

新竹市 112 年度暑假射箭育樂營實施計畫

一、目的：

- (一)提供學生假期正當活動的機會，增進學生體適能。
- (二)培養射箭運動人才，提升運動技術表現能力。
- (三)教導正確比賽觀念及技巧，使學生能增進射箭運動能力。

二、辦理單位：

- 1. 主辦單位：新竹市政府、新竹市中小學體育促進會
- 2. 協辦單位：新竹市北區載熙國小

三、辦理時間：中華民國 112 年 7 月 31 日至 8 月 11 日共計 10 天，上午 08：00--12：00

六、辦理地點：新竹市北區載熙國小忠孝樓

七、執行計畫內容：

- (一)活動名稱：射箭育樂營
- (二)參與對象：新竹市國小三年級以上之國小學生，四年級尤佳。
- (三)參與人數：預計參與運動人口每一梯次 20 人，依報名順序額滿為止。
- (四)參與梯次：預計辦理一梯次。

八、報名方式：於 111 年 7 月 15 日（五）中午 12:00 前填寫報名表(如附件)後傳真、或 E-mail 或至新竹市載熙國小(地址:新竹市東大路 2 段 386 號 學務處體育組收，傳真電話：03-5340692;連絡電話：53316675-133)

九、交通方式：本活動需家長接送或學生自行步行往返

十、報名費：免費。

十一、教練團：載熙國小彭鎮達、曾冠諦老師、林儀婷老師

十二、課程內容（請自備毛巾和開水，穿著球鞋和運動褲，勿著拖鞋）

梯次	活動日期	上課時間	課程內容
1	7 月 31 日(一)	08：00—12：00	開訓式、射箭基本規則、熱身活動
1	8 月 1 日(二)	08：00—12：00	射箭基本射型訓練(橡皮帶、練習弓)
1	8 月 2 日(三)	08：00—12：00	射箭基本射型訓練(橡皮帶、練習弓)
1	8 月 3 日(四)	08：00—12：00	基本動作訓練(近距離、瞄準練習)
1	8 月 4 日(五)	08：00—12：00	基本動作訓練(近距離、瞄準練習)
1	8 月 7 日(一)	08：00—12：00	各距離練習及測驗、快速放箭
1	8 月 8 日(二)	08：00—12：00	各距離練習及測驗、快速放箭
1	8 月 9 日(三)	08：00—12：00	各距離練習及測驗、快速放箭
1	8 月 10 日(四)	08：00—12：00	各距離練習及測驗、快速放箭
1	8 月 11 日(五)	08：00—12：00	各距離練習及測驗、分組對抗比賽

十三、本實施計畫經校長核定後辦理，如有修正亦同。

新竹市 112 年度暑期射箭育樂營報名表

姓 名		就讀學校	
年 級		班 別	
身份證 字 號		出生日期	年 月 日
電 話		緊急聯絡 人電話	
參加梯次	1. ■ 載熙國小 112.07/31—08/11 每週一至週五		
注意事項	1. 參加者需繳交報名表 2. 本活動需家長接送或學生自行步行往返		