

新市國中體育班

Q&A
籃球、田徑

BASKETBALL 『充實您的國中三年』

體育班的舊迷思

- ~~讀體育班都不管課業?都沒功課?所以不能專心讀書?~~
- ~~讀體育班整天都在運動?訓練?都沒在上課?~~
- ~~讀體育班都是壞孩子?野孩子?沒家教?~~
- ~~讀體育班都是沒出息的學生?~~
- ~~讀體育班都是不讀書的才去?~~
- ~~運動能力好的同學：因為家長要我【專心課業】所以不能去體育班?~~
- ~~讀體育班未來出路受限?只能走體育?沒路用?~~



本校獲選【108學年度教育部體育署臺南市體育班實地訪視績優學校】

感謝體育班導師、教練及教師團隊用心努力

校長薛英斌、會長曾正男、全體師生同賀

新市國中體育班榮獲
108學年度教育部實地訪視績優學校

體育班近年發展

- 班級表現：秩序、整潔、班際球賽、運動會等榜上有名
- 小班制教學、一班三師、行政支持、學校重點發展
- 各班導師+專長教練：配合管教
- 幹部表現、獎助學金機會多
- 課業表現：考取第一自願、校排前10名、前30-50名！
- 國語文競賽優等
- 免費課業輔導：寒暑假、第九節、週六班、賽後補課、考前加強、學習扶助等
- 十二年國教多元學習表現不憂心
- 獎懲：社團：服務：體適能：競賽加分：人人滿分
- 畢業典禮-體育等各類市長獎

hen 讚



107體育班



207體育班



308體育班



111年畢業體育班



110年畢業體育班



體育班VS美術班VS普通班課程比較

各科每週節數	體育班	美術班	普通班
國文	5	5	5
英文	3	3	3
數學	4	4	4
自然	3	3	3
社會	3	3	3
運動專長訓練/美術專業	6	7	0
自習/魚菜共生/民主表達/彈性課程等	3	0	6
健康/體育	1/1	1/2	1/2
資訊/生活科技	一學年各1節	1/1	1/1
童軍/家政/輔導	一學年各2節	1/1/1	1/1/1
視覺藝術/表藝/音樂	一學年各2節	一學年各1節	1/1/1
團體活動(社團)	1	1	1
共計	35節	35節	35節

主科
節數
都一樣

(108課綱為例)

體育班課表-上午正常上課、下午專長訓練

臺南市立新市國民中學
111 學年度第 2 學期課程表

班級：一年七班 導師：甘秀絹

五	四	三	二	一	星期	自修	科目
英語	朝會	晨讀	晨讀	朝會	07:55 / 08:10	早自習	
國文	數學	英語	本土語	地理	08:20 / 08:35	第一節	上
國文	自然	國文	公民	音樂	08:55 / 10:00	第二節	上
自然	閱讀與品德	歷史	國文	自然	10:10 / 10:25	第三節	午
視覺藝術	英語	數學	資訊科技	康樂養生	11:05 / 11:20	第四節	午
英語	輔導	國文	數學	家政	13:15 / 14:00	第五節	下
數學	專長訓練	體育	專長訓練	團體活動	14:10 / 14:25	第六節	下
專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	健康	15:05 / 15:20	第七節	午
專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	選修國文	16:05 / 16:20	第八節	午

編號：107 總時數：45 實施日期：112.02.20 ~ 112.06.30

臺南市立新市國民中學
111 學年度第 2 學期課程表

班級：二年七班 導師：于淑真

五	四	三	二	一	星期	自修	科目
英語	朝會	晨讀	晨讀	朝會	07:55 / 08:10	早自習	
食安與食育	自然	國文	童軍	香藝香校	08:20 / 09:05	第一節	上
音樂	數學	國文	數學	國文	09:15 / 10:00	第二節	上
英語	公民	數學	歷史	生活科技	10:10 / 10:25	第三節	午
數學	英語	視覺藝術	國文	地理	11:05 / 11:20	第四節	午
自然	輔導	英語	自然	解碼臺灣	13:15 / 14:00	第五節	下
專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	14:10 / 14:25	第六節	下
專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	15:05 / 15:20	第七節	午
專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	選修社會	16:05 / 16:20	第八節	午

編號：207 總時數：45 實施日期：112.02.20 ~ 112.06.30

臺南市立新市國民中學
111 學年度第 2 學期課程表

班級：三年八班 導師：王偉宇

五	四	三	二	一	星期	自修	科目
英語	朝會	晨讀	晨讀	朝會	07:55 / 08:10	早自習	
國文	香藝香校	國文	數學	數學	08:20 / 09:05	第一節	上
國文	自然	英語	國文	英語	09:15 / 10:00	第二節	上
數學	數學	自然	健康	友善環境	10:10 / 10:25	第三節	午
英語	資訊科技	公民	地理	音樂	11:05 / 11:20	第四節	午
自然	國文	表演藝術	歷史	家政	13:15 / 14:00	第五節	下
專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	民主表達	14:10 / 14:25	第六節	下
專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	團體活動	15:05 / 15:20	第七節	午
專長訓練	專長訓練	專長訓練	專長訓練	選修數學	16:05 / 16:20	第八節	午

