

彰化縣立陽明國中基訓站游泳隊銜接培訓辦法

一、目的：積極發掘培訓具發展潛力之基層選手，提升基層競技運動實力為校爭光。

二、實施內容及方式

(一)訓練期間：平日星期一至星期五 16:30 至 17:30(一周至少自選一天)。寒、暑假時間下午 16:00 至 17:30。

(二)準備物品：著運動服裝及運動鞋、水壺、毛巾、游泳用具。

(三)課程內容：著重游泳四式基礎教學、體適能考試之訓練並增加多元學習內容有蹺泳及水中自救。

(四)訓練地點：本校陽明館游泳池。

(五)指導教練：本校具教育部體暑專任運動教練黃宏任、中華民國游泳協會 A 級教練蔡淑敏。

(六)對象：以有意願報考本校體育班之國小者為優先，名額有限。

三、備註事項：全程不收取費用，請學生把握每次訓練，若參加後需請假者，請家長簡訊聯繫教練，俾利掌握學生出席情形。

陽明國中學務處

敬上

.....家長通知單回條.....
(請於第一次上課繳回，俾利建立緊急聯絡網)

敝子弟：_____，自 年 月 日起參與培訓，本人知悉並同意其參加，並督促敝子弟遵守防疫規範及注意自身安全。

參與時間：星期一 星期二 星期三 星期四 星期五

就讀學校：

家長簽章：_____ (關係：) 手機：_____

中華民國 年 月 日