

臺北市立北政國民中學 106 年度「桌球夏令營」實施計畫

一、目的

- (一) 為提倡學生正當休閒體育活動，訓練手眼協調能力，激發孩子運動潛能，達成每位學生一人一運動技能之目的。

二、辦理單位

- (一) 主辦單位：臺北市政府教育局
(二) 承辦單位：臺北市立北政國民中學

三、活動時間：106 年 7 月 10 日(一)至 7 月 14 日(五)，共計 5 天。

四、參加對象：臺北市公、私立國中學生。

五、活動地點：北政國中康樂教室

六、招生人數：15-20 人(人數不足不予開班)

七、報名時間：106 年 6 月 19 日 08:00 至 106 年 6 月 23 日 16:00 截止。(錄取名額如超過規定人數，以本校七升八年級學生優先入取，剩餘名額抽籤決定。七升八年級同學以報名先後順序決定錄取名單)

八、課程內容：

	第一天 (7/10)	第二天 (7/11)	第三天 (7/12)	第四天(7/13)	第五天(7/14)
授課教師	范曉娟 老師	范曉娟 老師	范曉娟 老師	范曉娟 老師	范曉娟 老師
08:30 09:00	學員報到、運動 安全、暖身方 式教學	學員報到、運動 安全、暖身方 式教學	學員報到、運動 安全、暖身方 式教學	學員報到、運動 安全、暖身方 式教學	學員報到、運動 安全、暖身方 式教學
09:00 10:00	桌球基本觀念	正手擊球及發 球練習	基本動作 組合動作練習	雙打練習及移 位訓練	雙打練習及移 位訓練
10:00 11:00	桌球規則、球 員守則	球感揮拍	反手推檔及正 手揮拍	單打比賽	單打比賽
11:00 12:00	基本動作分析 講解	反手推檔	正手發下旋球	雙打比賽	雙打比賽

九、經費

- (一) 本活動所需經費由本校預算支應，不足額部分由參加學生自行負擔。
(二) 參加學生繳交新臺幣貳佰元整(含平安保險費、材料費等)，請連同報名表逕送本校訓育組。

十、報名方式：

- (一) 親自報名：106 年 6 月 19 日~23 日上班日親至本校學務處訓育組報名。
本校地址：臺北市文山區指南路三段二巷 14 號
聯絡電話：02-29393651#32
(二) 傳真報名：106 年 6 月 19 日~23 日 16:00 前傳真至本校學務處訓育組收。
傳真電話：29398411
報名表格可逕至本校網站『最新公告』下載
網址：<http://163.21.25.8/default.asp>

十一、繳交資料：(一)報名表 (二)家長同意書

十二、其他

- (一) 繳費後無正當理由者(如屬病假、喪假需由公立醫院或學校開立證明)，不予退費。
(二) 活動期間請攜帶健保卡及個人藥物。
(三) 參加學生請著原校運動服。
(四) 如遇天災或禽流感疫情等傳染性疾病，則通知營隊停課或不辦理，屆時會依規定辦理退費事宜。
- 十三、本計畫經 校長核可報請 教育局核備後公佈實施之，修正亦同。

**北政國民中學 106 年度「桌球夏令營」
報 名 表**

就讀學校		班級	年 班	出 生	年 月 日
姓 名		身分證字號		電 話	
通訊處					

**臺北市立北政國民中學 106 年度「桌球夏令營」
家 長 同 意 書**

本人同意子女 _____ 國中 _____ 年 _____ 班
學生 _____ 參加北政國中承辦 106 年度「桌球夏令營」活動，
嚴格要求其遵守活動規則，接受師長指導，並依規定繳交報名費新台幣
幣 貳佰元 整。

此致 北政國中學務處

家長簽名：_____

中 華 民 國 106 年 6 月 日

※經費：參加學生繳交新臺幣貳佰元整（含平安保險費、材料費等），請連同報名表逕送本校訓育組。

※報名方式：

（一）親自報名：106 年 6 月 19 日~23 日上班日親至本校學務處訓育組報名。

本校地址：臺北市文山區指南路三段二巷 14 號

聯絡電話：02-29393651#32

（二）傳真報名：106 年 6 月 19 日~23 日 16:00 前傳真至本校學務處訓育組收。

傳真電話：29398411

報名表格可逕至本校網站『最新公告』下載

網址：<http://163.21.25.8/default.asp>

※繳交資料：（一）報名表 （二）家長同意書