**新竹市香山區虎林國民小學桌球課後班低年級報名表**

親愛的家長您好：

本學期的桌球課後班將在8/30(二)開始上課，感謝家長們長期的支持與肯定，本球隊有多名教練，協助指導練習，詳細內容如下表。桌球運動速度快、變化多，可訓練學生的視力、體能、反應、挫折容忍力、敏捷度及思考判斷能力，並可結交益友、拓展人際關係，培養團隊精神。本校球隊希望推廣學童運動觀念，進而協助學校發掘選手，組織桌球隊，為虎林在全國的賽場上爭光，敬請家長能夠支持。

專任運動教練黃煜軒敬上

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時 段 | 費用（元） | 說明 |
| 12:40-17:30 | 2000 | * 12:40-14:00為寫作業時間(教練義務陪伴)。   14:00-17:30為桌球技術訓練(中間休息20分)。   * 定期評量前一天、學校特殊活動、學生出賽期間及天氣等不可抗力因素停止訓練。 * 星期二練習時間為16:00-17:30。 * 訓練師生比約1:12~15。 * 因採月費，如要請假或提前離開請事先告知，無法全程參與訓練恕不退費。 * 請自備桌球拍（可請教練代訂）服裝請以運動服裝為主。 |
| 教學內容 | 協調訓練、球感訓練、體能遊戲、揮拍練習、正反手擊球、  左推右攻、推側、切球等桌球基本功訓練加上實戰訓練。 | |
| 指導老師 | 黃煜軒0910-695100、洪偉嘉、黃弈珽、邱明村、張保華 | |

…………………………………填妥後請撕下來繳回………………………………

新竹市香山區虎林國民小學桌球課後班回條

我同意 年 班 學生: 參加桌球課後班，並自行負責安排孩子放學。

家長簽名: 連絡電話: