

臺北市立陽明高級中學公務出國(赴大陸地區)報告提要表

出國(赴大陸地區)報告名稱：114年度培育籃球運動教練人才（遴派教練出國研習）				
出國(赴大陸地區)計畫主辦機關：臺北市立陽明高級中學 聯絡人：黃怡惠 電話：(02) 28316675分機132				
出國(赴大陸地區)人員姓名/服務機關/單位/職稱/電話 黃怡惠/臺北市立陽明高級中學/學生事務處/學務創新人員/28316675分機132				
出國(赴大陸地區)類別： (1) 甲類： <input type="checkbox"/> 考察、 <input type="checkbox"/> 參訪、 <input type="checkbox"/> 觀摩、 <input type="checkbox"/> 進修、 <input type="checkbox"/> 實習、 <input type="checkbox"/> 訓練 (2) 乙類： <input type="checkbox"/> 出席會議、 <input type="checkbox"/> 表演、 <input type="checkbox"/> 比賽、 <input type="checkbox"/> 競技、 <input type="checkbox"/> 洽展、 <input type="checkbox"/> 海外檢測、 <input type="checkbox"/> 研究、 <input type="checkbox"/> 率領學生出國、 <input checked="" type="checkbox"/> 其他活動 114年度培育籃球運動教練人才（遴派教練出國研習）				
出國(赴大陸地區)期間： 114年9月27日至114年10月16日 報告日期：114年10月27日		出國(赴大陸)地區： 美國/西雅圖/洛杉磯		知識分享日期：114/10/23 分享形式：（述明公開分享形式，如業務會議報告或演講等） <input type="checkbox"/> 本機關業務會報或出國知識分享說明會提出 <input type="checkbox"/> 跨機關會議(會議名稱、場次): <input checked="" type="checkbox"/> 其他：114年度培育籃球運動教練人才（遴派教練出國研習）分享會
內容摘要： 一、計畫緣起：透過國外研習的活動，聯結新生代教練的互動，創造未來優質的籃球競爭環境。 二、過程				
日數	日期	活動內容	國家/城市/單位	備註
第1天	2025/09/27	抵達西雅圖、租車、前往飯店	美國/西雅圖/中華民國籃球協會	
第2天	2025/09/28	Annie Wright 高中教練分享會議	美國/西雅圖/中華民國籃球協會	
第3天	2025/09/29	Washington State University 男女籃教練團經驗分享	美國/西雅圖/中華民國籃球協會	
第4天	2025/09/30	Seattle University 男籃教練團經驗分享	美國/西雅圖/中華民國籃球協會	
第5天	2025/10/01	早上飛機前往 Pullman (飛機一小時) 租車、下午 WSU 校園場地設施交流	美國/西雅圖/中華民國籃球協會	
第6天	2025/10/02	華盛頓州立大學男女籃教練團經驗分享	美國/西雅圖/中華民國籃球協會	
第7天	2025/10/03	華盛頓州立大學男女籃教練團經驗分享	美國/西雅圖/中華民國籃球協會	
第8天	2025/10/04	Pullman 文化交流 下午開車前往 Spokane (車程90分鐘)	美國/西雅圖/中華民國籃球協會	
第9天	2025/10/05	文化交流及開會討論	美國/西雅圖/中華民國籃球協會	
第10天	2025/10/06	Gonzaga 男女籃教練團經驗分享	美國/西雅圖/中華民國籃球協會	

日數	日期	活動內容	國家/城市/單位	備註
第11天	2025/10/07	Spokane 文化交流 下午搭機 前往洛杉磯 (飛機 3 小時) 租車、前往飯店	美國/洛杉磯/中華民國籃球協會	
第12天	2025/10/08	UC Irvine 男女籃教練團經驗分享	美國/洛杉磯/中華民國籃球協會	
第13天	2025/10/09	UC Irvine 男女籃教練團經驗分享	美國/洛杉磯/中華民國籃球協會	
第14天	2025/10/10	UC Irvine 男女籃教練團經驗分享	美國/洛杉磯/中華民國籃球協會	
第15天	2025/10/11	文化交流: Dodgers Stadium 道奇場地設施交流分享	美國/洛杉磯/中華民國籃球協會	
第16天	2025/10/12	NBA 場地設施交流分享	美國/洛杉磯/中華民國籃球協會	
第17天	2025/10/13	市區活動	美國/洛杉磯/中華民國籃球協會	
第18天	2025/10/14	教練團分享會議及開會討論	美國/洛杉磯/中華民國籃球協會	
第19天	2025/10/15	00:05 班機 LAX 起飛	美國/洛杉磯/中華民國籃球協會	
第20天	2025/10/16	05:10抵達臺灣	美國/洛杉磯/中華民國籃球協會	

