中華民國籃球協會104年培育學校教練進階實施計畫

**壹、背景**

籃球運動一直是青年學子最喜愛的活動之一，唯長久以來國內欠缺適當及統一性的籃球教學訓練器材，導致學校教練在教導學生球員的動作技術與觀念良莠不齊。因此在102年7月，教育部體育署委由中華籃協展開「青少年籃球運動人才培育計畫」，首先引進國際籃總(FIBA)所出版的青少年籃球教材「青少年籃球-教練指南」Basketball for Young Players-Guidelines for Coaches翻譯編輯成冊，作為計畫施行的參考資料。

為在各級學校落實推展「技術統一性」教學，中華籃協103年6月至9月以術科為教學主體，假北、中、南、東四區分別舉辦培育學校教練增能計畫研習會，報名參加研習學員極為踴躍，興緻高昂。更為全面強化學校競技實力，為國家長期培育各分齡競技人才，104年度以前次研習學員反應意見及需求，規劃以進階教學方式及教材，舉辦「培育學校教練進階計畫」研習營，以饜基層籃壇之需。

**貳、計畫目標**

普遍強化基層籃球專業知能，提升學校競技實力，為國家長期培育各分齡競技人才。

一、計畫期程：自104年4月-12月，一年計畫。

二、對象：

(一)凡曾組隊參加全國中等學校籃球甲級聯賽、大專公開一、二級聯賽之學校教練及各級專任教練。

(二)曾參加103年培育學校教練增能計畫研習之學員。

(三)具備上述二項資格者優先錄取。

**參、實施策略及內容**

一、仍以國際籃總(FIBA)所出版的青少年籃球教材「青少年籃球-教練指南」Basketball for Young Players-Guidelines for Coaches為教材，輔以授課講師之單元講義，作為104年度研習會的輔助教材。

二、成立師資培育小組：

召開師資培育教學準備會議：遴聘曾任國家代表隊之籃球專項技術專家7-9人組成師資培育小組，研商教學與示範課程內容及統一性的教學方式。

三、分區研習會：分三區辦理(北、中、南區各80人)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 分區 | 參加縣市 | 地點 | 時間 |
| 北區 | 臺北市、新北市、基隆市、桃園縣、  新竹縣、新竹市、宜蘭縣、花蓮縣、  外島地區(澎湖縣、金門縣、連江縣) | 國立臺北科技大學體育館 | 7/17-18 |
| 中區 | 苗栗縣、臺中市、彰化縣、南投縣、  雲林縣、嘉義縣、嘉義市 | 僑光科技大學體育館 | 7/24-25 |
| 南區 | 臺南市、高雄市、屏東縣、臺東縣 | 高雄市立高雄高中體育館 | 7/21/22 |

四、師資培育小組講師名單：

|  |  |
| --- | --- |
| 姓名 | 資歷 |
| 任兆亮 | 國手、國立臺北科大教授 |
| 錢薇娟 | 國手、台電女籃隊總教練 |
| 蔣憶德 | 國手、國立臺北科大教授 |
| 顏行書 | 國手、國立體育大學男籃隊教練 |
| 許晉哲 | 中華男籃隊總教練、璞園建築籃球隊總教練 |
| 周俊三 | 國手、前中華男籃隊總教練、德霖技術學院講師 |
| 林如瀚 | 亞青國手、國立東華大學教授 |
| 王金城 | 醒吾科技大學教授、籃球隊教練 |

五、研習課程內容：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 第一天 | 第二天 |
| 第1單元 | 進階個人進攻動作-Ⅰ | 進階個人防守動作 |
| 第2單元 | 進階個人進攻動作-Ⅱ | 小組防守 |
| 第3單元 | 小組進攻 | 團隊防守戰術 |
| 第4單元 | 團隊進攻戰術 | 傷害復健與疲勞恢復 |
| 第5單元 | 綜合討論 | 綜合討論 |

