

# 105 年度士林國中夏令營活動實施要點

一、活動名稱：歡樂藤球夏令營

二、活動宗旨：

- 1.推展藤球運動，充實國中學生假期生活，鍛鍊意志及強健體魄。
- 2.提倡正當休閒活動，體驗與分享團隊合作，挑戰自我增進自信。

三、依據：臺北市政府教育局 105 年 4 月 1 日北市教中字第 10533224200 號函辦理。

四、主辦單位：臺北市立士林國民中學

五、指導單位：臺北市政府教育局

六、活動時間：105 年 7 月 4~6 日(星期一 ~ 三)上午 8:30~11:30，共計 3 天。

七、活動地點：士林國中藤球場(臺北市士林區中正路 345 號)

八、實施方式：

九、參加對象：臺北市各公私立國中 104 學年度七、八年級學生。

十、參加名額：總計 25 名，名額有限依報名先後順序錄取，額滿為止。

十一、活動費用：

- 1.全程免費，由本校冬夏令營活動經費項下補助。

十二、報名方式：

1. 參加同學可至本校學務處親自索取，或網站下載報名表及家長同意書，於上述報名時間內填妥報名表，經家長或監護人同意後簽章，親自繳交至本校學務處。
2. 報名地點：臺北市士林區中正路 345 號，士林國中學務處
3. 報名時間：即日起至 6 月 30 日 16:00 止。

十三、凡活動期間表現優異者，結訓時將頒發獎品以資鼓勵。

十四、查詢電話：88613411 轉 310 (訓育組張宏嘉組長)

十四、本計畫奉校長核可、呈報臺北市政府教育局核備後實施，修正時亦同。

## 士林國中藤球夏令營活動課程配當表

**活動流程**：

日期	7/4	7/5	7/6
階段	認識藤球	容入訓練	進行比賽與觀摩
訓練內容	1.熱身運動 2.教導藤球認知 3.學習基礎動作 4.分組練習 5.小組對抗 6.容入遊戲 7.收操 8.小小世界盃	1.熱身運動 2.復習基礎動作 3.分組練習 4.小組對抗 5.容入遊戲 6.教導雙人藤球 7.比賽	1.熱身運動 2.復習基礎動作 3.分組練習 4.小組對抗 5.容入遊戲 6.教導三人藤球 7.國手表演賽觀摩 8.比賽

### 注意事項

1. 營隊時間、地點：105.7.4~6(星期一~三) 每日上午 08：30 於士林國中藤球場集合，遇雨集合地點為繁星樓一樓風雨廣場。
2. 攜帶物品：
  - (1) 服裝：輕便運動服、運動鞋
  - (2) **健保卡**、個人藥品、水壺、雨具、帽子、隨身小背包(放貴重用品)等。

### 備註：

- (1) 活動進行請隨時保管好自己的背包與相關物品。
- (2) 請勿攜帶貴重 3C 物品，如攜帶者需自行妥善保管，遺失者請自行負責。
- (3) 請勿攜帶危險物品、違禁品、不良刊物...等。

### 教練師資

#### 詹宇庭

臺北市立體育學院 體育與健康學系畢 主修藤球專長  
 2008 年~2016 年 中華民國藤球國家代表隊 隊長  
 2015 年~2016 年 日本職業藤球隊 隊員  
 2010 年~2016 年 臺北市立士林國中藤球隊 教練

# 報名表暨家長同意書

茲同意敝子弟 \_\_\_\_\_ 參加臺北市政府教育局主辦之士林國中籃球夏令營活動，能督促貴子弟確實遵守營隊規範，並注意自身安全，有不符合營隊要求規範者，願接受退訓處分，通知家長接回。

此致

士林國中

參加學生基本資料：

學校名稱 年、班	姓名	身份證字號	出生年月日(民國)	葷/素
				<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素
緊急聯絡人電話	緊急聯絡人(家長)姓名： (O)： (H)： 手機：			
聯絡住址				
身體特殊狀況	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有，請詳細寫明，以俾營隊工作人員注意，謝謝！			

學生簽章：\_\_\_\_\_

家長簽章：\_\_\_\_\_

中華民國

105 年

6 月

日