



2025/2026 學年 潛能發展項目 - 招生章程

學部	☐ 中學部 ☒ 小學部
項目名稱	潛能—籃球隊(小學部)D組
上課日期	由 2025 年 9 月 15 日至 2026 年 5 月 27 日 ☒ 逢週一 ☐ 逢週二 ☒ 逢週三 ☐ 逢週四 ☐ 逢週五 ☐ 逢週六
上課時間	☒ 星期一下午：16:30 至 18:30 ☒ 星期三下午：16:30 至 18:30
負責導師	校外導師(陸慧娟)
課程簡介	● 準備期的訓練安排(9月-12月): 基本動作、攻守步伐、規則講解、小組合作、進攻概念、防守概念 ● 比賽期的訓練安排(1月-4月): 分組訓練、模擬比賽、戰術訓練、小組攻守模擬比賽、模擬比賽狀況訓練 ● 比賽後期的訓練安排(5月-6月): 比賽檢討工作(片段分析)、加強個人技術訓練、團隊活動安排。
目的	1. D組學生能熟悉籃球比賽的規則。 2. D組學生認識基本動作、攻守步伐。 3. D組學生都能在比賽中發揮出團結和合作的精神。 4. D組學生代表學校參加學界籃球比賽及全澳公開籃球等多個比賽，吸收相關經驗。 5. 透過訓練提升學生對籃球運動的熱愛，為建立梯隊作長遠的準備及對籃球隊的歸屬感。



2025/2026 學年 潛能發展項目 - 招生章程

內容(大綱)	2025/2026 學年(或因比賽/表演前練習而調整教學主題)			
	週次	主題	週次	主題
	第 1~3 週	基本動作 攻守步伐	第 19~21 週	分組訓練 模擬比賽
	第 4~6 週	攻守步伐 規則講解	第 22~24 週	模擬比賽 戰術訓練
	第 7~9 週	規則講解 小組合作	第 25~27 週	戰術訓練 小組攻守
	第 10~13 週	小組合作 進攻概念	第 28~30 週	小組攻守 比賽檢討工作
	第 13~15 週	進攻概念 防守概念	第 31~33 週	比賽檢討工作 加強個人技術
	第 16~18 週	防守概念 分組訓練	第 34~45 週	加強個人技術 團隊活動
收生準則	籃球隊學生會從平日體育課和餘暇活動中挑選具潛質的學生，學生須通過專項測試方能參加潛能班的訓練，其收生參照條件如下： 1. 學生對籃球有濃厚的興趣、喜歡團體運動。 2. 學生個人身體素質（球感、手腳眼睛協調能力、個人體能） 3. 學生個人品德、禮貌、在校表現符合教練要求。 備註：經甄選後的學生在參與課堂的過程中，未經校方審批，不允許學生隨意退出。			
其 他	● 隊員需自費購買比賽隊服			