

2017 寒假體育育樂營 活動簡章

一、活動主旨：根據研究顯示，主張運動不只能鍛鍊肌肉，還能直接鍛鍊大腦，改造心智，穩定情緒，增進學習力。身體只要動起來，就可以增長腦細胞，排除諸如焦慮、憂鬱、過動、成癮等困擾，運動可以對心理健康和認知能力產生深遠的影響。今年的暑假，讓孩子在運動中學習成長吧！

二、活動規劃：

(一)主辦單位：國立體育大學

(二)活動時間：民國 106 年 2 月 6 日 (一)~10 日 (五)，共 5 天 4 夜；

(三)活動地點：國立體育大學

地址：333 桃園市龜山區文化一路 250 號

電話：(03)328-3201 轉 8106 或 8115 或 03-397-4142

請洽翁靖雯老師、詹佳樺老師、林璟雯老師

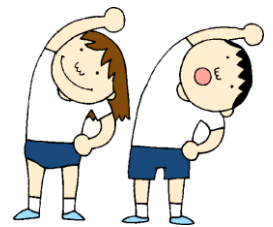
(四)參加對象：國小學生(一年級~六年級)，師生比 1:15 名

分組教學，上課時 DIY 課程依年級、體育課程依程度分組，預計招收 45 名學童(視報名人數調整班別)。

(五)活動課程內容：包括團體動力學課程、創意手工藝課程、創意遊戲課程、體育活動課程足(壘)球、田徑(接力、跨欄)、團體動力學(走繩、兩人三腳、蜈蚣競走、拔河)、有氧運動(瑜珈、韻律)等，詳如課程表。

(六)課程實施方式：

1. 教學講授：講授概要與介紹
2. 分組練習：針對教學內容進行相互練習。
3. 心得交流：學員針對教學內容進行交流分享。
4. 測驗比賽：安排比賽讓學員得以實際運用所學技巧。



(七)收費標準：活動報名費 5,800 元整(優惠辦法詳如報名表)。不足部分由本校自行籌措，其中包含課程教學活動、教師鐘點費、行政管理費用、住宿費用、設備使用費、校內餐食、宵夜點心、100 萬旅遊平安險、10 萬醫療險。

(八)報名/繳費辦法：即日起至額滿為止，

1. 請填寫【2017 寒假體育育樂營報名表】並附上；報名日期：11/10 至額滿為止。

2. 活動報名費 5,800 元整(會以 MAIL 通知錄取並給予繳費資訊)；繳費期間 12/10~12/20。

* 單據請影印傳真至 03-397-9283 (如傳真報名表後須打電話詢問確認) 或採親自報名並備妥上述資料，經錄取後，將寄發行前通知予各學員。

* 活動集合地點為國立體育大學綜合科技大樓一樓，時間為第一天活動日上午 8:00-8:30(請依報名梯次報到)。

* 業務承辦人翁靖雯老師、詹佳樺老師、林璟雯老師，聯絡方式(03)328-3201 # 8106 或 8115、專線電話：(03)397-4142，FAX: (03)397-9283、E-mail: singwen@ntsu.edu.tw。

三、經費：本計畫除收取學員報名費外，其餘經費由本校自行籌措。

※注意事項：

1. 學員請衡量自我身體狀況，如有不適於從事運動者請勿報名。
2. 全程參與者頒授結訓證書，表現優異的學生將另外頒發獎狀與獎品。
3. 上課服裝：一律著輕便服裝、運動鞋。
4. 經錄取後，將寄發行前通知予各學員，若於活動前一週未收到行前通知，請來電詢問。
5. 住宿地點為本校樸園渡假會議中心 <http://ntsu.emmm.tw/>，五人合室套房：一間房間會有二張雙人床一張單人床，每間房間晚上會有一位老師負責管理、同房小朋友依報名人數而訂，四或五名學員同一間房間。

