**教育部學校體育志工長榮大學服務團隊**

**108年度台南市國小學生寒假運動體驗營實施計畫**

1. 指導單位：教育部體育署

二、主辦單位：臺南市政府體育處

三、承辦單位：臺南市永康區復興國小 長榮大學

四、協辦單位：臺南市體育總會 國立臺灣大學

五、指導團隊與人數：

 復興國小教師2人、長榮大學教師4人、運動志工20人

六、參與對象：臺南市國民中小學(三年級到六年級、國中一年級)

 (年齡滿10歲~13歲可以自理生活)，預計招收80人。

七、指導老師：邱麗珠(復興國小學學務主任，負責行政與輔導)

 陳良乾(長榮大學志工團隊指導老師，負責活動規劃與執行)

八、活動期程：108年01月21日至108年01月23日

九、活動內容或課程：體能檢測、健身操、飛盤、街舞、戰舞、晨間活動、原住民舞蹈、排球、跳繩、籃球、桌球、樂樂棒球、羽球、帶式橄欖球、課業輔導、撰寫心得報告、英文會話、電影欣賞。

十、活動地點：長榮大學

十一、營隊課程表：課程如附件一

十二、報名方式：

 (一) 請至復興國小或長榮大學體育室網站填寫報名表(如附件二)並請貼

 照片後，傳至長榮大學體育室陳良乾老師或林枚沂小姐收(傳真

 06-278-5177)kevin@mail.cjcu.edu.tw(主旨為107寒假體驗營報名

 表)，並請將報名費1000元於報到時現場繳費，報名表傳遞後請以

 電話確認。電話06-278-5123轉1552/1553(平日8:00-17:00)

 (二)報名日期：即日起至108年01月15日，本梯次僅收80人，以報名優

 先順序錄取，額滿截止。

 (三)代辦費用：每人1,000元(含三天二夜伙食費、住宿費、清潔費、茶水

 費及保險費等)，請連同報名表送長榮大學體育室，活動不足

 之費用，由承辦學校向主管單位申請補助。

十三、注意事項

1. 全程參與完成課程、作業，且無違規紀錄者，由長榮大學核發結業證書。
2. 學員必須遵守營隊規定，不守規矩屢勸不聽或嚴重違規者，承辦學校給予退訓，學員不得要求退費外，並告知就讀學校。
3. 學員必須攜帶盥洗用具、換洗及保暖衣物、寒假作業等，器材由承辦學校提供，特殊器材(溜冰鞋、球拍)可自行攜帶。
4. 有特殊疾病之學員，需要固定時間用藥者，應於報名時告知承辦老師，患有嚴重疾病需要特殊照料者，請勿參加。
5. 學員必須於108年1月21日上午8點前辦理報到，未按規定報到缺課者，不得要求補上課或申請退費。
6. 晚間活動結束後，已至休息時間，為參與明天課程，基本上不贊成家長接送回家，家長可於1月23日10點30分到校觀賞學員成果發表會，結束後接回。

十四、預期效益：

1. 培養學員樂於參與運動，養成規律運動習慣，期望健康身心。
2. 利用假期規劃正當運動體驗營，開創學生正當活動機會
3. 培養運動志工樂於服務的精神與良好的服務態度。
4. 提供運動志工實習試教平臺，提升教學經驗與品質。
5. 規畫假期善用學校體育場館與教學器材設備，提供中小學學

