

# 國立臺南第一高級中學進修部運動成績優良學生單獨招生

本學年度首次以運動績優招生，將不受就學區限制，歡迎各國中提供招生日期、學生人數，本校將派員至貴校實施招生宣導。

## 一、學校簡介：

- (一) 學校面積近 8.5 公頃，運動設施完善，學生約 2000 人(2026 年)
- (二) 校訓：誠 Honesty、慧 Wisdom、健 Health、毅 Perseverance、美 Beauty
- (三) 學校地址：701005 台南市東區民族路一段 1 號(緊鄰國立成功大學及臺鐵臺南車站)
- (四) 學校電話：(06)237-1206#718
- (五) 校長：大家長教育名家廖財固博士

## 二、卓越特色：

- (一) 全臺首學、百年名校、淵遠流長、since1922。
- (二) 立足府城、人文薈萃、傑士輩出、寰宇遍布。
- (三) 友善校園、全人教育、溫馨關懷、自由平等。
- (四) 國際視野、宏觀多元、教育薰陶、放眼世界。
- (五) 師資卓越、學術超群、均衡發展、頂尖培育。

## 三、招生諮詢、報名聯絡：

- (一) 總教練王主恩老師，連絡電話 0938-393-381。  
[Email : Nicklovelove89@gmail.com](mailto:Nicklovelove89@gmail.com)
- (二) 學務創新人員廖欽崢老師，連絡電話 0958-657-060。  
[Email : military3@gm.tnfsh.tn.edu.tw](mailto:military3@gm.tnfsh.tn.edu.tw)

## 四、術科報名測驗日期：

- (一) 運動績優獨招報名日期：115 年 5 月 18 日至 5 月 20 日。
- (二) 運動績優獨招術科測驗日期：115 年 5 月 23 日。
- (三) 請各國中承辦人將相關資料填妥並 mail 本校招生人員。

校名	聯絡人職稱姓名	聯絡人電話	招生日期	學生人數	備考



國立臺南第一高級中學  
TAINAN FIRST SENIOR HIGH SCHOOL

橄欖球隊  
就讀

招募

卓越特色、全國首優



### 運動績優招生

#### 進修部運動績優招生 須參加術科測驗

國中應屆非應屆畢業、國中補校畢業、國中同等學力者，身強體健、對運動有濃厚興趣者、曾參加運動校隊、球隊者佳，意志堅強、願接受嚴格訓練、願兼顧學業、目標繼續升學者。

諮詢與報名聯繫：總教練王主恩老師 0938-393-381  
nicklove89@gmail.com

百年名校、卓越培育、學業不犧牲  
師資精良、課輔加強、升學有盼望  
生命教育、全人發展、品格陶冶佳

專業/教練/顧問/贊助資源 **全台最強**  
學費/雜費/住宿/週間膳食 **全額補助**  
原住民/中低收入清寒/特殊境遇家庭生  
**扶助資源優渥**

### 資源強大、全台第一

**球隊大家長——杜元坤教授**  
南一中傑出校友，義大醫院院長  
(神經顯微手術著名權威)

**球隊總教練——王主恩老師**

- 長榮大學 經營管理博士班
- 2019 亞運會 國家代表隊 選手
- 2017 亞運會 國家代表隊 選手
- 2014 仁川亞運 國家代表隊 選手
- 中國文化大學 運動教練碩士班/研究所  
(專業研究：運動員爆發力研究)
- 輔仁大學 競技系 體育組 (橄欖球隊 運動員 選手)
- 長榮中學 體育班 (橄欖球隊 運動員 選手)



球隊大家長杜元坤教授

#### 球隊 贊助支持

義大醫院院長 杜元坤 教授、南一中校友、  
球界前輩、產業先進、南一中

#### 球隊 獎助扶持

- 通過校友、企業、社會、學校、  
教育多方之資源與捐助支持
- 全額獎助學金，學費、雜費全免
- 住宿費用全免，週間膳食全免
- 視球隊資源酌情許可，另有按月零用金
- 原住民生、中低收入清寒生、  
特殊境遇家庭生，另有扶助資源



# 球隊超群特色

## 生活

- 球隊專屬宿舍，群體生活、如家氛圍、專屬生活輔導管理老師
- 週間三餐膳食全供應
- 生活作息時間嚴謹安排、自我管理訓練
- 培育優質之生命氣度、倫理、禮節、責任、自律與團隊能力
- 高度發展生命關懷、全人教育



## 學業

- 南一中之卓越優質師資、精良課程，全台第一
- 進修部之完整高中學程 (週間晚間)、不因球隊訓練荒廢學業，每日學業不缺漏、不犧牲，含生涯規劃與升學之輔導
- 週六課業輔導、英語加強特訓
- 畢業獲取國立臺南第一高級中學畢業證書，形象超群、有利升學

## 訓練

- 隊訓 - 週間白天完整之全時訓練、專業課程、國際規範、賽事規則、戰術薰陶、技術應用與指導、規則運用
- 專訓 - 有計畫、分階段之重量訓練、肌力提升、核心鍛鍊
- 特訓 - 體能、速度、反應、協調、爆發力



## 資源

- 專業總教練、球界前輩、國際裁判、技術顧問
- 訓練器材精良、個人裝備優質、訓練護具完善
- 台南市立橄欖球場標準球場、國家選手訓練中心教練指導
- 健康與醫療資源(運動員生理指標量測與紀錄、健康管理、運動員保健、運動防護、運動傷害醫療協助)
- 視資源與機會，發展國內外移地訓練、國際觀摩、國際競賽

## 學群

- 關懷球隊與球員之訓練、成長、升學輔導之大學群資源  
台北醫學大學、國立臺灣師範大學、國立臺灣體育運動大學、臺北市立大學、長榮大學等