六、研習課程大綱：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 課程名稱 | 課程大綱 |
| 第一天 | 進階個人進攻動作-Ⅰ | 1.各種進攻步伐及假動作。  2.各種前鋒運球過人上籃、急停跳投。  3.動位投籃。 |
| 進階個人進攻動作-Ⅱ | 1.各種中鋒高、低位單打動作。  2.高、低中鋒進攻配合。 |
| 小組進攻 | 各種二人、三人、四人小組組合進攻。 |
| 團隊進攻戰術 | 1.特殊情況進攻戰術。  2.破全場壓迫防守之進攻戰術。 |
| 綜合討論 | 詳細解說與討論當日課程之相關意見與建議。 |
| 第二天 | 進階個人防守動作 | 1.不同位置之防守動作  2.特殊情況之防守動作。 |
| 小組防守 | 各種小組防守的應用與變化。 |
| 團隊防守戰術 | 1.半場盯人、區域、混合防守。  2.全場包夾防守。 |
| 傷害復健與疲勞恢復 | 1.各種傷害後之復健課程。  2.如何迅速恢復疲勞。 |
| 綜合討論 | 詳細解說與討論當日課程之相關意見與建議。 |

七、報名方式：

(一)請詳細填寫報名表各項資料，並確實勾選參加梯次。

(二)北、中、南三梯次依報名順序錄取各80名。

(三)報名時請繳交報名費新台幣500元，可採用郵政匯票或現金袋郵寄本會，不接受傳真及網路報名。

(四)報名截止日期：

北區：104年 5月22 日(星期五)-以郵戳為憑。

中區：104年 5 月29日(星期五)-以郵戳為憑。

南區：104年 6 月 5日(星期五)-以郵戳為憑。

(五)聯絡方式：02-27112283

EMAIL：[ctba\_basketball2006@yahoo.com.tw](mailto:ctba_basketball2006@yahoo.com.tw)

地址：臺北市朱崙街20號603室

八、附則

(一)全程參加研習者發給研習證書並致贈教材，並請專人攝製研習課程錄影後製成光碟寄發參加學員，不另收費。

(二)參加本活動人員，惠請原服務單位核予公差假。

(三)參加活動人員之運動傷害意外保險由本會統籌辦理。

**中華民國籃球協會104年度**

**培育學校籃球教練進階計畫研習會報名表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **姓 名** |  | | **性 別** | |  |
| **出生日期** |  | | **身分證字號** | |  |
| **最高學歷** |  | | | | |
| **服務單位** |  | **職 稱** | |  | |
| **通訊處** |  | | | | |
| **E-mail** |  | | | | |
| **行動電話** |  | | **住宅電話** | |  |
| **報名資格**  **(勾選)** | * 凡曾組隊參加全國中等學校籃球甲級聯賽、大專公開一、二級聯賽之學校教練及各級專任教練。 * 曾參加103年培育學校教練增能計畫研習之學員。   ※符合上述條件者，隨附證明文件影本供查驗。 | | | | |
| **膳 食** | 葷食：🗆 素食：🗆 | | | | |
| **參加梯次** | 🗆北區 🗆中區 🗆南區 | | | | |

**104年學校教練增能計畫北區研習課程內容 (地點：臺北科技大學)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **7月17日**  **（星期五）** | | **7月18日**  **（星期六）** | |
| **08：30**  **09：00** | **報到** |  |  |  |
| **09：00**  **10：30** | **個人進攻** | 主講人：任兆亮  助 教：蔣憶德  王金城  顏行書  許晉哲 | **個人防守** | 主講人：蔣憶德  助 教：任兆亮  王金城  顏行書  錢薇娟 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **小組進攻** | 主講人：王金城  助 教：任兆亮  顏行書  周俊三  蔣憶德 | **小組防守** | 主講人：許晉哲  助 教：任兆亮  王金城  蔣憶德  周俊三 |
| **12：10**  **13：10** | **午餐** |  | **午餐** |  |
| **13：10**  **14：40** | **團隊系統進攻** | 主講人：錢薇娟  助 教：任兆亮  王金城  周俊三  蔣憶德 | **團隊防守** | 主講人：周俊三  助 教：任兆亮  蔣憶德  王金城  許晉哲 |
| **14：40**  **14：50** | **休息** |  | **休息** |  |
| **14：50**  **16：20** | **團隊快攻模式** | 主講人：顏行書  助 教：蔣憶德  王金城  錢薇娟  許晉哲 | **團隊變化防守** | 主講人：錢薇娟  助 教：蔣憶德  王金城  顏行書  許晉哲 |
| **16：20**  **16：30** | **休息** |  | **休息** |  |
| **16：30**  **18：00** | **分組綜合討論** | 主講人：任兆亮  助 教：蔣憶德  王金城  許晉哲  顏行書 | **分組綜合討論** | 主講人：任兆亮  助 教：蔣憶德  王金城  周俊三  錢薇娟 |