編號：307 總時數：45 實施日期：112.02.20 ~ 112.06.30

優良師資

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

一般學科課程實施現況(體育班上課秩序)



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

體育班學科表現(允文允武)

- 體育班陳O銘，校排最佳第5名(考取台南一中)
- 體育班林O博，校排最佳第28名(考取新化高中)
- 體育班107邱O濬，校排最佳第5名
- 體育班207邱O禾，校排最佳第11名
- 體育班308陳O哲，校排最佳第15名
- 體育班207田O華，校排最佳第38名
- 體育班207洪O理，校排最佳第41名
- 體育班107歐O豐，校排最佳第45名
- 體育班308鄭O東，校排最佳第46名
- 體育班308楊O程，校排最佳第52名



體育班學業輔導計畫

臺南市體育處 函

地址：70242臺南市南區體育路10號
承辦人：_____
電話：_____
傳真：_____
電子：_____

受文者：臺南市立新市國民中學

發文日期：中華民國109年7月31日
發文字號：南市體處觀字第1090918612號
連別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如說明五 (0918612A00_ATTCH1.PDF、0918612A00_ATTCH2.PDF)

主旨：有關教育部體育署核定補助「109年度教育部體育署補助辦理高級中等以下學校體育班學生學習輔導措施計畫」經費案，請依說明事項辦理，請查照。

說明：

- 一、依據教育部體育署109年4月24日臺教體署學(一)字第1090014341號函及臺南市議會109年7月17日南議教育字第1090005054號決議辦理。

限時免費!

執行時間	內容
寒、暑假	課業輔導
段考前	課業輔導加強
段考後	學習扶助(未達標之補考)
第九節	課業輔導、賽後補課
週六上午	課業輔導、賽後補課

除了主科節數不變，還多了輔導課加強

課業成績出賽基準之訂定

108學期-2 體育班對外比賽學科成績參賽標準

班級：107 選手：陸懷傑

預計比賽時間：
預計比賽名稱：
參考段考成績時間：

科目	國文	英文	數學	自然	社會
標準分數	62	69	45	28	22
成績	65	65	71	70	80
未達標準分數，補考通過			100		60

導師：王壬廷

教練：林怡宏、林怡宏

體育組：體育組

學務處：體育組

注意事項：
一、學生對外比賽學科參賽標準
1. 須達到段考學科五科中有三科以上及格(各科老師訂定標準)才算達標。
2. 上述段考期間為：距離最近一次的參賽為課業成績基準。
3. 未達標準學生之輔導：由班級任科老師進行輔導，經該科老師認可通過後才能對外比賽。
二、體育班學生賽後課業補救
1. 學生代表學校對外比賽，未實施課程，於賽後專長訓練課進行補課。
2. 補課方式：由各科老師安排。(親自授課、影像補課、講義、數位平台等)
三、體育班學生段考前實施課後輔導(如附件)

注意事項：
一、學生對外比賽學科參賽標準
1. 須達到段考學科五科中有三科以上及格(各科老師訂定標準)才算達標。
2. 上述段考期間為：距離最近一次的參賽為課業成績基準。
3. 未達標準學生之輔導：由班級任科老師進行輔導，經該科老師認可通過後才能對外比賽。
二、體育班學生賽後課業補救
1. 學生代表學校對外比賽，未實施課程，於賽後專長訓練課進行補課。
2. 補課方式：由各科老師安排。(親自授課、影像補課、講義、數位平台等)
三、體育班學生段考前實施課後輔導(如附件)

108學年度第二學期第一次段考體育班107選手課業成績不合格需補考名單

座號	姓名	國文	英文	數學	社會	自然	合計不及格	預計參加補考科目
2	王柏謙	X		X	X		3	國、數、社
5	林聖翔	X		X	X	X	4	國、英、數、社、自
7	徐偉傑	X		X	X		3	國、數、社
8	陳宇豪	X	X	X	X	X	4	國、英、數、社、自
11	傅萬君	X		X	X		3	國、數、社
12	翁高程	X	X	X	X	X	5	國、英、數、社、自
13	黃冠璋	X	X	X	X	X	4	國、英、數、社、自

