



台灣電力公司

2019
排
球
FUN
電
營
計
劃
書

2019台電排球FUN電營

一、活動宗旨

台電積極配合政府政策，推廣全民運動，自民國35年起培植企業球隊，扶植體育、長期深耕體育活動，近年來更展開認養學校球隊，前進偏鄉推廣球類運動，本於向下扎根、培植國家體育幼苗之概念，採大型球類教學營隊方式呈現，讓學員從活動中學習合作、體諒與包容，養成良好的品格與團隊精神，善盡企業的社會責任。

二、活動特色

由台電男/女排球隊負責本次活動的籌劃與指導，專業的教練、專業的課程安排，帶領學員學習排球，培養打排球的興趣，跟著國手級排球高手一起打球，一起享受運動所帶來的樂趣。

三、參加對象

國小三年級至國中三年級男、女兒童及青少年，無特殊疾病，可參與劇烈運者。

四、參加人數

依上、下午兩梯次，各 150 人，合計 300 人。

五、活動期間及地點

1. 新北市重慶國小:108年07月2日~07月6日，共5天。
 2. 澎湖縣立體育館:108年07月16日~07月20日，共5天。
 3. 台南市中山國中:108年07月23日~07月27日，共5天。
 4. 台中市東山高中:108年07月30日~08月03日，共5天。
- 上午梯次-A.M:08:30~11:30，下午梯次-P.M:14:00~17:00

六、報名及活動費用

- 1、報名方式:採網路報名，額滿為止。

相關訊息於台灣電力公司網站/最新消息/活動.業務快訊 項

下公告(<http://www.taipower.com.tw/tc/news2.aspx?mid=18>)

- 2、報名費:免收報名費。

七、活動課程內容如附件

八、注意事項

1. 學員保險由台電公司統一辦理，請於報名時填寫正確相關資料。
2. 參加學生請穿著合適之運動服及球鞋，其餘器材設備由台電公司提供。
3. 學員請衡量自我身體狀況，若有不適用於本項活動者，請勿報名參加。
4. 佩帶眼鏡之學員，請盡量改戴隱形眼鏡，或請注意自身安全。
5. 請自備水壺。
6. 活動若遇不可抗力之因素（如天災或氣候不佳等因素，以活動地點政府公告之停課標準為依據），主辦單位保留活動異動之權利。
7. 本計畫如有未盡事宜，得隨時修正公布之。

附件

2019 排球 FUN 電營活動課程

上午梯次

日期 時間	(二)	(三)	(四)	(五)	(六)
8:30~9:00	上、下午梯次合併報到開訓	8:30~8:50 報到 8:50~9:00 點名	8:30~8:50 報到 8:50~9:00 點名	8:30~8:50 報到 8:50~9:00 點名	上、下午梯次合併報到
9:00~11:30	聯合開幕	韻律熱身 高、低手傳球練習 扣球步法及練習 發球、接發球練習 趣味體能活動	韻律熱身 高低手傳接球、 跑動傳球及左右移動接球 攻擊扣球練習 小組趣味排球賽 趣味體能活動	韻律熱身 移動防守 發球練習 綜合練習 組織比賽練習 趣味體能活動	韻律熱身 交流比賽或闖關遊戲 (邀請學員家長參加， 中午提供家長及學員便當)

下午梯次

日期 時間	(二)	(三)	(四)	(五)	(六)
14:00~ 14:30	無	14:00~14:20 報到 14:20~14:30 點名	14:00~14:20 報到 14:20~14:30 點名	14:00~14:20 報到 14:20~14:30 點名	
14:30~ 17:00		韻律熱身 高、低手傳球練習 扣球步法及練習 發球、接發球練習 趣味體能活動	韻律熱身 高低手傳接球、 跑動傳球及左右移動接球 攻擊扣球練習 小組趣味排球賽 趣味體能活動	韻律熱身 移動防守 發球練習 綜合練習 組織比賽練習 趣味體能活動	13:00~15:00 節能宣導 聯合結訓