



臺北市立中正國民中學

114 學年度下學期籃球校隊（男籃）二次招生簡章

為延續中正國中籃球隊一貫的優良傳統，誠摯邀請熱愛籃球的同學加入校隊，一同在訓練與比賽中累積經驗、持續成長。

本校隊重視紮實訓練、團隊合作精神，以及每位隊員的自我要求與紀律養成。同時亦強調課業與球技的均衡發展，期望同學能在學習與運動之間找到適合自己的節奏，在球場上精進技術，在課業上穩定前行，穩紮穩打邁向更成熟的自己。

一、徵選對象

凡符合下列資格者，皆可報名參加：

1. 就讀本校之七年級新生
2. 具備籃球基礎，並對籃球運動具高度熱情與投入意願
3. 能配合校隊日常訓練與比賽時間

二、徵選時程與地點

1. 測驗時間：5月14日（四）17:00-17:30
 2. 測驗地點：活動中心四樓籃球場
 3. 錄取公告：5月15日（五）公布於學校網站
 4. 開始訓練：5月17日（日）起正式參與球隊訓練
-

三、測驗項目

1. 換手加速上籃
 2. 四線折返跑
 3. 罰球（10 球）
 4. 對抗測試（實戰觀察）
-

四、報名方式

即日起至 **5 月 13 日** 止，請填寫以下 Google 表單完成報名：

<https://forms.gle/rus5xbfVoNzaEQDG7>

五、注意事項

1. 測驗當日請穿著適合之運動服裝與籃球鞋，並自備水壺與毛巾，以利順利完成測驗。
 2. 錄取後須於 5 月 20 日前依規定補繳下學期隊費（依實際比例計算）。
 3. 錄取球員須配合訓練與比賽安排，遵守球隊規範並維持良好態度。
 4. 隊費、隊服及相關費用，請依規定辦理與繳交，以利球隊運作順利進行。
-

六、校隊訓練與賽事安排

1. 平日與假日例行訓練

男籃訓練時間：

- 週一／週三／週四：16:30-18:30
- 週日：13:00-17:00

2. 正式賽事

依賽程參與各項比賽，包括：

- 各校邀請賽
- 臺北市盃賽
- 國中乙組聯賽

3. 寒暑假訓練

- 寒暑假期間將視情況安排集訓或移地訓練
- **115 年暑訓時間：**
7 月 13 日－8 月 21 日（週一至週五）13:30-16:30
地點：活動中心四樓室內籃球場

臺北市立中正國民中學籃球校隊教練團暨後援會 敬上
中華民國 115 年 5 月 4 日