請體育班導師協助：

- 考前1-2週發下【學科參賽標準】給各隊選手，填上基本資料後收回。
- 請各科【小老師】給任課老師依照學生能力，訂定考試標準並簽名加日期。
- 完成後，請導師提供給每個學生本次參賽標準後再收回留存。
- 段考後，在統計各科補考人數給體育組安排補考師資人力。
- 對外比賽前請導師學生是否完成補考或補救。
- 比賽前提早請各隊負責人，給任課老師安排【賽後補課補救進度表】作業或考試。(附件各隊自行影印利用)

109學期-1 體育班對外比賽學科成績參賽標準

班級：207 選手：王瑋廷

比賽時間：109.12.26 舉重 109.1.5-1.8 田徑

預計比賽名稱：109年台南市中等學校聯合運動會

參考段考成績時間：第二次段考 11.26-11.27

科目	國文	英文	數學	自然	社會
標準分數(由老師訂)	65	70	75	60	60
任科老師簽章	陳婉伶	陳靜雯	呂宏	270	
段考成績	62	75	58	68	28
未達標準分數，補考通過					

導師：王瑋廷

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

課業成績出賽基準之訂定



段考未達標之補考、補救



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

學業輔導情形-落實賽後補課



實際授課+課業補救

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

學業輔導情形-落實賽後補課



錄影補課

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

學業輔導現況(英文)



學科英語教師

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

學業輔導現況(數學)



主任、組長親自指導

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School



學業輔導情形

自然課後補強

社會科導師檢查訂正

校長利用課後進行英文補救

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

學業輔導情形(考前專訓課)

學業輔導情形-比賽之餘



校慶運動會體育班表現



- 體育班協助裁判志工
- 體育班協助賽會場佈、撤場
- 體育班宣示、聖火代表
- 體育班各班大隊接力冠軍
- 體育班田徑總錦標冠軍
- 體育班選手破大會紀錄(頒發獎金)



校慶運動會舞台
宣示、聖火代表、破大會紀錄
體育班團隊表演



運動會裁判志工、體育組器材志工(時數滿分)



做中學(專業學習)

