

# 臺北市敦化國小 114 學年度桌球隊預備隊員徵選說明

壹、徵選對象：本校一、二年級男、女學生。

貳、報名方式：於 9 月 5 日(五)12：00 前，將回條繳交至學務處體育組。

參、徵選時間：9/9 (二) 08:00 ~ 08:40。

肆、徵選地點：本校至忠樓桌球教室 B1F。

伍、徵選項目：(一)手眼協調—徒手接球 (二)折返跑測試。

陸、經錄取後，球隊團練時間：

週一、二、三、四、五	早自修	07:40 ~ 08:40
週一、二、四、五	課後	16:15 ~ 17:45
週三	下午	13:30 ~ 15:30
週六	上午	09:00 ~ 12:00



柒、師資：外聘專業教練小班教學，師生比約 1：10。

捌、費用：依本校球隊管理辦法核計收費，每學期收費 13,000 元。

球拍請自備，亦可請教練代購。

玖、桌球運動之特點：

➤ 生理：運動強身、身體敏捷、良好生活習慣、增進體適能。

➤ 心理：培養專注力、挫折容忍力、調節身心狀態、培養終身運動之興趣。

運動醫學研究指出最能促進腦部發育與智力發展的運動是桌球；另外，桌球運動亦是視力不良學童建議採用的最佳視力訓練活動。

拾、注意事項：

一、限於訓練人力，低年級隊員合計招收 40 人。若報名人數超額，以舊生為優先，新生則依甄選結果將於 9/10(三)校網公告錄取名單。(尊重專業，教練團保有最終決議權)

二、桌球隊隸屬學校代表團隊，集合校內、外教育資源培訓本校學生，除代表學校對外比賽外，亦具推廣基層運動風氣之功能；因此，加入本團隊之學生請勿無故中途退隊，中途退隊不另行退費，亦不得再重新申請加入。

三、學期中，出缺席及訓練情況，將作為日後正式隊員名單之參考，請積極配合練習。

---

敦化國小桌球隊報名回條

(請於 9 月 5 日前繳交給桌球隊教練或學務處體育組)

學生班級：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

家長手機：\_\_\_\_\_ 家長簽章：\_\_\_\_\_