



# 愛心滿溢 開心暑假 台電籃球 暑期夏令營

文、圖／編輯部

每年7、8月，是學生們最翹首以待的假期，為期兩個月的快樂時光，學生們除了暑假作業，最重要的就是暑期活動的安排，為了不讓孩子們虛度兩個月的光陰。台電公司北部施工處、林口發電廠以及林口區公所，自101年起協辦籃球夏令營活動，今年邁入第7個年頭，每年活動都吸引近百位林口地區的同學參與，夏令營的好口碑，讓每年的報名總是瞬間額滿。

今(107)年度，籃球夏令營依慣例在7月的第一周舉辦，為期6天的籃球夏令營，7月1日在林口佳林國中體育館舉行開幕式。參與活動的同學踴躍出席讓佳林國中的體育館顯得熱鬧非凡。開幕活動在新北市林口區朱思戎區長、下福里里長及幾位重量級的台電長官的祝福下揭開序幕。

在與會嘉賓的祝福下，典禮正式揭開序幕，下福里里長在致詞時特別感謝台電公司北部施工處，在兼顧施工品質之外，更暖心做到敦親睦鄰的工作。舉辦多年了

籃球夏令營，是北部施工處的暑期代表作品，對於北部施工處即將遷離，也感到依依不捨，更為在座的學子們向台電公司爭取持續舉辦夏令營的機會。在林口發電廠及台電電協會執行秘書的承諾下，優質夏令營的活動會一本初衷持續下去，令在場的所有群眾歡聲雷動。

大方提供活動場地的佳林國中謝校長，也以今年世界盃足球賽的法國隊為例，以年輕真好來勉勵現場的學員，謝校長認為：在年輕時扎根、練習，能夠激發潛能，開啓日後無限的可能。更讚許台電公司除了輸電之外，也輸送了愛心。透過活動的舉辦，讓孩子了解愛的真諦。

此外，江處長表示，台電公司舉辦夏令營活動，就是希望孩子們可以在使用3C產品之外，能夠活動筋骨，訓練強健的體魄。能夠利用幾天的時間，好好活動、強健體魄，並和其他隊友技術交流，對於學生而言，都有正向的影響。



▲ 台電公司舉辦的籃球夏令營，今年已邁入。



▲ 與會嘉賓共同為典禮揭開序幕。

電協會林鴻祥執行秘書說：「台電籃球夏令營的舉辦，當初可說是在幾位長官的閒聊中，談及球隊認養及球隊的培育，為何不結合一起，利用暑假邀請認養球隊共同切磋球技，並由專業球隊技術傳承。定案之後從 101 年開始試辦，成果豐碩，便持續辦理直到今年。這樣有意義的活動一定要薪火相傳，也感謝同學熱烈的參與。希望大家都能在這次的活動當中，有所收穫。」

喜愛打籃球的公眾服務處李忠正處長，認為籃球不限幾個人都可以打球，不限年齡從 8 歲打到 80 歲都可以上場活動筋骨。好好的玩球，注意安全，學習團隊的合作，除了個人技巧，也培養成有紀律，具專業的人。

開幕典禮中，也請到興福國小醒獅隊

在現場進行一段鑼鼓喧天的表演。不僅在作的嘉賓看得津津有味，一旁參加夏令營的球員們也拍手叫好，特別在醒獅隊表演一柱擎天，祝福夏令營圓滿成功的橋段，獲得滿堂熱烈的掌聲。負責炒熱開幕式氣氛的興福國小醒獅隊，長期和林口電廠與合作，讓兩個單位成為緊密往來的鄰居。林口電廠及興福國小，更曾攜手合作結合電力及在地文化的優質教案，是電廠睦鄰工作的最佳拍檔。

在熱鬧非凡的舞獅表演之後，緊接著是台電各電廠認養球隊的友誼賽，隨著龍津國中、水里國中、水里國小、安樂高中、金甌女中等隊伍激烈的交手之後，是令人驚奇的是由台電長官隊與台電女籃隊的對決，台電長官隊由喜歡打籃球的公服處李處長領隊，攜手江處長、簡理事長，興福

國小校長等人，與籃球專長的台電女籃隊員進行一場友誼賽，只見寶刀未老的女籃退役球員精準的三分球射籃、堅強的籃下防守，讓台電嘉賓隊一開賽就吃足苦頭，還好之後靠著鏖而不捨的精神，利用戰術引誘女籃隊犯規取得罰球機會，讓台電長官隊後來居上，取得最後的勝利。儘管嘉賓們一結束都覺得筋骨痠痛不已，但仍覺得能夠在籃球場上與專業籃球運動員切磋較勁，是十分難得且難忘的經驗。