※特別事項：

1. 無法參加活動者，持收據至原報名地點辦理退費或以電話、E-mail 書信方式通知承辦人，活動前一個月以上申請退費者，酌收手續費 10%；活動前一個月~20 天，酌收手續費 20%，前 20 天至 10 天，酌收手續費 30%；前 7-10 天內辦理者扣 40%；前 3-7 天內辦理者扣 50%，活動前三天至開始後，才告知無法參加者(須提前告知之)，扣 60%，活動期間請假者一律不退費，敬請見諒(因老師薪資、場地水電費用、保險費為固定支出，無法退費)。
2. 活動中僅提供葷食，全素食需求者，不接受報名，不便之處，敬請見諒。
3. 如遇天然在害(ex:颱風天)，政府宣布停課，因不是人為因素，故不退費。
4. 若因天候狀況、人數不足或其他不可抗拒因素影響時，主辦單位將以活動安全為考量，有權暫停、取消或延期活動課程，並將扣除已支出之活動行政費用後，退還已繳交活動代辦費之差額。
5. 請遵守團隊紀律，凡參加學員如未能遵守規範，主辦單位保有學員退訓之權利，費用恕不退還。
6. 若孩子無法接受以下事項，請家長不要幫小朋友報名
 - (1)營隊中有值星官管理孩子的秩序，並適時給予小朋友正確觀念的教導，若孩子無法學習承受做錯事時該有的正確態度，請不要讓孩子參與活動。
 - (2)考量活動品質與學員心情營造，活動中原則上不接受家長探訪(除孩子受傷生病或特殊情況外)，故無法放手讓孩子獨立的家長，也請不要幫孩子報名。
 - (3)孩子會統一於週一和週四晚上打電話回家報平安，其餘時間需與孩子聯絡時，請直接打辦公室電話或隊輔老師電話了解孩子的情況(分組名單內會給家長隊輔老師的手機電話，家長可以用手機與隊輔老師聯絡)。
 - (4)若需孩子自己洗衣服者，需帶(大)洗衣袋，並做上記號，洗衣費用/1 次 20 元，烘衣費用/1 次 20 元，但為了小朋友的安全及年紀上的考量，建議家長為孩子準備足夠的衣服，並替小朋友準備裝髒衣服的大袋子，讓小朋友學習收納及分類的概念。
7. 以下課程表為暫定課程，課程會因天氣狀況或配合教育部補助課程，調整課程。
8. 將於活動結束後於 FB 網站放上活動照片，家長可自行於活動網站上下載照片檔案或加購活動光碟或隨手翻。

各位爸爸媽媽們，快讓孩子們來國立體育大學參加最有趣、最有經驗也最安全的營隊吧！在育樂營各式活動中，除了學習知識，激發各種創意因子，還能讓孩子在自然的環境中，學習與大自然相處、與團體互動以及獨立自主的生活自理能力，專業有經驗的老師們，會帶領孩子參與不同活動，內外向的小朋友都玩得超開心！你會驚訝地發現，經過營隊的洗禮，孩子會蛻變為堅強、獨立又惜福的小大人囉！（詳細營隊流程在最下方）

*體育育樂營特色

- **課程豐富精彩**：5天的活動中包含了：各式精彩熱門的體育課(籃球、田徑、飛盤、足球、桌羽球、樂樂棒球…等)；各種不同的手作DIY(春聯、黏土公仔、手工卡片…等)；多項驚奇有趣的體驗教育課程，還有好多還沒講到，就等孩子們親自來發掘玩耍囉！
- **混合年齡的營隊**：育樂營沒有區隔的限制，不用擔心不同年紀的孩子無法互動、進行活動，透過混齡制的教學，大孩子會學習如何與小朋友相處、協助完成任務，培養領導能力，而年紀較小的小朋友會模仿大孩子獨立、成熟的行為。
- **營隊特色**：以體育為主軸，讓小朋友學習勝不驕敗不餒的精神，不輕易放棄任何事物，並結合許多運動課程，讓小朋友透過運動養成許多良好的運動習慣，也可以讓小朋友結交許多新朋友，開心迎接新年的到來！