 生參與運動，善盡社會責任，分享體育資源。

十五、經費概算表：本計畫所需經費，函請台南市體育處補助辦理，不足額

 由學員報名費及自籌經費支出。

十六、本計畫係長榮大學志工團隊學生服務學習，如有未盡事宜，承辦單位

 得隨時公告，請學員及家長多加配合。

**附件一**

**106學年度臺南市國小學生寒假運動體驗營課程表**

**(橘色為A隊，綠色為B隊)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **第一天1/21(星期一)** | **第二天1/22(星期二)** | **第三天1/23(星期三)** |
| 時　間 | 內　容 | 時　間 | 內　容 | 時　間 | 內　容 |
| 08:00～09:00 | 報到分組陳良乾老師 | 06:30~07:30 | 伸展/柔軟操(王星葳) | 06:30~07:30 | 健身運動(林智遠) |
| 09:00～09:20 | 開幕式黃泰源主任 | 07:30~08:20 | 早 餐 | 07:30~08:20 | 早餐 |
| 09:20～09:30 | 休 息 | 08:20~08:30 | 休 息 | 08:20 | 集 合 |
| 09:30～10:40 | 體適能檢測(全體志工) | 08:30~10:20 | 原住民舞蹈(唐寶盛) | 08:30~09:20 | 10人跳繩(丁清德) |
| 10:40~11:10 | 參觀校園 | 10:20~11:10 | 休息時間 | 09:20~09:30 | 休息 |
| 11:10～12:00 | 飛 盤(潘皓翔) | 11:10～12:00 | 帶式橄欖球(蔡嘉俊) | 09:30~10:20 | 羽 球(黃政修) |
| 12:00~14:00 | 午餐/休息 | 12:00~14:00 | 午餐/休息 | 10:20~10:30 | 休息 |
| 14:00~14:50 | 桌 球(陳佩穎) | 14:00~14:50 | 10人11腳(唐寶盛) | 10:30~11:40 | 成果發表 |
| 14:50~15:00 | 休息 | 14:50~15:00 | 休 息 | 11:40~12:00 | 頒獎及頒發結業證書 |
| 15:00~15:50 | 籃 球(林宜儒) | 15:00~15:50 | 排 球(郭慈芳) | 12:10~ | 結束營隊 |
| 15:50~16:00 | 休息 | 15:50~16:00 | 休 息 | 注意事項：※本活動一梯次為3天2夜， 集中住宿長榮大學4宿。※課程內容與時間，如需異動 得視現狀況機動調整。※遇下雨天移至體育館照常舉 行，或另行安排活動。※未按時參加或違規遭退訓不 得要求延期或退費。※請學員自備寢具包括被單、枕 頭、盥洗用具及換洗、保暖 衣物。※**家長不方便接小朋友，志工可** **照顧或安排做功課到五點。*** 長榮大學體育室電話

06-278-5123轉1551~3醫護志工：郭慈芳駐營老師：陳良乾緊急電話0935-529-659 |
| 16:00~17:30 | 樂樂棒球(郭東霖) | 16:00~17:30 | 戰舞/街舞葉承祐陳亭妤 |
| 17:30~18:30 | 晚餐 | 17:30~18:30 | 晚餐 |
| 18:30~19:10 | 洗澡 | 18:30~19:10 | 洗 澡 |
| 19:10~20:30 | 歡迎晚會(唐寶盛) | 19:10~20:30 | 電影欣賞(方琮瑜) |
| 20:30~20:40 | 休息 | 20:30~20:40 | 休息 |
| 20:40~21:30 | 撰寫心得(郭慈芳) | 20:40~21:30 | 心得分享(小曾) |
| 21:40 | 就 寢 | 21:40 | 就 寢 |
| 22:00 | 熄燈睡覺 | 22:00 | 熄燈睡覺 |

**附件二、108年度臺南市國小學生寒假運動體驗營報名表**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓 名 |  | 性別 |  |  |
| 就讀學校年級 |  |
| 出 生 日 期 | 保險用 |
| 身分證字號 | 保險用 |
| 聯 絡 地 址 |  |
| 緊急聯絡人 |  | 關 係 |  |
| 電話： | 接送人 |  |
| 每週運動情形 | □4小時內/□5~10小時/ □10小時以上 |
| 最喜歡的運動(請寫順序) | □樂樂棒球 □籃球 □羽球 □田徑 □排球 □躲避球 □棒球□跳繩□桌球□橄欖球□桌球 □其他 |
| 參加體驗營的目的 | □養成正確運動技術□培養運動興趣□結交好朋友□運動健身□假期無聊□喜歡運動□其他 |
| 特殊疾病史 | □沒有 □有--(請寫出名稱： )  |
| 自我介紹及簡述你對參加運動體驗營的期望 |
|  |

* **沒有完整填寫報名表及貼照片者，恕不受理。**