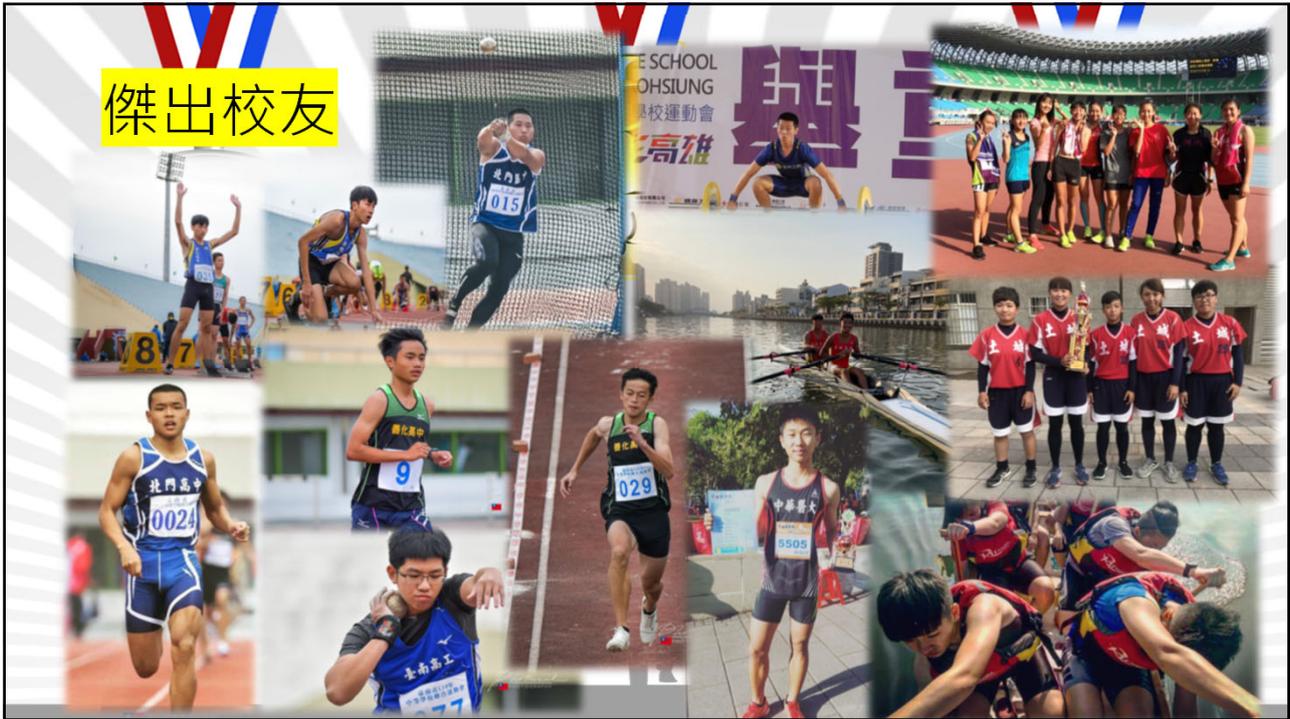
不用煩惱去哪裡當志工



田徑隊近年升學狀況

普通高中	高職(含實用技能班)	五專(優免)	高中體育班(獨招)
新化高中(田徑校隊)	新化高工(田徑隊)	中華醫事科大(田徑校隊)	北門高中(田徑隊)
永仁高中(田徑校隊)	台南高工(田徑社團)	敏惠醫專	土城高中(西式划船)
善化高中(田徑社團)	玉井工商(舉重隊)	陸軍專科學校	土城高中(女子壘球)
後壁高中(田徑校隊)	陽明工商(技藝績優)	警察專科學校	南寧高中(跆拳道)
南大附中(田徑社團)	曾文農工(武術隊)		

高中升學、高職技能、運動訓練，自由選擇
尋找自我興趣，適性升學
未來的路自己決定，不一定要往體育專業相關走



傑出校友

就讀五專目前高三

大專盃銅牌

大專盃400公尺金牌

就讀土城高中



110年全國運動會 | 划船 | 男子組 輕量級雙人雙槳 第3名

同根本 陳鎮琨 划船男子組 輕量級雙人雙槳 **銅牌**

全運會銅牌

目前為亞青國家培訓隊

田徑
Track and Field



籃球隊近年升學狀況

普通高中	高職(含實用技能班)
台南一中	111年 普通班(籃球校隊)
南科實中	新化高工(籃球校隊)
南大附中(籃球社團)	台南高工(籃球社團)
新化高中	曾文家商(籃球社團)
善化高中(籃球校隊)	陽明工商(籃球校隊)
新榮高中(籃球校隊)	曾文農工
長榮高中(男、女籃)	新營高工(籃球校隊)
台南二中(籃球社團)	白河商工(籃球校隊)

