

110 年田中高中智勇雙全文武兼修-運動學習營簡章

一、目的：運用校內體育場地與設備資源，針對彰南區國中部學生辦理運動營課程，透過運動學習營之適性課程，讓學生實作經驗不同種類之挑戰型、競爭型、表現型等運動項目，提升學習成效。培養終身運動習慣並發掘運動人才引導就近入學，增加本鄉鎮就近入學率。

二、主辦單位：彰化縣立田中高中教務處

三、承辦單位：彰化縣立田中高中體育組

四、參加對象：均質化社區合作國中學生與田中高中校內國中生(交通不便之學校可指派交通車到校接送)

五、營隊日期及活動人數：

(一)場次一：110 年 12 月 08 日(三)8：00~12：00 辦理半日營隊課程，課程總人數至多 40 人。

(二)場次二：110 年 12 月 10 日(五)8：00~12：00 辦理半日營隊課程，課程總人數至多 40 人。

(四) 各校報名請以同一場次為主。

六、活動地點：景崧文化園區

七、報名及方式：

(一)110 年 11 月 16 日前請欲報名國中電洽田中高中體育組莊旻君老師報名學生人數(每校人數至多 40 人)，電話 04-8745820 轉 1317，並彙整報名表 word 檔請寄至 es0129@chc.edu.tw。

(二) 費用：免費

八、營隊課程內容

(一)活動流程：

| 時 間 | 內 容 | 人 員 | 地 點 |
|-------------|---------------------------------|---|-----------------------------------|
| 8:00~8:15 | 集合 | | 景崧文化園區 |
| 8:15~8:30 | 環境介紹、分組 | | 景崧文化園區 |
| 8:30~11:30 | 運動營課程項目 田徑 武術 射箭 籃球 | 宋欣怡 陳煒強 謝昊融 莊旻君 簡筱婷 葉利文 李昆沅 | 景崧文化園區 (龍江館) (武術場) (射箭場) |
| 11:40~12:00 | 賦歸 | 國中端 帶隊老師 | |

(二) 課程說明：

| 項目 | 內容 |
|----|---------------------------------------|
| 田徑 | 體能訓練、速度與爆發力訓練 |
| 射箭 | 轉手訓練、橡皮帶訓練+放箭練習、木弓練習、搭箭伸展練習、短距離練習 |
| 籃球 | 基本動作(原地運球、移動式運球、各項傳球、移動式導傳) 各項防守步伐 |
| 武術 | 步法練習、散打基本動作練習、空手技法、腿擊技法、護身術、套路隊練 |

※備註：運動項目與內容視報名人數進行增減調整。

九、注意事項：學員上課時請穿著運動服、運動鞋以及攜帶水壺。

十、洽詢專線：田中高中體育組莊旻君老師 04-8745820 轉 1317。