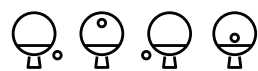


歡迎加入崇學桌球隊



桌球是眾多運動中，運動傷害相對較少的項目，益處在於可訓練大腦神經反應、提升敏捷協調性、增強心肺功能及調節視力，是非常適合終生學習的運動。另外，以球會友時，除了運動家精神展現外，還能提高社交能力與自信。

球隊訓練不同於一般社團的訓練方式，是以培訓選手為目的，訓練過程有強度、難度，過程較辛苦，目的是為了讓孩子擁有更強的技術、戰術及體能，才能代表學校出賽爭取榮譽。教練期許進入崇學桌球隊的孩子，在團隊訓練中培養獨立思考、自主學習精神，更重要的是保持良好的品格素養，面對挫折能轉化為動力，在潛移默化的學習過程中，能成為有禮貌、球技佳的選手。

「自發、互動、共好」是108課綱中的基本理念，加入崇學桌球隊的孩子們，亦是課綱理念的實踐者。竭誠歡迎大家加入崇學桌球隊的行列！

- ▶ 招生對象：本校一~三年級對桌球有興趣之學生，女生尤佳，四~六年級者，需有桌球基礎。
- ▶ 報名方式：110年9月7日(二)前，請填妥報名表交至學務處體育組，9/13日(一)正式上課。
- ▶ 指導教練：金珮嬋(亮金金) 教練 (台南大學體育系碩士、桌協B級教練)。
- ▶ 上課時間與費用 / 上課地點：崇學館後方桌球區。

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	費用
▶ 低年級	14:00~16:00 星期一、三、四、五也可上到17:30，每週上課總時數：9.5小時(或15.5小時)	16:00~17:30	14:00~16:00	14:00~16:00	14:00~16:00	2000/月(時間到16:00) 2300/月(時間到17:30)
▶ 中年級	16:00~17:30 每週上課總時數：11.5小時	16:00~17:30	14:00~17:30	16:00~17:30	14:00~17:30	2200/月
▶ 高年級	16:00~17:30 每週上課總時數：9.5小時	16:00~17:30	14:00~17:30	16:00~17:30	16:00~17:30	2000/月

- 入隊費：1000元（一次性收費），同一家庭有多位成員加入（親兄弟姊妹），月費第一位原價，第二位每月減收200元。
- 午休照顧時間：12:40-13:20寫作業，13:20-14:00午睡，費用另收：低年級300元/月 中年級200元/月 高年級100元/月。

★ 課程諮詢：0921-275-555 (金教練) 或加 Line id:sunjet ★

電話若無人接聽，為教練上課中，請留言，將撥空回覆，感謝！

■ 注意事項：

1. 報名人數若超過預定，需進行體能、反應速度等測試來甄選（測試內容與日期將另行通知），四~六年級者，教練會進行桌球對打測試。
2. 遇國定假日、期中、期末考前一日、學校使用場地等情況，則停練。
3. 上課請自備球拍，無球拍者可加購，加購價1000元（球拍為台灣製，優質標準球拍），請務必穿著運動服、球鞋、自備水壺、毛巾、替換服裝。
4. 校隊隊員，不得無故缺席訓練及對外比賽，因故未參加訓練、比賽，應事先請假。
5. 參加校隊期間，不得無故退出，學業成績明顯退步或品德不佳，學校得隨時取消該生校隊資格。
6. 校隊參加校外比賽，獲得名次或表現優良，得給予適當獎勵。
7. 請家長留意孩童身體狀況，如有氣喘等無法激烈運動者，須慎重考量或告知。

學生姓名： _____ 班級： _____ 年 班 號

學生身份證字號（比賽保險用）： _____ 性別：☐男 ☐女

☐ 加午休照顧（低年級300元/月 中年級200元/月 高年級100元/月） ☐ 加購球拍（費用1000元）

家長姓名： _____ 聯絡電話： _____ 家長Line ID： _____

特殊疾病與注意事項：☐無 ☐有： _____ 家長簽名： _____

★ 請於110年9月7日(二)填妥報名表交至學務處體育組，9/13日(一)正式上課，感謝 ★