戰術應用 (5-on-5 Official Game, Coach Guidance on Tactical Application)
15:00 - 15:30	閉幕式	頒發獎項：MVP、最佳進步獎、最佳團隊精神獎以及頒發完成兩日參訓獎狀 (Award Presentation: MVP, Most Improved Player, Best Team Spirit; Presentation of Completion Certificates for Two Days of Participation)
15:30 - 16:00	自由交流與拍照	參與者簽名留念、合照 (Participant Signatures for Keepsake, Group Photo)

學校活動負責人：吳組長 (聯繫電話：0975-379-287)；

緊急聯繫窗口：學務處 06-5991420 轉 6014 健康中心 06-5991420 轉 6023



特別感謝新市國中家長會協辦；贊助單位：永安宮、大宅中安宮、善化吐司特早餐店、月星起重、國貫機電資助