

# 臺北市立北安國民中學 110 年度射箭寒假育樂營活動實施計畫

壹、依據：依據本校 109 學年度寒假行事曆辦理。

貳、宗旨：

一、倡導健康性的暑期育樂活動，達成鍛鍊學生體能及培養運動樂趣，養成終身運動習慣。

二、增進學生對射箭運動項目的技能及認知，為全民運動紮根。

參、招生對象：對射箭運動有興趣之國小五、六年級及國中新生七年級及七升八年級，皆可報名參加。

肆、招生人數：各項目招收 7 至 15 人（視報名狀況）。

伍、課程內容：如課程表。

陸、活動時間：110 年 01 月 25 日(一)至 01 月 27 日(三)，上午 9：00~12：00。

柒、活動地點：本校射箭場

捌、活動費用：每人 600 元(皆包含保險費、教材)。

(教育局暑期育樂營經費補助，不足款由參加學生支付費用)。

玖、教學師資：由本校專長教師授課。

壹拾、報名辦法：即日起至 1 月 20 日(星期三)中午 12：00 止，請上北安國中網站最新消息下載報名表(<http://www.pajh.tp.edu.tw/>)。填妥後繳交報名表及報名費至學務處體育組。

壹拾壹、本計畫經陳校長核可後實施，修正時亦同。

## 臺北市立北安國民中學 110 年射箭寒假育樂營活動報名表

編號：\_\_\_\_\_

姓 名		性 別	
出生年月日		身分證字號	
就讀學校			
報名項目	射 箭		
聯絡方式	電話：		手機：
聯絡地址			
緊急聯絡人		電 話	

家長簽名：\_\_\_\_\_

## 臺北市立北安國民中學 110 年射箭寒假育樂營課程表

時間 \ 日期	1/25	1/26	1/27
09:10   10:00	射箭規則 及 安全事項說明	基本動作練習	短距離射箭
10:10   10:55	射箭運動介紹	拉弓訓練	分組比賽
11:05   11:55	基本動作練習	綜合活動	分組比賽