

臺北市立士林國中115年度『羽球』夏令營活動實施要點

一、活動名稱：士林國中羽球暑期夏令營

二、活動宗旨：

1.推展羽球運動，充實國中小學生假期生活，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 114學年度行事曆廣續辦理暑期營隊活動

四、主辦單位：臺北市立士林國民中學

五、協辦單位：Orion Game

六、指導單位：臺北市政府教育局

七、活動時間：115年7月8日至7月10日，下午 13:00-15:00，共計 3 天

八、活動地點：士林國中騰雲館(臺北市士林區中正路345號)

九、活動內容：

時間	7月8日	7月9日	7月10日
13:00~13:20	相見歡 暖身操時間	動態暖身操	動態暖身操
13:20~13:50	基本握拍教學 球感練習	正反手挑球 小球教學	正手發球練習
13:50~14:20	平球、高遠球 教學與練習	前後移動與 技術練習	比賽規則教學 示範比賽
14:20~14:50	分組趣味競賽	分組小比賽	綜合對打練習 比賽體驗
14:50~15:00	收操、伸展	收操、伸展	收操、伸展 課程總結

(P.S.依照學員程度進行分組，並調整訓練時間與項目比例)

十、參加對象：114學年度升四到升九年級之公私立國中、小學生，歡迎有校隊基礎之學生。

十一、參加名額：總計30名，名額有限依報名先後順序錄取，額滿為止。

十二、活動費用：酌收500元報名費(包含耗材、教練及雜支費用)。

十三、報名方式：

■網路報名：點選以下網址或掃描 QR-Code，進入士林國中夏令營報名系統進行報名。

★夏令營報名系統網址 <https://forms.gle/fsEphyV432fkW74V7>



★夏令營報名系統 QR-Code

★報名時間：115年5月20日起115年6月26日 16:00止(若額滿則提前公告截止)。

十四、查詢電話：8861-3411轉310，311(學務處張宏嘉組長、何采璇幹事) 或林昆達教練
(0952897937)

十五、注意事項

1. 報名錄取後，第一天報到因故無法參加者，請提前告知。若無故缺席，將不得參加後續之活動。另外本校得列備取名額，由備取名額遞補之
2. 本次夏令營活動期間請假、遲到或缺課者不予補課，亦不退費，敬請見諒。
3. 請於營隊指定時間(7/8-10下午13:00)前於本校騰雲館集合報到。
4. 攜帶物品：輕便運動服、運動鞋、健保卡、個人藥品、水壺、雨具、帽子、適量口罩、隨身小背包(放貴重用品)等，羽球拍可自備，現場也可以借用。
5. 備註：活動進行請隨時保管好自己的背包與相關物品。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。請勿攜帶危險物品、違禁品、不良刊物...等。

十六、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。