想專心讀書就選擇【高中】
想繼續打球就選擇【體育班或校隊】
想學習專業技能就選擇【高職】或【五專】

【國中體育班】
是學習團隊生活與心智養成的好地方

**國中體育班升學是多一個興趣/技能的選擇，
而不是受限於體育運動！**

體育班配合全校活動

- 每週一第五節(集會活動/講座)
- 每週一社團(全校一、二年級自由選社)
- 每週一技藝學程(全校三年級自選參加)
- 早自修、英聽、升旗



做好學生的本質

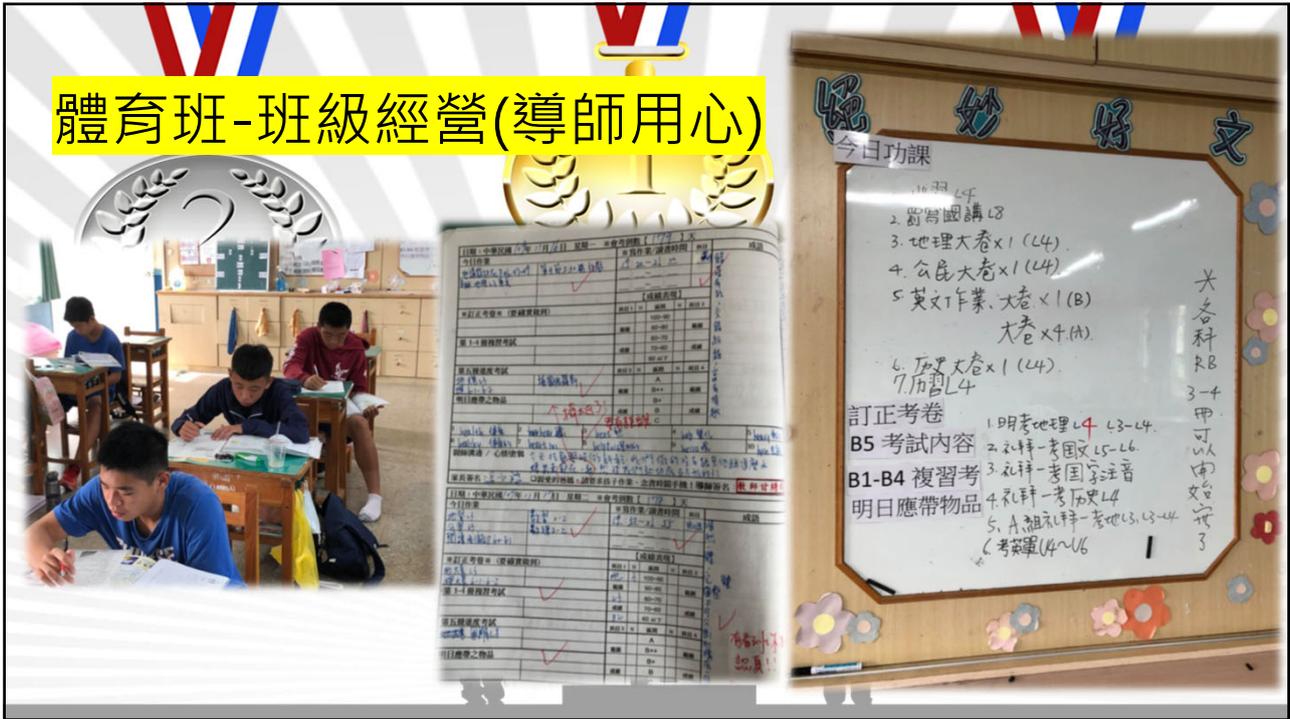
體育班機會

- 幹部機會(記功嘉獎)
- 學習機會(領導能力)
- 獎助學金機會(獎勵)



體育班新生運動績優獎學金

體育班-班級經營(導師用心)



體育班-班級經營

整潔、秩序前三名



學藝、技藝績優(多才多藝)



專長訓練-籃球隊



新市國中籃球隊 *Fighting*

體育專項術科訓練(籃球訓練計畫)

期別 項目	準備期 7-9月	賽前期 10-11月	比賽期 12月	調整期 1-2月	比賽期 3-4月	過渡期 5-6月
基本體能	1.肌力、心肺耐力訓練。 2.核心肌群訓練。	1.肌耐力、速耐力訓練。 2.核心肌群訓練。	1.爆發力訓練。 2.專項體能訓練。	1.動態休息 2.肌耐力、速耐力訓練。 3.核心肌群訓練。	1.爆發力訓練。 2.專項體能訓練。	1.重複訓練。 2.反應訓練。
進攻	1.進攻步法練習。 2.基本動作修正與練習。	1.複合式進攻步法訓練。 2.專項個人進攻訓練。	“ 團隊進攻訓練。	“ 專項個人進階動作訓練。	“ 團隊進攻訓練。	“ 密集綜合訓練。
防守	1.個人防守步法練習。 2.盯人防守訓練。	1.複合個人防守步法訓練 2.區域防守訓練。	“ 團隊防守訓練。	“ 團隊小組防守訓練。	“ 團隊防守訓練。	“ 密集綜合訓練。

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

【籃球訓練實施】



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School



最近三年銜續參加盃賽得獎情形(籃球)

比賽名稱	成績
臺南市108年中等學校籃球隊抗賽	第二名
中華民國108年全國校際盃籃球賽	第四名
台南市108年中等學校籃球錦標賽	第五名
108學年度國中籃球聯賽(臺南市)縣市預賽	第六名
籃球隊參加109年下營盃籃球邀請賽	第四名
籃球隊參加109年第十屆鋼驛啟碩盃	第二名
109年台南府城議長盃全國分齡籃球錦標賽	第四名
台南市第十屆市長盃籃球錦標賽	第二名
109年國中乙級籃球聯賽(縣市預賽)進分區預賽	第三名

狂賀

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

專長課訓練-田徑





國中項目：短跑、中長跑、5000M競走、全能、欄架、跳高、跳遠、鐵餅、標槍、鉛球、鏈球、接力等

【田徑訓練實施-專長各自發揮】

體育專項術科訓練(田徑訓練計畫)

月份	期別	重要訓練內容及進度	備註
七月~九月	比賽期	<ol style="list-style-type: none"> 1.培養比賽的心理適性。 2.調整身心與體能狀況達到最高顛峰狀態 3.意象訓練。 4.訓練選手學習觀察其他選手比賽狀況。 5.依個人比賽項目加強專項訓練。 6.參加比賽。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.新生加入 2.重量不重質 3.要求動作之正確 4.參加市運會(9月) 5.8月3日暑訓開始。
十月	完成期	<ol style="list-style-type: none"> 1.調整體能與身心。 2.市運會賽後之檢討改進。 3.專項技術之矯正。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.加強質量訓練
十一月	過渡期	<ol style="list-style-type: none"> 1.轉移訓練方式，以球類或遊戲方式進行輕度調整。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.缺點檢討改進 2.減輕訓練量
十二月	鍛鍊期	<ol style="list-style-type: none"> 1.基本體能與基本動作之加強。 2.培養全面性與專項性體能。 3.強調團隊精神。 4.錯誤與不當動作之修正。 5.精神力與意志力訓練。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.重視運動技能的訓練 2.備戰1月底市運
一月~二月	比賽期	<ol style="list-style-type: none"> 1.比賽心理適性之培養。 2.意象訓練模擬。 3.調整體能與身心準備參加比賽。 4.灌輸榮譽心。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.參加台南市中運(1月底) 2.賽後檢討。 3.寒訓 4.參加全國港都盃
三月~四月	完成期	<ol style="list-style-type: none"> 1.專項技術之矯正。 2.調整體能與身心準備參加比賽。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.參加全國青年盃 2.參加全國中等學校運動會
五月	鍛鍊期	<ol style="list-style-type: none"> 1.基本動作與體能之加強。 2.培養全面性與專項性體能。 3.隨體能改善，提高技術訓練。 4.加強意志力。 5.戰術之應用 	<ol style="list-style-type: none"> 1.質的加強。 2.技術加強 3.辦理新生招募選拔。
六月	過渡期	<ol style="list-style-type: none"> 1.調整身心，準備新的訓練階段。 2.轉移訓練方式，以球類或遊戲進行。 3.輕度調整。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.個人資料建立。 2.辦理暑假參訓選手名單調查

