青少年籃球運動人才培育

中華民國籃球協會103年培育學校教練增能計畫

**壹、背景**

在台灣，籃球運動一直受到國人關注，也是青年學子最喜愛的活動之一，近年亞洲籃壇生態丕變，西亞籃球強權的崛起，致使亞洲各國無一能夠穩操勝算，亞洲籃壇進入新戰國時代。

放眼國際籃壇，諸如西班牙、俄羅斯、塞爾維亞、阿根廷等歐美強國，乃至於亞洲的日本、韓國均吹起「籃球再造工程」之號角，無不針對基層籃球運動再往下紮根，自小學開始一貫化制度的長期培訓，並組成青年培訓隊，進而延續至國家儲訓隊長期培訓。

長久以來，國內並無適當及統一性的籃球教學訓練教材，導致青少年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，作為基層籃球訓練的參考資料，以饜基層籃壇之需。

為更能發揮計畫成效，促使籃球教學朝向「技術統一性」發展，落實基層紮根工作，為本會103年度重點工作。

**貳、計畫目標**

建立基層籃球教學及訓練一致性，提升基層籃球教練專業知能。

一、計畫期程：自103年4月-12月 一年計畫

二、實施對象：全國各級學校籃球專任教練，組隊參加各級學校聯賽之學校籃球隊教練，大專院校對籃球有興趣之學生。

**參、實施策略及內容**

一、教學訓練資料編修：

1.重新製作拷貝及口譯籃球協會取得美國Championship Books & Video Productions公司授權製作之「籃球家庭作業」影音教材，作為103年度培育基層教練的輔助教材。

2.持續印製102年度「青少年籃球-教練指南」供為研習會主要教材。

二、成立師資培育小組：

1. 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，以青少年籃球-教練指南為範本，研商教學與示範課程內容及統一性的教學方式。
2. 召開縣市說明會：體育署發揮行政協調，召集各縣市體育局(處)及健體領域輔導團，結合中華籃協師資培育小組共同辦理各縣市學校教練增能研習活動。

三、分區研習會：分四區辦理(北中南區各100人、東區50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、外島 | 臺北市立大學博愛校區體育館 | 6/28-6/29 |
| 南區 | 臺南市、高雄市、屏東縣、臺東縣 | 國立高雄師範  大學體育館 | 7/5-7/6 |
| 中區 | 苗栗縣、臺中市、彰化縣、南投縣、  雲林縣、嘉義縣、嘉義市 | 國立臺灣體育  運動大學新教學大樓籃球場 | 8/2-8/3 |
| 東區 | 宜蘭縣、花蓮縣 | 國立東華大學美崙校區體育館 | 9/13-9/14 |

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 |
| 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、各分區課程表

**北區研習課程內容**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **6月28日**  **（星期六）** | | **6月29日**  **（星期日）** | |
| **08：30**  **09：00** | **報到** |  |  |  |
| **09：00**  **10：30** | **籃球教練哲學** | 主持人：任兆亮  主講人：林如瀚 | **進攻的基本動作-Ⅳ**  1.空手走位  2.進攻掩護 | 主持人：任兆亮  主講人：錢薇娟 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **籃球專項體能訓練**  1.速度  2.敏捷  3.彈跳 | 主持人：任兆亮  主講人：顏行書 | **基本小組組合進攻**  1.快攻  2.兩人小組組合  3.三人小組組合 | 主持人：任兆亮  主講人：許晉哲 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **進攻的基本動作-Ⅰ**  1.球感訓練  2.傳接球 | 主持人：任兆亮  主講人：許晉哲 | **防守的基本動作-Ⅰ**  1.防守步伐  2.卡位  3.搶籃板 | 主持人：任兆亮  主講人：錢薇娟 |
| **12：10**  **13：30** | **午餐** |  | **午餐** |  |
| **13：30**  **15：00** | **進攻的基本動作-Ⅱ**  1.運球  2.進攻步伐(假動作) | 主持人：任兆亮  主講人：周俊三 | **防守的基本動作-Ⅱ**  1.防守基本觀念  2.防守補位  3.防守包夾 | 主持人：任兆亮  主講人：顏行書 |
| **15：00**  **15：10** | **休息** |  | **休息** |  |
| **15：10**  **17：00** | **進攻的基本動作-Ⅲ**  1.投籃  2.運球投籃 | 主持人：任兆亮  主講人：周俊三 | **綜合討論** | 主持人：任兆亮  主講人：許晉哲 |

◎課程如有異動，以實際公告為主

**南區研習課程內容**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **7月5日**  **（星期六）** | | **7月6日**  **（星期日）** | |
| **08：30**  **09：00** | **報到** |  |  |  |
| **09：00**  **10：30** | **籃球教練哲學** | 主持人：任兆亮  主講人：蔣憶德 | **進攻的基本動作-Ⅳ**  1.空手走位  2.進攻掩護 | 主持人：任兆亮  主講人：錢薇娟 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **籃球專項體能訓練**  1.速度  2.敏捷  3.彈跳 | 主持人：任兆亮  主講人：顏行書 | **基本小組組合進攻**  1.快攻  2.兩人小組組合  3.三人小組組合 | 主持人：任兆亮  主講人：許晉哲 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **進攻的基本動作-Ⅰ**  1.球感訓練  2.傳接球 | 主持人：任兆亮  主講人：許晉哲 | **防守的基本動作-Ⅰ**  1.防守步伐  2.卡位  3.搶籃板 | 主持人：任兆亮  主講人：錢薇娟 |
| **12：10**  **13：30** | **午餐** |  | **午餐** |  |
| **13：30**  **15：00** | **進攻的基本動作-Ⅱ**  1.運球  2.進攻步伐(假動作) | 主持人：任兆亮  主講人：周俊三 | **防守的基本動作-Ⅱ**  1.防守基本觀念  2.防守補位  3.防守包夾 | 主持人：任兆亮  主講人：顏行書 |
| **15：00**  **15：10** | **休息** |  | **休息** |  |
| **15：10**  **17：00** | **進攻的基本動作-Ⅲ**  1.投籃  2.運球投籃 | 主持人：任兆亮  主講人：周俊三 | **綜合討論** | 主持人：任兆亮  主講人：顏行書 |