◎課程如有異動，以實際公告為主

※示範球隊：醒吾科技大學籃球隊

**104年學校教練增能計畫南區研習課程內容 (地點：高雄高中)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **7月21日**  **（星期二）** | | **7月22日**  **（星期三）** | |
| **08：30**  **09：00** | **報到** |  |  |  |
| **09：00**  **10：30** | **個人進攻** | 主講人：許晉哲  助 教：蔣憶德  王金城  錢薇娟  周俊三 | **個人防守** | 主講人：錢薇娟  助 教：蔣憶德  王金城  顏行書  許晉哲 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **小組進攻** | 主講人：周俊三  助 教：蔣憶德  王金城  任兆亮  許晉哲 | **小組防守** | 主講人：王金城  助 教：蔣憶德  錢薇娟  任兆亮  顏行書 |
| **12：10**  **13：10** | **午餐** |  | **午餐** |  |
| **13：10**  **14：40** | **團隊系統進攻** | 主講人：顏行書  助 教：蔣憶德  王金城  任兆亮  錢薇娟 | **團隊防守** | 主講人：周俊三  助 教：蔣憶德  王金城  任兆亮  顏行書 |
| **14：40**  **14：50** | **休息** |  | **休息** |  |
| **14：50**  **16：20** | **團隊快攻模式** | 主講人：顏行書  助 教：蔣憶德  王金城  錢薇娟  任兆亮 | **團隊變化防守** | 主講人：許晉哲  助 教：蔣憶德  王金城  周俊三  任兆亮 |
| **16：20**  **16：30** | **休息** |  | **休息** |  |
| **16：30**  **18：00** | **分組綜合討論** | 主講人：任兆亮  助 教：蔣憶德  王金城  周俊三  顏行書 | **分組綜合討論** | 主講人：任兆亮  助 教：蔣憶德  王金城  錢薇娟  周俊三 |

◎課程如有異動，以實際公告為主

※示範球隊：國立高雄師範大學籃球隊

**104年學校教練增能計畫中區研習課程內容 (地點：僑光科技大學)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **7月24日**  **（星期五）** | | **7月25日**  **（星期六）** | |
| **08：30**  **09：00** | **報到** |  |  |  |
| **09：00**  **10：30** | **個人進攻** | 主講人：任兆亮  助 教：蔣憶德  王金城  顏行書  錢薇娟 | **個人防守** | 主講人：許晉哲  助 教：蔣憶德  王金城  周俊三  顏行書 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **小組進攻** | 主講人：許晉哲  助 教：蔣憶德  王金城  周俊三  任兆亮 | **小組防守** | 主講人：蔣憶德  助 教：錢薇娟  王金城  顏行書  許晉哲 |
| **12：10**  **13：10** | **午餐** |  | **午餐** |  |
| **13：10**  **14：40** | **團隊系統進攻** | 主講人：錢薇娟  助 教：蔣憶德  任兆亮  許晉哲  王金城 | **團隊防守** | 主講人：周俊三  助 教：蔣憶德  任兆亮  許晉哲  王金城 |
| **14：40**  **14：50** | **休息** |  | **休息** |  |
| **14：50**  **16：20** | **團隊快攻模式** | 主講人：周俊三  助 教：蔣憶德  任兆亮  錢薇娟  王金城 | **團隊變化防守** | 主講人：顏行書  助 教：蔣憶德  任兆亮  周俊三  王金城 |
| **16：20**  **16：30** | **休息** |  | **休息** |  |
| **16：30**  **18：00** | **分組綜合討論** | 主講人：任兆亮  助 教：蔣憶德  王金城  許晉哲  錢薇娟 | **分組綜合討論** | 主講人：任兆亮  助 教：蔣憶德  王金城  錢薇娟  顏行書 |

◎課程如有異動，以實際公告為主

※示範球隊：醒吾科技大學籃球隊