

臺北市立北政國民中學 108 年度「桌球冬令營」實施計畫

一、依據

(一) 臺北市政府教育局 107 年 12 月 18 日北市教中字第 1076076295 號函辦理。

二、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。

三、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

四、活動時間：108 年 1 月 21 日(一)至 1 月 25 日(五)，共計五天。

五、參加對象：臺北市公、私立國中學生。

六、活動地點：北政國中康樂教室。

七、招生人數：16 人/班。(人數不足不予開班)

(錄取順序以報名先後順序為主、結果公告於本校網站 <http://163.21.25.8/default.asp>)

八、報名時間：108 年 1 月 2 日 08:30 至 108 年 1 月 10 日 12:00 截止。

九、課程內容：

| | 第一天 (1/21) | 第二天 (1/22) | 第三天 (1/23) | 第四天(1/24) | 第五天(1/25) |
|---------------|------------------|------------|----------------|-----------|-----------|
| 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 | | | | |
| 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 |

十、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。

十一、報名方式：

(一)親自報名：108 年 1 月 2 日~10 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：108 年 1 月 2 日~10 日 12:00 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>

十二、繳交資料：(一)報名表 (二)家長同意書

十三、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。

十四、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 108 年度「桌球冬令營」
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 108 年度「桌球冬令營」
家長同書書

本人同意子女 _____ 國中 _____ 年 _____ 班 學生 _____
_____ 參加北政國中承辦 108 年度「桌球冬令營」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 108 年 1 月 日