臺北市立北投國中2024熱血北投

暑期棒球夏令營來囉

一、活動目的：

(一)提倡北投地區少年棒球運動風氣，擴增基層棒球規律運動人口。

(二)透過規律運動，促進學生均衡發展，增進國民身心健康，並倡導正當體育休閒運動，增加棒球運動人口。

二、主辦單位：臺北市政府教育局。

三、承辦單位：臺北市立北投國民中學。

四、參加對象：本市國小三～六年級學生。

五、參加人數：上限30名(依報名先後順序錄取，10人以上成班)。

六、活動日期：總共兩梯次

第一梯次：7月1日至7月5日

第二梯次：7月8日至7月12日

七、報名日期：即日起至113年6月26日（三）

八、報名地點：臺北市立北投國中（112台北市北投區溫泉路62號）

02-28912091＃304 聯絡人：陳志遠 組長

九、報名方式：填寫報名表及家長同意書【附件二】以郵寄、傳真（2892-5019）

及連絡箱方式送至204北投國中體育組或E-mail至**t100@ptjh.tp.edu.tw**

十、活動費用：參加學生酌收1,000元於報到當天繳交（包含保險費），其餘費用由教育局補助夏令營相關經費支應。

十一、活動地點：臺北市立北投國中操場、打擊練習室

十二、活動內容：請參閱【附件一】、【附件二】

十三、注意事項：

（一）7/1（一）下午14:00~14:20請著運動服裝至北投國中操場報到。

（二）每日準時參加活動，活動結束即返家，請注意安全。

（三）當日如需請假，請來電告知，電話：28912091分機304

（四）攜帶物品力求簡便，健保卡、水壺、毛巾、帽子、防曬。

（五）活動期間請穿著運動服及運動鞋。

（六）參加學生請假不逾總時數三分之一，始核發結訓證書。

十四、活動相關訊息請上本校網站查詢或請洽北投國中棒球隊粉絲頁。

十五、本實施計劃經校長核可，臺北市政府教育局核准後實施，修正時亦同。

****

**【附件一】**

**臺北市立北投國中2024熱血北投**

**暑期棒球夏令營課程表**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 時間日期 | 14:00~14:20 | 14:30~15:20 | 15:30~16:20 | 16:30~17:00 |
| 【星期一】 | 報到  棒球及球場禮儀 | 運動安全  認識身體肌肉  簡易體適能 | 棒球基本規則  基本傳接球 | 活動統整  按摩收操 |
| 【星期二】 | 樂趣化暖身  協調性體適能 | 全壘打王  打擊練習 | 棒球基本規則  小組對抗 | 活動統整  按摩收操 |
| 【星期三】 | 樂趣化暖身  敏捷性體適能 | 最佳美技  守備練習 | 棒球基本規則  小組對抗 | 活動統整  按摩收操 |
| 【星期四】 | 樂趣化暖身  爆發性體適能 | 王牌投手  棒球投手練習 | 棒球基本規則  簡易比賽 | 活動統整  按摩收操 |
| 【星期五】 | 樂趣化暖身  平衡體適能 | 綜合技能練習 | 投打對決 | 活動統整  按摩收操 |

※參加本項活動需穿著運動衫、運動鞋。

※可攜帶自己的手套，也可使用學校準備的手套。

**【附件二】**

**臺北市立北投國中2024熱血北投棒球夏令營報名表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 學 校 |  | 班 級 | 年 班 | 座 號 |  |
| 姓 名 |  | 監護人 |  | 監護人  聯絡電話 |  |
| 血 型 |  | 生 日 | 年 月 日 | 緊急聯絡人 |  |
| 手機電話 |  |
| 身分證字號 |  | | | □第一梯次7/1-5  □第二梯次7/8-12 | |
| 其他聯絡電話 |  | | | | |
| 通訊地址 |  | | | | |

------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**家 長 同 意 書**

茲同意本人子弟 年 班 座號 姓名 參加北投國中舉辦之**熱血北投棒球夏令營，**並於6月26日（三）以前繳回家長同意書，以利活動之安排，同時願意遵守研習活動各項規定。

家長簽章：

聯絡電話：

地 址：

中華民國113年 月 日