



中正國中羽球隊招生簡章暨報名表



一、目的:推展全民運動，提升本校學生羽球技能，提倡正當休閒活動，增進學員五育均衡發展。

二、招生對象:113 學年七年級新生

三、報名方式:線上報名或紙本「甄選報名回條」

報名表



四、報名日期:1.線上報名即日起至 113/6/28 晚間 23:59 前。2.紙本報名即日起至 113/6/28 下午 5:00 前將「甄選報名回條」繳交至體育組高玉娟老師)

五、測驗日期、地點及項目

1. 113/7/4 週四下午 2:30 至學校活動中心二樓羽球場參加測驗

2. 測驗項目為基本協調能力測試(30 秒左右摸線)、一分鐘跳繩、擊球能力測試(請自備球拍、跳繩，請穿運動服裝、短褲、自備茶水、毛巾)

六、指導教練連絡電話:楊士緯教練 電話:0981-619993 LINE ID:a23169716

七、球隊訓練計畫

1. 錄取者，可參加今年暑假訓練:日期:7/8~8/23 為期七週訓練;

時間:14:30~18:00;訓練地點:活動中心二樓〈羽球場〉

2. 開學後訓練時間:(1)七、八年級社團時間:15:00~16:00(2)週一、三、五 16:30~19:30(3)週六早上 8:00-10:00

3. 訓練課程:依學生程度給予分層訓練(1).體能訓練(2).認識羽球(3).控球訓練(4).基本訓練(5).進階訓練(6).高階訓練(7).認識比賽規則(8).參與校外比賽(9).教練比賽指導

請沿虛線剪下

中正國中羽球隊甄選報名回條

(請於 2024.06.28 前繳交至體育組高玉娟老師)

學生姓名:_____ ☐男生 ☐女生 國小就讀學校_____

☐已詳閱報名簡章。確定學生未患有身心障礙、氣喘、心臟疾病、癲癇、糖尿病等各類不適合體育訓練之病史。同意經錄取後願意遵守球隊管理，須參加校隊相關集訓及比賽，有義務(含寒暑假)接受學校老師安排及嚴格之訓練。

家長簽名:_____ 聯絡電話:_____