



2026/2027 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)—低小																
上課日期	由 2026 年 9 月 14 日至 2026 年 5 月 26 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 18:00 ☒ 星期三下午：16:30 至 18:00																
負責導師	校內導師(趙俊彥)																
課程簡介	主要面向低小學生，屬籃球啟蒙及基礎培訓課程，旨在透過較輕鬆、有趣及循序漸進的訓練方式，激發學生對籃球運動的興趣，讓學生從小建立良好的運動習慣及基礎球感。 會由籃球基本動作開始，包括球感練習、運球、傳接球、簡單投籃、身體協調、移動步伐及小組合作活動。導師會透過訓練、簡單對抗練習及小組互動，提升學生的手眼協調、反應能力、平衡能力及身體控制能力，讓學生在愉快的學習氣氛中逐步認識籃球運動。 除技術訓練外，課程亦重視學生的團隊意識及紀律培養。學生會在活動中學習聆聽指示、遵守規則、與同伴合作及互相鼓勵，逐步建立參與團隊運動所需的基本態度。透過低小階段的啟蒙訓練，學生可更早接觸籃球，為日後銜接高小組訓練及進一步發展籃球專項能力打下良好基礎。																
目的	1. 透過基礎球感、運球、傳接球、投籃及步伐練習，提升學生的籃球基本能力。 2. 發展學生的手眼協調、身體協調能力、反應能力、平衡感及靈活性。 3. 透過訓練及小組活動，培養學生的團隊互動、合作意識及遵守規則的態度。 4. 幫助學生建立自信心、專注力及良好的課堂參與態度，逐步適應團隊訓練模式。 5. 為學生日後銜接高小籃球隊訓練奠定基礎，促進學校籃球梯隊的持續發展。																
內容(大綱)	2026/2027 學年(或因比賽/表演前練習而調整教學主題) <table border="1"> <thead> <tr> <th>週次</th><th>主題</th><th>週次</th><th>主題</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>第 1~3 週</td><td>基本動作 攻守步伐</td><td>第 19~21 週</td><td>分組訓練</td></tr> <tr> <td>第 4~6 週</td><td>攻守步伐 規則講解</td><td>第 22~24 週</td><td>戰術訓練</td></tr> <tr> <td>第 7~9 週</td><td>規則講解</td><td>第 25~27 週</td><td>戰術訓練</td></tr> </tbody> </table>	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	第 4~6 週	攻守步伐 規則講解	第 22~24 週	戰術訓練	第 7~9 週	規則講解	第 25~27 週	戰術訓練
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														
第 4~6 週	攻守步伐 規則講解	第 22~24 週	戰術訓練														
第 7~9 週	規則講解	第 25~27 週	戰術訓練														



2026/2027 學年 潛能發展項目 - 招生章程

			小組合作		小組攻守	
		第 10~13 週	小組合作 進攻概念	第 28~30 週	小組攻守	
		第 13~15 週	進攻概念 防守概念	第 31~33 週	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	1. 願意參與團體訓練。 2. 具基本球感、手眼協調及身體協調能力。 3. 具基本速度、敏捷度、平衡能力及跳躍能力。 4. 具良好禮貌、紀律及團隊合作態度。 5. 透過個人身體素質、球感、手眼協調能力及體能表現進行甄選。 備註： (1) 甄選對象包括老師推薦及自薦的學生。詳見「潛能班甄選說明及注意事項(小學部)」。 (2) 自薦學生須按報名表提交與項目相關的學習經驗資料，並按收生準則參與甄選。 (3) 錄取時會按甄選表現、學習態度、該潛能班名額及梯隊發展需要作綜合考量。					
評分準則	1. 全學年出席率達 90%或以上。 2. 拍球、運球、傳接球、拋接球及投籃等基本技術評分達 80 分或以上。 3. 課堂紀律、團隊合作及訓練投入程度達到要求。 4. 連續兩年參與同一潛能並達標者，即可記錄於成績表中。					