

新北市板橋區後埔國民小學 115 學年度桌球培訓隊招生報名表

親愛的家長您好：

本校桌球隊提供孩子培養運動專長的機會，透過規律的訓練中養成小朋友運動的習慣、並在磨練及比賽中建立運動家之精神，期盼您能讓您的小孩能加入我們的行列。

壹、球隊教學目標及內容：

- 一、教學目標：培養小朋友運動的習慣及競技技巧、提升自信心與團隊向心力。
- 二、課程內容：桌球基本功、基礎體能、專注訓練。

貳、師資：起點乒乓外聘教練群

參、招生名額：

- 一、預計招收一年級新生 30 人，與二至六年級舊生依程度分組訓練。
- 二、報名人數若超過原定名額，將透過抽籤方式決定錄取人員。

肆、訓練時間：

- 一、每週安排外聘教練進行早自習及課後之固定訓練時間，惟加強訓練屬非固定訓練時段，實為因應賽前增加的練習時數，以達到量與質的提升。
- 二、平日上課中午時段由外聘教練協助學生於校內用餐、午休及習寫作業。
- 三、各年級學員因個別因素，練習時段無法依表訂時間全時參與，請告知教練無法練習的時間，以利教練調整訓練方式。

星期時間	一	二	三	四	五	六
07:40 08:30 (1 節)	低、中、 高年級	低、中、高 年級	低、中、高 年級	低、中、 高年級		加強訓練 (由教練 依訓練需 求調整)
12:00 14:00	午餐午休 習寫作業		午餐午休 習寫作業	午餐午休 習寫作業	午餐午休 習寫作業	
14:00 16:00 (2 節)	低年級		低、中 高年級	低年級	低、中年級	
16:00 18:00 (2 節)	低年級安排寫功課或練習發球機					
	中高年級	中高年級	中高年級	中高年級	中高年級	

伍、訓練地點：本校桌球室

陸、收費方式：

- 一、桌球隊已委託起點乒乓協助管理。費用由參加學生平均分攤，每月月費 4000 元(不含冷氣費用，冷氣使用費另計)。
- 二、每月 15 日前將月費匯入起點乒乓帳戶。

柒、配合事項：培訓隊學生應配合參加各級官方主辦之賽事，如遇訓練及比賽無法參加的時段可向教練請假，但不另行退費。訓練過程中無法配合並影響團體運作，由教練團開會決議後通知學生是否繼續參加球隊(退隊時，已支用之耗材費不予退還)。

新北市板橋區後埔國民小學 115 學年度桌球培訓隊報名表

學生姓名				聯絡電話			
年級		班級		性別		出生年月日	
同意書 本人同意子女參加後埔國小桌球培訓隊，且願意督導子女遵守團體規約。 家長簽名：							
				年	月	日	