### 帶領球隊 融入新世代觀念

籃球夏令營持續辦理的一個重要關鍵人物，是負責夏令營課程設計及學員訓練的台電公司女子籃球隊。成立於民國 65 年的籃球隊，平日除了例行的訓練以外，也活躍於公司辦理的多項體育交流活動中，協助推廣籃球運動及技術訓練。

目前掌台電女籃兵符的林紀奴總教練，是從台電女籃的當家中鋒升任，過去在隊中擔任重要得分角色，優秀的表現更常代表臺灣參加國際性的籃球比賽，為臺灣女籃注入勝利的希望。今年初林教練接受台電公司臨危受命，希望她接下台電女子籃球隊的兵符，儘管今年上半年度的比賽結果不盡人意，但抱持樂觀態度的林教練，將挫折化為學習的動力，在輸球的過程中，更加了解陣容中球員的優劣勢。相

信再經過磨合與訓練，明年度的台電女籃隊，勢必能夠大放異彩。

今年的夏令營活動，是林紀奴首次以總教練的身分來領隊。面對不同於籃球隊專業隊員的新學員，林教練以學生的程度分組，從完全沒接觸過籃球、了解基礎動作以及較為進階的學員，規劃適合學員程度的課程。並利用團體遊戲的方式先拉近學生與小組教練的距離，再近身指導學員們基本動作，調整打球的節奏，就是要讓學生在夏令營當中得到最大的收穫。面對夏令營的學員，林教練的最低要求，就是每位學員結訓時，一定要能夠上籃。她說：



▲ 今年初甫接管台電女籃隊的林紀奴教練。



▲ 興福國小醒獅隊為開幕典禮暖身。

▼ 籃球夏令營每年球隊交流示範賽，今年加入台電女籃及台電嘉賓的對戰組合。



「籃球活動的樂趣，在於上籃進球得到的快樂與成就感，所以希望每位學員，在學習基本動作、進階訓練後，都一定要能夠完成上籃的動作，將來才有可能在籃球場上與他人持續互動。」


身兼球隊及籃球夏令營總教頭的角色，林教練認為最大的不同點在於技術成熟度以及延續性的不同。夏令營的活動，推廣的成分居多，課程的安排會導入更多的團康、互動及趣味的成分，要學員們在短期的時間，燃起對於籃球的喜愛與熱情，畢竟夏令營面對的是一批相當年輕的學員，他們有著無限的潛力等待開發啟蒙，因為誰也不知道，未來的籃球之星是否就會在這裡受到啟發而萌芽茁壯。

籃球夏令營，採用團體訓練，是讓學員們習慣團體行動的方式，並且在短時間之內適應與他人共處，社會教育跟球隊訓練更應密切結合，利用寓教於樂的方式讓孩子學習。夏令營在少子化的社會，能夠讓孩子在短期間學習服從、尊重、以及相互合作的團體規範。每年夏令營前夕，台電女籃隊便會利用腦力激盪的方式，設計有別於往年的團康活動，球隊著重的不是獨立個人的優異表現，是要孩子們在團體中，學習分享、擔負責任，為團隊完成共同的目標。林教練認為，現在的孩子在家中都是霸王，與家人溝通的過程，多半會得到長輩的寵溺讓步，是捧在手心的寶貝；

但在團體中，每個人都是平等身分，如何學會溝通協調、團體合作，是籃球夏令營指導球技之外的另一項重要目標。

林紀奴教練對於帶心、帶團隊，有著自己一套的剖析觀點，她認為籃球場上，每 10 年是一個世代的轉變，包括孩子的價值觀、社會觀。要能夠帶領團體，就要了解孩子跟我們所存在的想法上的差異，若只是以過往的標準衡量現在小朋友的需要，可能會造成某部分的溝通落差。教學需要在每一個 10 年的世代，去理出領導的風範跟作為，這是最困難的部分，我們在

認為他們做不到的時候，要如何與他們一起面對，協助他們突破瓶頸；要激發他們潛能、培養他們找到問題並訓練解決問題能力，這是教練團必須要去了解、改變跟徹底執行的部分。

為期 6 天的籃球夏令營順利結束，同學在結業式上開心的展現自己 6 天的活動成果，豐富有趣的課程，在結業式上有些學員也顯得依依不捨，他們感謝台電公司、感謝女籃隊，更謝謝朝夕相處的夥伴們，為自己開啓多采多姿的暑期生活！



▲ 為期 6 天的籃球營，希望能為參加的同學注入暑期假期的活力。