多元——探索體驗

除了訓練基本體能與技巧，本校體育團隊媒合國民運動中心引進多元的訓練與興趣課程，於寒暑假辦理水域活動及移地訓練，也辦理多項體育競賽活動，締造多元學習場域，增加各技能學習觸角，享受運動的樂趣。



班際跳繩



班際跳繩



班際排球



海洋教育



班際籃球



游泳課程



新南向計畫-泰國移地訓練

課業——適性均衡

忠孝體育班重視運動員多元發展及升學進路，規劃學期間及寒暑假課業輔導及賽後補課，落實訓練與課業均衡發展，整全地提升孩子的學習態度與學科能力。



績優團隊 體育班發展經營



課後學業輔導 精進學習成就



運動傷害防護觀念建立

選手進路

田徑 － 新北高工、錦和高中、三重高中、三重商工、丹鳳高中

舉重 － 清水高中、海山高中、安康高中

手球 － 海山高中、樹林高中

空手道 － 安康高中





新北市立忠孝國民中學



本校體育發展現況

理念目標：適性揚材，健康普及。
發展專項：田徑、桌球、舉重、空手道、手球
推廣成效：體育專業獲獎無數，並達到師生樂活，運動普及之風。

體育班熱烈招生中！

五月中開始報名，五月底招考！

若有相關疑問，歡迎電洽：

體育組長 (02)2963-1350*303

學務主任 (02)2963-1350*300

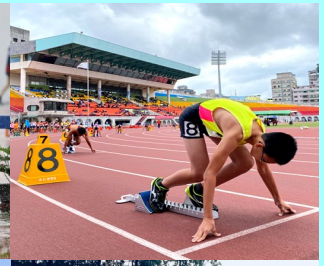
田徑——勇往直前

走跑、跳躍、投擲，忠孝田徑隊透過反覆練習精進技巧，即便是0.1秒、0.1公尺的進步，都是苦練後的甜美果實。



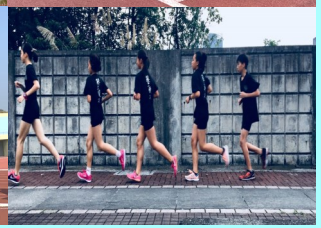
團結拼搏 爭創佳績





持之以恆





強身健體



超越自我 堅持到底

舉重——一舉成名

論是挺舉抑或抓舉，忠孝舉重隊扛起層層槓鈴，在無數次的蹲舉中，挺出體能的極限與精實，擎起生命的高度與霸氣。



抓舉 Snatch



獲獎無數 決戰全國

空手道——動如脫兔

巧妙地運用拳腳，忠孝空手道隊以最快的速度、最短的距離，結合力與美的武術精神，鍛鍊鐵的意志，成就健身修養的藝術。



氣勢對決 蓄勢待發



金牌教練 細心指導

桌球——乒無不勝

削、搓、擰、拉，一顆小球卻可以帶出千變萬化的技巧，忠孝桌球隊為每位選手打下扎實的基礎，帶領孩子攜手奮進，乒出榮耀。



專業師資 細心指導



團結一心 共創榮耀



全神貫注

手球——一球入魂

手球-球類運動之母，融合足球的模式、籃球的規則及擷攬球的身體碰撞，忠孝國中手球隊每位選手集速度、敏捷、力量於一身，在比賽中揮灑汗水只為「球」得勝利。



多元訓練



射門 Jumping shoot