田徑隊成績表現(持續進步中)



狂賀！榮獲112年市中運
國男總錦標第六名、國女總錦標第五名

田徑隊成績表現



狂賀！榮獲111年中小學田徑錦標賽6金5銀4銅



最近三年銜續參加比賽得獎情形(田徑)

104-110年

台南市中小學田徑錦標賽

選手進步**成果**

111年台南市中小田徑錦標賽：6金5銀2銅 共60項獲獎
110年台南市中小田徑錦標賽：9金16銀15銅 共88項獲獎
109年台南市中小田徑錦標賽：3金11銀11銅 共92項獲獎
108年台南市中小田徑錦標賽：1金9銀7銅 共74項獲獎
107年台南市中小田徑錦標賽：1金6銀5銅 共61項獲獎
106年台南市中小田徑錦標賽：一金三銀八銅 共38項獲獎
105年台南市中小田徑錦標賽：二金一銀四銅 共25項獲獎
104年台南市中小田徑錦標賽：一金二



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

2020台南市中運田徑國中女子組1600公尺接力決賽



參賽與獲獎(全國賽)

田徑隊104學年至109學年+全國比賽成果

比賽名稱	比賽成績
109年港都盃全國田徑錦標賽	陳鎮琨國男5000M競走第七名
108年新竹市風城盃全國競走錦標賽	陳鎮琨國男5000M競走第六名
108年台中盃全國田徑錦標賽	陳鎮琨國男5000M競走第六名
107年全國中等學校運動會	邱佩蓉27:59.96全國第四名
107年新北市全國青年盃田徑錦標賽	林世承800M2:01.92 全國第一名
107年台北市春季盃全國田徑公開賽	林世承 800M 2:03.46全國第一名 林世承400M 51.65 全國第一名
106年全國中等學校田徑錦標賽	邱佩蓉5000M競走27:48.23全國第六名
106年新竹市風城盃全國競走錦標賽	邱佩蓉28:30.58全國第七名
105年新北市全國青年盃田徑錦標賽.全國港都盃	楊子承國男標槍 全國第八名



參賽與獲獎(全國賽)

田徑隊110學年至111學年-全國比賽成果

比賽名稱	比賽成績
112年港都盃全國田徑錦標賽	劉雨芯 國女標槍 第七名
112年台北市春季盃全國田徑公開賽	劉雨芯 國女標槍 第五名
111年台北市中正盃全國田徑公開賽	公開國中男子、女子組 劉雨芯 標槍 第一名,鐵餅 第七名 鄭期東 跳高 第一名,跳遠 第五名 許琳瑩 鐵餅 第二名,鉛球 第三名 林宥岑 跳高,跳遠 第二名 陳泯漢 跳遠 第三名 邱騫禾 跳高,跳遠 第三名 陳葦哲 800公尺 第七名
111年台中盃全國田徑錦標賽	許琳瑩 國女鐵餅 第八名
111年台北市春季盃全國田徑公開賽	林鈺博,林劭帆,尤又廷,黃冠璋 國男400接力 全國第五名 黃冠璋 國男標槍 全國第五名 黃鼎傑 國男400跨欄 全國第七名 陳翊真 國女200,400公尺 全國第七名



參賽與獲獎(參加市級情形)

