

臺北市立北安國民中學 104 學年度暑期體育夏令營實施計畫

壹、依據：依臺北市教育局暑期夏令營實施計畫辦理。

貳、宗旨：

- 一、倡導健康性的暑期育樂活動，達成鍛鍊學生體能及培養運動樂趣之目的，養成終身運動習慣。
- 二、增進學生對射箭、桌球等 2 項目的技能及認知，為全民運動紮根。

參、招生對象：射箭、桌球有興趣之 國小 6 年級至國中 8 年級學生。

肆、招生人數：各項目招收 8 至 15 人（視報名狀況）。

伍、課程內容：如課程表。

陸、上課時間：105 年 7 月 11 日至 13 日每天上午 9：15～12：15。

柒、上課地點：射箭（本校射箭場）、桌球（桌球室）

捌、經費預算：教育局暑期夏令營經費補助，不足款由參加學生支付費用（皆包含保險費、教材）

1. 射箭夏令營：每人 600 元

2. 桌球：每人 100 元

玖、教學師資：由本校專長教師授課。

拾、報名辦法：即日起至 6 月 31 日中午 12：00 止，將報名表送至北安國中學務處或 E-Mail 報名，

活動相關訊息請參閱本校網站最新消息(<http://www.pajh.tp.edu.tw/>)。

E-Mail：ncaa4224@gmail.com（請來電確認 02-25333888-233 呂組長）

拾壹、本計畫經陳校長核可後實施，修正時亦同。

臺北市立北安國民中學 104 學年度暑期體育夏令營報名表

編號：_____

姓 名		性 別	
出生年月日		身分證字號	
就讀學校			
報名項目	☐ 射箭 ☐ 桌球		
聯絡方式	電話：_____ 手機：_____		
聯絡地址			
緊急聯絡人		電 話	

家長簽名：

臺北市立北安國民中學

射箭暑期育樂營課程表

	7/11	7/12	7/13
09:15 10:00	射箭運動介紹	基本動作練習	短距離練習
10:10 10:55	相關體能活動 遊戲	拉弓訓練	分組比賽
11:05 12:00	基本動作練習	綜合活動	分組比賽

臺北市立北安國民中學

桌球暑期育樂營課程表

	7/11	7/12	7/13
09:15 10:00	認識桌球	發球比賽	正手拍練習
10:10 10:55	球感練習	反手拍練習	綜合活動
11:05 12:00	球感練習	你來我往 綜合活動	分組比賽