

臺北市立懷生國民中學113年度暑期「桌球夏令營」實施計畫

- 1、 依據:依「臺北市公私立高級中等以下學校自辦學生假期休閒育樂活動營隊實施要點」辦理。
- 二、目的:為提倡正當休閒活動,展現青春活力,落實多元學習,藉由桌球訓練來提昇學生的體能,並促進其身體健康,進而培養學生桌球興趣與技能。
- 三、主辦單位:本校學務處。
- 四、活動日期:113年8月5~9日(一~五),上午09:00~11:00,共計五天。
- 五、參加對象:本校7年級新生、7升8年級學生。
- 六、參加人數:共錄取12~18人為限,未達10人不開班,新生保障名額10人,新生報名人數不足額時,得釋出名額錄取七升八學生。依報名先後順序錄取,額滿即截止。
- 七、上課地點:校本部地下一樓桌球教室。
- 八、師資:本校桌球教練吳逸翔擔任。
- 九、課程內容:

日期	星期	課程表	
		0900-1000	1000-1100
8月5日	一	開訓典禮 熱身做操 桌球基本動作 反手推練習	桌球基本動作 正手攻練習
8月6日	二	熱身做操 桌球基本動作 正反手結合練習(結合步伐) 左推右攻	桌球基本動作 左推右攻不定點練習
8月7日	三	熱身做操 桌球基本動作 反手切球練習	桌球基本動作 正手切球練習
8月8日	四	熱身做操 桌球基本動作 發球技巧教學與練習 接發球技巧教學與練習	桌球比賽規則講解 比賽練習
8月9日	五	熱身做操 分組比賽練習	成果驗收

十、報名資訊：

(一)活動費用：免費。

(二)報名時間：

1.七年級新生：即日起至7月19日(五)16:00，提前額滿即截止。

2.七升八學生：即日起至6月26日(三)16:00，提前額滿即截止。

(三)報名方式：報名表(如附件)可至學務處體育組領取或自行至本校校網下載。

報名表請繳交至學務處體育組或拍照上傳(限新生)。報名相關

事宜可洽體育組，聯絡電話27215078分機230。

※新生報名表上傳連結：<https://reurl.cc/GeGGx3>

或掃右方QR Code



(四)錄取公告：錄取名單將於7月31日(三)公告
網。

於本校校

十一、注意事項：

(一)報到時間：每日應於課程開始十分鐘(8:50)前抵達教室，第一天至校門一樓穿堂集合，其餘四天直接至桌球教室報到。

(二)攜帶用品：健保卡、水壺或杯子、球拍、毛巾、運動鞋及更換衣物。

(三)服裝規定：七年級新生著個人運動服，七升八學生請著本校運動服。

(四)上課規定：

1. 不得無故缺席、不遲到早退、遵守團體秩序，不與其他學生發生衝突。

2. 認真參與課程，一切活動以團體為主，依授課教師指示，專心遵守營隊紀律與秩序，專心學習。

3. 上課期間如遇天災以人事行政總處公告停班停課為準。

4. 活動期間遇突發狀況應立即向授課老師報告。

十二、經費來源：由校內相關經費支應。

十三、本計畫陳校長核示後實施，修正時亦同。

臺北市立懷生國民中學113年度暑期「桌球夏令營」

報名表暨家長同意書

《報名表》

學生資料			
學生身分	<input type="checkbox"/> 本校七年級新生	報到卡號	
	<input type="checkbox"/> 本校七升八學生	班級座號	
性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	姓名	
基礎	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有		
緊急聯絡人(監護人)			
姓名		關係	
聯絡電話		手機	
接送方式	<input type="checkbox"/> 家長親自接回 <input type="checkbox"/> 學生自行返家		
備註	特殊疾病或症狀 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有, 請說明:		

《家長同意書》

本人同意子女_____ (請填寫學生姓名)參加臺北市立懷生國民中學113年度暑期「桌球夏令營」活動, 並能督促子弟確實遵守活動相關規定。

此致
臺北市立懷生國民中學

學生簽名:

家長簽名:

中 華 民 國 113 年 月 日

請依活動計畫第十點報名資訊完成報名程序