



中正國中羽球隊第二次招生簡章暨報名表

- 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：本校 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」

1、 線上報名即日起至 113/8/2 晚間 23:59 前。



報名網址:

https://docs.google.com/forms/d/12_vzWJgbJp4abpUIKFhTLMWQqTC98s-GRr51kDM3ZSc/edit

- 2、 紙本報名即日起至 113/8/2 平日下午 2:00-5:00 將「甄選報名回條」繳交至活動中心二樓羽球場楊士緯教練。)

四、 測驗日期、地點及項目

1. 113/8/5 週一下午 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)

五、 指導教練連絡電話: 楊士緯教練 電話:0981-619993 line: a23169716

六、 球隊訓練計畫

1. 錄取者，可參加今年暑假訓練:日期:8/6~8/23 為期三週訓練；
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

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：_____