104-112年台南市中等學校聯合運動會

7項達標全中運	112年：田徑-2銀3銅共24項獲獎、國男總錦標第六名、國女總錦標第五名 舉重-3金10銀6銅共18項獲獎、國女總錦標第二名、國男總錦標第二名
9項達標全中運	111年：田徑-2金1銀2銅共32項獲獎、國男總錦標第二名、國女總錦標第六名 舉重-3金3銀4銅、國女總錦標第1名
8項達標全中運	110年：田徑-一金五銅共28項獲獎、國男總錦標第六名、國女第四名 舉重-三金六銀三銅共18項獲獎、國女總錦標第二名
6項達標全中運	109年：田徑-四銀三銅共19項獲獎、國男總錦標第六名、國女第七名 舉重-一金四銀二銅共19項獲獎、國女總錦標第四名
7項達標全中運	108年：田徑-二金三銅共17項獲獎、國男總錦標第四名 舉重-三金二銀四銅共16項獲獎、國女總錦標第四名
3項達標全中運	107年：一金三銀二銅共15項獲獎、國男總錦標第四名、 國男全能總錦標第二名、國女競走破大會紀錄
3項達標全中運	106年臺南市中運：三銀二銅共14項獲獎
2項達標全中運	105年臺南市中運：三金一銀一銅共10項獲獎
1項達標全中運	104年臺南市中運：一銀共7項獲獎

國中畢業成果-市長體育獎



體育班設施設備完善



體育班設施設備完善



新市區公所游泳池



籃球隊訓練場

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

體育班設施設備完善(室內-育樂堂)



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

體育班設施設備(重訓室)



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

體育班設施設備 -設備器材管理與維護



田徑隊室內休息室由團隊學生維護管理。



安排體育志工管理器材。

【體育班器材志工】

由體育班一年級 108 全體學生擔任。
 從 109 年 11/30(一)開始至 110 年 1/15(五)，一組志工 2 週。
 一班共 15 人，分三梯次，一組 5 人。
 一節下課 10 分鐘，一天至多 80 分鐘，依照實際需要核志志工時數。
 若適代表學校公假比賽或自行請假請自行找代理人協助。
 一組志工 5 人可自行協調工作時間，一節至少 2 人下來擔任志工。

第一梯：12/7(一)~12/18(五)：

組長	組員 1	組員 2	組員 3	組員 4
陳善哲	黃子倫	吳冠宇	李冠宏	賴鈞廷

第二梯：12/21(一)~1/1(五)：

組長	組員 1	組員 2	組員 3	組員 4
許琳瑩	楊寬寬	賈鈺庭	許育鈺	楊彥程

第三梯：1/4(一)~1/15(五)：

組長	組員 1	組員 2	組員 3	組員 4
鄭遠堯	沈宜臻	劉雨心	陳武振	謝廷廷

【體育器材志工】工作內容：

- 1、協助器材借用與歸還，確實請借用人填寫單子，歸還清點數量。
- 2、管理體育器材：打氣、器材清點、器材歸類等。
- 3、協助體育組老師交辦事務。



體育班生活輔導

常規環境教育

基本秩序紀律



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

特色-體育團隊



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

特色-廠商贊助&公開報導



Hadasi 安心軌下
2月7日 · 🌐

👍 說這專頁讚

今天拜訪了 臺南市新市國中田徑隊，雖然只有短暫的時間，依然感受到選手們訓練時的認真與毅力，即使是寒假，選手與教練還是不斷地為比賽練習、準備。

另外此次也遇到了新市國中校長，可以感受到校長與老師教練們對於每個孩子的用心，以及體育培育在台灣的還是有許多的困境，唯有心中的熱誠與努力，才能落實培育人才根本的「教育」。

#替都益加油 #賽況再創佳績!
#超越境界勇往直前
#安心軌下 #體誌除異議

1. 安心軌下
2. 台南新市國中田徑隊

Hadasi 安心軌下關愛社會種子計畫

「今日的行動支持 明日的微善循環」

「我們相信對運動小將們多出一份力，減輕他們對物質上的擔憂，心理的負擔減輕一分，全力以赴就會多一分。」

選記得 2017 年世大運期間，臺中華視體育力爭取一星又一星的佳績後，一則財源不足的故事與私領域發現才漸漸浮上檯面，選擇當運動選手本來都不是件簡單的事，雖是外力的培育資源總是可以再完善的空間，但能除安心軌下關愛社會種子計畫小將們，給予實質上與精神上一些鼓勵，也希望能藉由安心軌下 體誌除異議、輕量化抗憂運動誌，可以讓學生有穿上好襪子之餘，更可以减少運動造成的傷害。

台南新市國中田徑隊 X Hadasi 安心軌下繼續除異議

2018 年 2 月初安心軌下在寒假期間到學校拜訪，巧遇校長正在關心球隊練習狀況，從校長與老師口中得知，藉由運動將這些孩子聚在一起，體誌的作用地是地真正與他們活動，人的成長階段從超越區區在國中時期，開始到選手選擇朋友團、親近師長，自然而然的行為和思想就不會走偏。