三、心得建議：

感謝陽明高中蔡哲銘校長的支持，讓我有機會參與此趟美國教練人才培育研習，也特別感謝中華民國籃球協會及教育部體育署的大力支持與協助，讓本次教練研習團有機會深入美國多所知名學校，親身體驗其籃球文化精神及討論。各校教練團隊的熱情接待與無私分享，使學員們得以從第一線角度學習到美國籃球在技術、戰術、體能與管理上的精進模式。

透過此次訪視，我們不僅見識到美國教練對球員操作過程中細節的高度要求，更深刻體會到球隊文化、學業平衡與人格教育的重要性。每所學校都有其獨特的球風與文化，但共同點皆是重視球員的自律與團隊精神，並以數據化與系統化的方式進行長期發展。

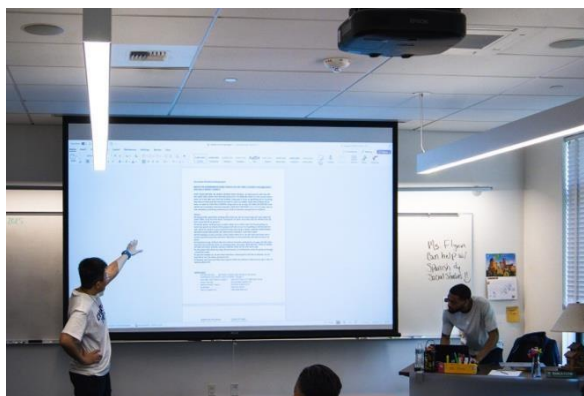
這次的經驗不只是技術層面的交流，更是一場觀念與態度的啟發。我們學到「以人為本、以文化立隊」的重要價值，也更明白國際籃球發展的趨勢與方向。未來，我們將持續推動國內教練教育及球隊經營制度化，期能將所學轉化為實際行動，為臺灣籃球的永續發展貢獻心力。

最後，再次感謝籌劃單位、協助單位及所有參與成員的努力與付出，讓此次赴美研習行程圓滿成功，成果豐碩。此行不僅拓展國際視野，也深化彼此的交流與學習，是臺灣籃球發展道路上極具意義的一次學習經驗。

四、照片或附錄資料



Annie Wright 高中



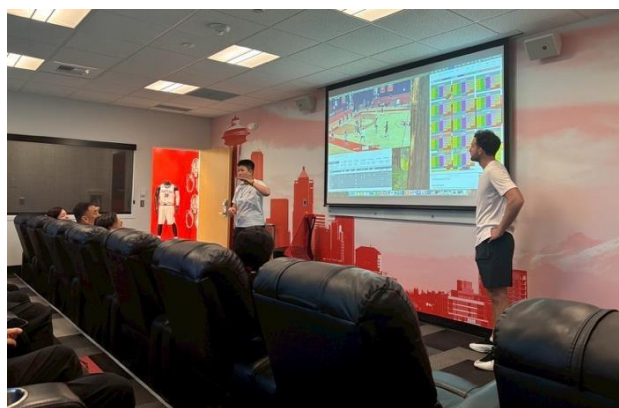
Annie Wright 教練訓練計畫分享



與 University of Washington 男籃教練合影



與 University of Washington 女籃教練討論分享



Seattle University 西雅圖男籃戰術分析



教練團場邊寫筆記



華盛頓州立大學男子籃球隊戰術分享



華盛頓州立大學女子籃球隊教具分享



岡薩加大學男子籃球隊場館設施交流



岡薩加大學教練分享球隊文化



爾灣加州大學女籃隊教練介紹環境及設施



與爾灣加州大學教練團及球員合影

備註:二、三級機關須由直屬一級機關層轉