

臺北市立長安國民中學107年度巧固球夏令營實施計畫

一、依據：臺北市政府教育局107年5月17日北市教中字第10734609800號函辦理。

二、目的：

（一）達成「生活體適能、體適能生活」之目的，結合校內 sh150校園推廣活動。

（二）推廣巧固球運動，增進青少年健康身心，倡導運動教育。

三、活動日期：107年7月2日至107年7月5日（星期一至星期四），共四天。

（第一梯次：上午8點至12點；第二梯次：下午1點至5點。）

四、參加對象：臺北市國小五升六、六升七及國中七升八年級學生，依報名先後順序，
每梯次各錄取20名。

五、活動費用：參加學生免費，相關費用由本校冬夏令營活動經費支應。

六、活動地點：長安國小操場、活動中心（由教練依課程內容決定）

七、活動內容：

（第一梯次）

日期	時間	課程內容	上課地點	授課教師
7/2 (一)	08:00~08:30	報到-開訓、相見歡	長安國中 二樓會議室	劉正利老師 方志玄組長
	08:30~09:50	巧固球運動介紹及規則講解、巧固球基本動作(傳接球)	操場 活動中心	劉正利老師
	10:00~12:00	巧固球基本動作及遊戲	操場 活動中心	劉正利老師
7/3 (二)	08:00~08:30	巧固球助跑射網與各種不同射網的動作	操場 活動中心	劉正利老師
	08:30~09:50	巧固球半場射網與防守比賽	操場 活動中心	劉正利老師
	10:00~12:00	基本陣型說明與演練	操場 活動中心	劉正利老師
7/4 (三)	08:00~08:30	巧固球比賽影片探討	操場 活動中心	劉正利老師
	08:30~09:50	巧固球5對5、7對7半場比賽戰術	操場 活動中心	劉正利老師
	10:00~12:00	巧固球球半場比賽	操場 活動中心	劉正利老師
7/5 (四)	08:00~08:30	巧固球隊形與演練	操場 活動中心	劉正利老師
	08:30~09:50	分組演練及模擬比賽	操場 活動中心	劉正利老師

	10：00~12:00	分組演練及模擬比賽 結訓、頒獎	操場 活動中心	劉正利老師
--	-------------	--------------------	------------	-------

(第二梯次)

日期	時間	課程內容	上課地點	授課教師
7/2 (一)	13：00~13:30	報到-開訓、相見歡	長安國中 二樓會議室	劉正利老師 方志玄組長
	13：30~14:50	巧固球運動介紹及規則講解、巧固球基本動作(傳接球)	操場 活動中心	劉正利老師
	15：00~17:00	巧固球基本動作及遊戲	操場 活動中心	劉正利老師
7/3 (二)	13：00~13:30	巧固球助跑射網與各種不同射網的動作	操場 活動中心	劉正利老師
	13：30~14:50	巧固球半場射網與防守比賽	操場 活動中心	劉正利老師
	15：00~17:00	基本陣型說明與演練	操場 活動中心	劉正利老師
7/4 (三)	13：00~13:30	巧固球比賽影片探討	操場 活動中心	劉正利老師
	13：30~14:50	巧固球5對5、7對7半場比賽戰術	操場 活動中心	劉正利老師
	15：00~17:00	巧固球半場比賽	操場 活動中心	劉正利老師
7/5 (四)	13：00~13:30	巧固球隊形與演練	操場 活動中心	劉正利老師
	13：30~14:50	分組演練及模擬比賽	操場 活動中心	劉正利老師
	15：00~17:00	分組演練及模擬比賽 結訓、頒獎	操場 活動中心	劉正利老師

八、報名：

(一) 時間：即日起至107年6月22日(五)截止。

(二) 方式：

- 團體報名：採各校統一報名方式，家長同意書請各校留存、報名表請以團體報名表格造冊後逕送市府聯絡箱188長安國中學務處訓育組，按報名先後順序錄取。
- 個人報名：報名表及家長同意書請以電子郵件寄至
fcs5888@yahoo.com.tw 方志玄組長。
- 個人及團體報名表、家長同意書如附件。

(三) 聯絡人：本校訓育組長方志玄或體育組劉正利老師。

(四) 電話：(02) 25112382分機105 (訓育組)、121 (體育組)。

(五) 地址：臺北市中山區松江路70巷11號

(六) 相關訊息請參考長安國中學校網站，網址：<http://www.cajh.tp.edu.tp>。

九、經費：

由本校冬夏令營活動經費支應。

十、注意事項：

(一) **本校夏令營活動部分為室外露天場地，若無法接受者，請勿報名參加。**

(二) 開訓第一天請著運動服裝至本校二樓會議室報到，其他天服裝由負責老師規定。

(三) 每日準時參加活動，活動結束即返家，請注意安全。

(四) 攜帶物品力求簡便，水壺、健保卡、紙筆、雨具、個人藥品、現金(100元以內)

(五) 全程參與活動者，核發結訓證書。

十一、本實施計畫陳校長核准後實施，修正時亦同。

家長同意書

茲同意敝子弟 _____年_____班 座號_____ 姓名_____參加貴校舉辦之巧固球夏令營第（ ）梯次活動，並於107年6月22日以前繳回家長同意書，以利活動之安排，同時願意遵守營隊活動各項規定。

此致

_____國中(小)學生家長簽章：

聯絡電話：

地 址：

中華民國 107 年____月____日

-----✂-----✂-----

臺北市立長安國民中學107年度巧固球夏令營報名表（個人）

參加項目		學校		班 級	年 班
姓 名		監 護 人		監 護 人 聯 絡 電 話	
性 別		生 日	年 月 日	緊 急 聯 絡 人	
				電 話	
身分證字號					
其他聯絡電話	(請務必詳細填寫以俾利聯絡)				
通訊地址	(請務必詳細填寫以俾利聯絡)				

※個人報名表及家長同意書請各校留存。

臺北市立長安國民中學107年度巧固球夏令營報名表（團體）

活動日期：107年7月2日至7月5日（週一~週四）四天

第一梯次：上午08：00-12：00

第二梯次：下午01：00-05：00

學校			聯絡人			參加營隊	巧固球	
			電話					
編號	姓名	年級	性別	生日	身份證字號	聯絡電話	家長姓名	報名梯次
1						(h) (手)		
2						(h) (手)		
3						(h) (手)		
4						(h) (手)		
5						(h) (手)		
6						(h) (手)		

承辦人員：

學務主任：

校 長：

※ 個人報名表及家長同意書請各校留存。

※ 表格不足請自行增列，請各校以團體報名表造冊後送至本校。

※ 請各校承辦人員確實填寫各欄資料，俾利安排後續活動。