

臺南市立白河國中 113 年桌球夏令營計劃



一、目的：

- (一) 藉由桌球團練活動，拓展生活體驗，進而完成自我實現。
- (二) 透過團體教學，加強團隊紀律與禮貌教育，增進人與人之間的互動關係。
- (三) 透過活動體認運動的價值，正視其重要性，進而培養正當休閒運動習慣。
- (四) 打桌球的優點：
 - 1、可預防近視、提升專注力、訓練手眼協調及感官能力。
 - 2、利用桌球運動，加強團隊紀律與禮貌教育，以球會友。
 - 3、透過體驗及樂趣培養桌球專長，若有參賽紀錄對未來升學有益幫助，多一個升學管道。

二、主辦單位：臺南市體育局、張世賢議員服務處、白河國中學務處。

三、招生對象：國小一至六年級學生。

四、活動梯次：

第一梯次	7月15日(星期一)~7月19日(星期五)，5天，早上8:30-11:30
第二梯次	7月22日(星期一)~7月26日(星期五)，5天，早上8:30-11:30
第三梯次	7月29日(星期一)~8月2日(星期五)，5天，早上8:30-11:30
第四梯次	8月5日(星期一)~8月9日(星期五)，5天，早上8:30-11:30
第五梯次	8月12日(星期一)~8月16日(星期五)，5天，早上8:30-11:30

同梯次的下午時段是國中生練球時間，若家長有國小生照顧需求，可以另外說明，留在白河國中用餐、午休並繼續練球至下午4-5點，但需額外繳交午餐費，一天70元。用餐以及睡午覺請至前棟明德樓4樓k書中心。

五、訓練費用：

- (一) 每一梯次繳費200元。報名兩個梯次400元，以此類推。
- (二) 五梯次都報名者，繳交1000元，除不可抗拒因素請假外，報名五梯次且全勤者贈送一支專業桌球拍，市價1800元。
- (三) 學員繳交的繳費將用於保險費、購買一件團體運動排汗衫以及運動器材費。

六、活動地點：白河國中室內球場。

七、指導教練：許振揚教練、陳以杰教練及具有桌球專業之教練。

八、報名流程：即日起至113年6月14日(五)下午16:00止，線上報名或請將報名紙表繳交至學務處

九、相關問題請洽詢聯絡人：黃欣怡 學務主任 6852067 轉 201。

line: sunshine1023huang

十、注意事項：

- (一) 報到時間：每日應於課程開始前5分鐘，8:25前抵達室內球場
- (二) 學員因故無法前來球場，請家長親自line或電話告知教練，以利營隊掌握出席人數
- (三) 攜帶用品：健保卡、水壺、桌球拍、毛巾、運動鞋及更換衣物。
- (四) 上課規定：
 1. 不得無故缺席、不遲到早退、遵守團體秩序，不與其他學生發生衝突。
 2. 認真參與課程，一切活動以團體為主，依授課教練指示，專心學習。
 3. 上課期間如遇天災以政府公告停班停課為準。教練或學校有公務辦理，也停止練習。
 4. 活動期間遇突發狀況應立即向教練報告。

十一、本計畫奉核後實施，修正時亦同。

白河國中桌球隊熱烈招生，歡迎加入我們，和我們一起「乒」出夢想！



臺南市立白河國中 113 年桌球夏令營報名表

茲同意

子女(學員姓名) _____ 就讀 國小 年 班

參加白河國中 113 年桌球夏令營

請勾選參加的梯次

	第一梯次	7月15日(星期一)~7月19日(星期五), 5天, 早上8:30-11:30
	第二梯次	7月22日(星期一)~7月26日(星期五), 5天, 早上8:30-11:30
	第三梯次	7月29日(星期一)~8月2日(星期五), 5天, 早上8:30-11:30
	第四梯次	8月5日(星期一)~8月9日(星期五), 5天, 早上8:30-11:30
	第五梯次	8月12日(星期一)~8月16日(星期五), 5天, 早上8:30-11:30

每一梯次繳費 200 元。報名兩個梯次 400 元, 以此類推。

五梯次都報名者, 繳交 1000 元, 除不可抗拒因素請假外, 全勤者贈送一支專業桌球拍, 市價 1800 元。

家長簽名：

聯絡電話(日)

(手機)

- 有經濟弱勢相關證明, 並提供紙本證明者, 得免繳交報名費用。
- 需請學校代購桌球拍
- 有國小生照顧需求, 月 日 ~ 月 日, 故下午需留在白河國中繼續練球, 願意額外繳交午餐費, 共計 元。(用餐以及睡午覺請至前棟明德樓 4 樓 k 書中心。)