◎課程如有異動，以實際公告為主

**中區研習課程內容**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **8月2日**  **（星期六）** | | **8月3日**  **（星期日）** | |
| **08：30**  **09：00** | **報到** |  |  |  |
| **09：00**  **10：30** | **籃球教練哲學** | 主持人：任兆亮  主講人：蔣憶德 | **進攻的基本動作-Ⅳ**  1.空手走位  2.進攻掩護 | 主持人：任兆亮  主講人：錢薇娟 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **籃球專項體能訓練**  1.速度  2.敏捷  3.彈跳 | 主持人：任兆亮  主講人：顏行書 | **基本小組組合進攻**  1.快攻  2.兩人小組組合  3.三人小組組合 | 主持人：任兆亮  主講人：許晉哲 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **進攻的基本動作-Ⅰ**  1.球感訓練  2.傳接球 | 主持人：任兆亮  主講人：許晉哲 | **防守的基本動作-Ⅰ**  1.防守步伐  2.卡位  3.搶籃板 | 主持人：任兆亮  主講人：錢薇娟 |
| **12：10**  **13：30** | **午餐** |  | **午餐** |  |
| **13：30**  **15：00** | **進攻的基本動作-Ⅱ**  1.運球  2.進攻步伐(假動作) | 主持人：任兆亮  主講人：周俊三 | **防守的基本動作-Ⅱ**  1.防守基本觀念  2.防守補位  3.防守包夾 | 主持人：任兆亮  主講人：顏行書 |
| **15：00**  **15：10** | **休息** |  | **休息** |  |
| **15：10**  **17：00** | **進攻的基本動作-Ⅲ**  1.投籃  2.運球投籃 | 主持人：任兆亮  主講人：周俊三 | **綜合討論** | 主持人：任兆亮  主講人：錢薇娟 |

◎課程如有異動，以實際公告為主

**東區研習課程內容**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **9月13日**  **（星期六）** | | **9月14日**  **（星期日）** | |
| **08：30**  **09：00** | **報到** |  |  |  |
| **09：00**  **10：30** | **籃球教練哲學** | 主持人：任兆亮  主講人：林如瀚 | **進攻的基本動作-Ⅳ**  1.空手走位  2.進攻掩護 | 主持人：任兆亮  主講人：錢薇娟 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **籃球專項體能訓練**  1.速度  2.敏捷  3.彈跳 | 主持人：任兆亮  主講人：顏行書 | **基本小組組合進攻**  1.快攻  2.兩人小組組合  3.三人小組組合 | 主持人：任兆亮  主講人：許晉哲 |
| **10：30**  **10：40** | **休息** |  | **休息** |  |
| **10：40**  **12：10** | **進攻的基本動作-Ⅰ**  1.球感訓練  2.傳接球 | 主持人：任兆亮  主講人：許晉哲 | **防守的基本動作-Ⅰ**  1.防守步伐  2.卡位  3.搶籃板 | 主持人：任兆亮  主講人：錢薇娟 |
| **12：10**  **13：30** | **午餐** |  | **午餐** |  |
| **13：30**  **15：00** | **進攻的基本動作-Ⅱ**  1.運球  2.進攻步伐(假動作) | 主持人：任兆亮  主講人：周俊三 | **防守的基本動作-Ⅱ**  1.防守基本觀念  2.防守補位  3.防守包夾 | 主持人：任兆亮  主講人：顏行書 |
| **15：00**  **15：10** | **休息** |  | **休息** |  |
| **15：10**  **17：00** | **進攻的基本動作-Ⅲ**  1.投籃  2.運球投籃 | 主持人：任兆亮  主講人：周俊三 | **綜合討論** | 主持人：任兆亮  主講人：周俊三 |

◎課程如有異動，以實際公告為主

報名方式：

1. 請詳細填寫報名表各項資料，並確實勾選參加梯次。
2. 北、中、南三梯次依報名順序錄取各100名，東區錄取50名。
3. 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。
4. 報名截止日期：
5. 北區&南區：103年6月18日(星期三)-以郵戳為憑
6. 中區&東區：103年7月16日(星期三)-以郵戳為憑
7. 聯絡方式：02-27112283

EMAIL：[ctba\_basket2006@yahoo.com.tw](mailto:ctba_basket2006@yahoo.com.tw)

地址：臺北市朱崙街20號603室

附則

1. 全程參加研習者發給研習證書並致贈教材及教學光碟，不另收費。
2. 參加本活動人員，惠請原服務單位核予公差假。
3. 參加活動人員之運動傷害意外保險由本會統籌辦理。