2017 寒假體育育樂營課程表

課程表為暫定課程，會因天氣狀況或配合教育部補助課程，彈性調整課程實施

日期	2月6日	2月7日	2月8日	2月9日	2月10日
時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
0730-0830	歡迎光臨 起床/早操時間				
0830-0930	始業式 小組時間	美味早餐			
0930-0940	下課時間				
0940-1140	破冰遊戲 (認識新朋友)	灌籃高手 (摩天球)	DIY手工藝 創意捲紙春聯	超級神射手 (躲避飛盤)	團體動力學 尋寶大作戰
1140-1150	下課時間				
1150-1250	午餐及餐桌禮儀教學時間				
1250-1330	午休				
1330-1340	下課時間				感性時間
1340-1530	強棒出擊 (羽球)	足球小霸王 (排球)	夢不落地 巧固球	DIY手工藝 創意面紙盒	結業式
1530-1700	小組時間/營歌教唱/心情紀錄				溫暖的家
1700-1800	晚餐及餐桌禮儀教學時間				
1800-2000	歡迎晚會 (培養團隊精神)	DIY手工藝 創意音樂盒	午夜探險 (發揮團隊默契)	星光夜語 (體驗課程)	
2000-2040	消夜時間/打電話報平安(一、四)				
2040-2130	嚕啦啦、洗澡囉!				
2130	好夢到天亮				

國立體育大學 2017 寒假體育育樂營 報名表

學員姓名：		身分證字號：			
出生日期：民國____年____月____日		性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女		身高：____ 體重：____	
就讀學校：____縣/市____國小 就讀年級：____年級					
通訊住址：(請務必填上正確地址，如有購買活動光碟或隨手翻需寄送) □□□					
聯絡 E-mail：(請務必填上正確的 E-mail，如有購買活動光碟或隨手翻需確認)					
家長姓名：					
出生日期：民國____年____月____日		身分證字號：			
住家電話：			手機：		
學童個性專長					
學童身體狀況 特殊疾病					
家庭成員資料如下：					
稱謂	姓名	服務機構/單位名稱	職稱	教育程度	年齡
父					
母					
<p>★撰擇課程：<input type="checkbox"/>新生 <input type="checkbox"/>舊生 <input type="checkbox"/>團體報名(與____一同報名)</p> <p><input type="checkbox"/>第一梯次 2月6日~10日共5天4夜</p> <p><input type="checkbox"/>需協助將活動照片製作成回顧影片--光碟片一片含寄 199 元(不予折扣- 4月底寄出)</p> <p>說明：1. 尺寸: DVD 光碟片 2. CD 封面: 彩色列印 3. 包裝方式: CD 紙袋</p> <p>4. 內容: 為隊輔老師於活動後利用活動照片用軟體編輯製作，約一首歌時間</p> <p>5. 小朋友在課程中的個人照及團體照，光碟內容每組小朋友皆相同</p> <p><input type="checkbox"/>需協助製作活動隨手翻小手冊 一本 499 元(不予折扣-4月底寄出)</p> <p>說明：1. 尺寸: 4"x6" 照片(15.2X10.2cm) 2. 翻頁方式: 橫式左翻 3. 裝訂方式: 雙環裝</p> <p>4. 內頁頁數: 單面彩色 20 頁(含封面/版權頁) 5. 使用紙材: 柯達皇家光面相紙</p> <p>6. 為隊輔老師於活動後利用活動照片，製作出一本活動照片集(客製化)</p> <p>●要求與同行的_____小朋友同組(同組需同年級為主)</p> <p>●要求與同行的_____小朋友同寢室(一間 4 人需同性別)</p> <p>★收費標準： 「2017 寒假體育育樂營」5 天 4 夜(5,800 元/每人)，可享 9 折優惠，折扣方式如下。 9 折優惠：長庚體系/體大教職員校友/舊生或 4 人同行 ●因需要幫小朋友辦保險，請家長務必留下出生日期與身分證字號。</p>					
<p>★以上資料請填妥後傳回至國立體育大學推廣教育中心</p> <p>報名期間：11/10 至額滿為止；繳費期間：12/10~12/20</p> <p>FAX：(03)397-9283 或 e-mail：singwen@ntsu.edu.tw</p> <p>報名電話：(03)397-4142 或(03)328-3201 轉 8106、8115 翁靖雯老師、詹佳樺老師、林璟雯老師</p>					

*上課前需知說明：

- 一、以上課程將視情況天氣情況、配合學校研究訓練或教育部補助經費課程調整或調動內容，敬請見諒。
- 二、活動課程內容、活動行前通知與學校地圖，將於活動前二週 mail 至家長信箱。
- 三、授課老師群由本校教職員暨本校教練團(本校學生為主)成員擔任，另外聘專業老師授課，隊輔老師皆為本校學生擔任。