新市國中田徑隊成軍至今六年，組成主要來自體育班，除了平時學校固定晨訓外，傍晚有老師義務教練訓練，周末也有老師帶隊加強練習。

回顧本年度參與的點滴，成果豐碩是師生全體努力的成果，2018 年 1 月台南市中等學校聯合運動會，多位選手突破個人紀錄。



2018 年 2 月在校訓練花絮



👍 讚 💬 留言 ➦ 分享

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

特色-地方廠商長期贊助-比菲多



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

特色-媒體報導文章

新市國中田徑隊 市中運奪5金

記者林相如／新市報導
2019-01-08

分享 0



新市國中田徑隊。(記者林相如攝)

義剪隊送愛 新市國中籃隊開心變髮

記者張淑娟／新市報導
2018-07-06

分享 19 0

新市區兒童關懷協會與市議員林慶鎮服務處義剪隊合作，未來每個月將免費為新市國中籃球隊員們剪髮，讓隊員們都有著清新面容，在出戰時能為新市爭光榮。協會理事長陳碧玉強調，未來義剪隊將定期免費幫隊員們修剪頭髮，讓大家都有好精神應戰。陳碧玉表示，籃球隊成立六年，參加許多比賽都贏得佳績，但出賽經費都得對外募款，為減輕隊員負擔，結合義剪隊，免費幫隊員們剪髮，讓球隊隊員儀容更顯團隊精神。昨日首度為籃球隊義剪，隊員們都相當歡喜，擁有煥然一新面容。

校長薛英斌指出，新市區各界熱衷籃球運動推廣，學校體育班並將籃球列為重點發展項目，近年來屢獲佳績，已打入一百零六年年度國中籃球聯賽十二強之中，獲家長支持。

薛英斌表示，籃球隊成員有廿五人，教練吳孟欣接任近五年，帶隊參與台南市大小比賽，今年更跨越台南，參加外縣市暨全國性比賽，所有經費支出均由學校對外募款，籃球隊講究團隊精神，服裝、儀容、外表皆代表學校，吳孟欣為減輕學生負擔，提出義剪構想，協會得知消息後，與成立八年的林慶鎮服務處義剪隊聯繫，免費幫籃球隊員剪髮。

dv=28cupp=Ofq1inxwa1M5tKf0QWprTFc0UHqzeUxZMG1iU2h2dTYyTKyRUxexNYS2NUaDvYa

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

特色-經營FB行銷團隊



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

特色-體育班學生獲技藝、學藝績優



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

特色-丹麥國際志工融入教學

指導體育班學生運動英文



特色-校長行動英語教室

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

特色-舞台自信正面能量



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

特色-辦理新市盃交流賽



臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

體育班招生：1.每學年招生約3月中旬(新生) 2.寒、暑假轉學轉班考(七八九年級)

臺南市立新市國民中學100年校慶系列活動之體育班招生

一、依據：依據高級中等以下學校體育班設立辦法及中華民國109年2月5日南市教體處發字第1090073666A號辦理。

二、目的：
 (一) 讓喜愛運動的選手能繼續運動。
 (二) 讓國小培訓之選手有銜接發揮潛能之環境。
 (三) 結合各項運動專長培訓優秀人才爭取更多榮譽。
 (四) 建立輔導優秀學生運動選手升學管道。

三、招生專長項目：
 (一) 田徑15人，籃球15人，上限30人。
 (二) 依各項報名人數得以斟酌調整錄取人數。
 (三) 依甄試成績標準，擇優錄取。

四、招生班級：招收國中七年級1班。

五、報名資格：
 (一) 以設籍本市之私立國民小學應屆畢業學生皆可。
 (二) 凡具備甄試項目專長之學生。(檢附參賽秩序冊表「與正本相符」
 表或學校教練推薦函)

六、簡章公告：
 (一) 請至本校校網下載：<http://www.ss.ih.s.tn.edu.tw/>
 2. 或至本校警衛室索取簡章
 3. 填寫後請直接送至本校學務處報名
 (二) 若有甄試疑問請致電06-5991420轉004或6021

七、報名日期：即日起至109年3月24日(二)下午5時前，逾期不予受理。

八、報名地點：本校學務處或體育組。

九、報名方式：填寫報名表逕向本校學務處或體育組直接報名。

十、報名程序：
 (一) 填寫報名表及繳考證，並繳交設籍本市具居住事實之資料影印本(如報名資格)。
 (二) 將最近三個月內所照二吋半身脫帽正面照片兩張，分黏於報名表及准

項目	田徑	籃球
人數	15人	15人
全臺南市體育班招生考		
考試內容	100M	折返跑
	立定跳遠	定點投籃
	仰臥起坐	分組比賽
	軟式力量球擲遠	

臺南市立新市國中 Tainan Municipal Sinshih Junior High School

國中三年青春不留白

新市國中體育班

~誠摯歡迎您的加入~

新市國中 體育班

加油 中等學校