



2024 國立體育大學 寒假益智體能育樂營簡章



一、招生對象：

國小學生（三年級~六年級），師生比 1：15 分組教學，課程依年級及程度分組（視報名人數調整班別）。

二、課程內容：

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。今年寒假，讓孩子在運動中學習成長吧！

三、師資說明：

1. 本活動教師皆為本校大學部學生及碩士生
2. 皆有一年以上教學經驗
3. 部分教師修習師資培育學程
4. 皆具備各項運動教練、裁判、指導員證照

四、活動時間：1 月 22 日（一）8：30 至 1 月 26 日（五）〈可住宿，共 5 天〉

五、報名費用：

育樂營（1/22-26） 10,000 元〈共 5 天，**過夜**〉

育樂營（1/22-26） 8,000 元〈共 5 天，**不過夜**〉

（其中包含其課程教學活動、教師鐘點費、行政管理費用、設備使用費、餐食費用、保險費用等。）

六、本次活動響應環保，照片將上傳至雲端供大家取用。

七、報名時間為即日起至額滿為止，收到報名表後，若錄取會以 MAIL 及 LINE@ 寄發繳費資訊，請家們於一周內繳費完畢，報名手續才算完成。行前通知將於活動前兩周 MALL 通知。

八、活動地點：國立體育大學 333 桃園市龜山區文化一路 250 號

九、報名方式：填寫 Google 表單 <https://reurl.cc/y6A8jl>

報名電話：(03) 397-4142 或 (03) 328-320 轉 8106、8115

曾孟潔老師、楊秩瑄老師、林璟雯老師

十、備註：Google 表單可至 <http://cecfun.ntsuet.edu.tw/> 下載、相關資料可至 FB 社團「國立體育大學-運動 i 學習-安親/育樂/程式」查看，或加入 LINE 官方 ID：@ntsucamp 詢問我們唷～



報名表單



課程表為暫定課程，會因天氣狀況彈性調整課程實施

	1 月 22 日 (一)		1 月 23 日 (二)		1 月 24 日 (三)		1 月 25 日 (四)		1 月 26 日 (五)		
	中	高	中	高	中	高	中	高	中	高	
07：30-08：30	無住宿：報到時間&家長接送時間 住宿：起床盥洗時間&早餐時間										
08：30-09：00	團康活動 (認識新朋友)		魔術方塊 1 (基礎)		魔術方塊 2 (進階)		魔術方塊 3 (高階)		電影欣賞 (觀察與紀錄)		
09：00-09：10	課間活動										
09：10-10：00	團康活動 (默契大考驗)		趣味英文 (單字記憶法)		趣味英文 (聽力大考驗)		趣味英文 (文法與句子)		電影欣賞 (分析與討論)		
10：00-10：10	課間活動										
10：10-11：00	樂樂棒球 (基本動作)		田徑 (熱身訓練)		籃球 (基礎訓練)		體能核心 (肌力訓練)		寶可夢大作戰 (校園巡禮)		
11：00-11：10	課間活動										
11：10-12：00	樂樂棒球 (進階訓練)		田徑 (競賽模擬)		籃球 (團隊默契)		體能核心 (伸展與放鬆)		寶可夢大作戰 (組隊抗戰)		
12：00-12：40	午餐及餐桌禮儀教學時間										
12：40-13：00	午休時間										
13：00-13：50	經典文學賞析 (認識及欣賞)		手作課程 (手繪星球)		魔術課程 (魔釘穿幣、隔空抓兔)		科學實驗 (真假實驗大挑戰)		歡樂運動會 (個人項目)		
13：50-14：00	課間活動										
14：00-14：50	經典文學賞析 (撰寫教學)		手作課程 (手繪星球)		魔術課程 (千里眼)		科學實驗 (真假實驗大挑戰)		歡樂運動會 (團隊項目)		
14：50-15：00	點心時間										
15：00-15：50	文學寫作練習 1		文學寫作練習 2		文學寫作練習 3		文學寫作練習 4		成果發表		
15：50-17：20	籃球、桌遊才藝班		圍棋才藝班		趣味體能才藝班		籃球、桌遊才藝班		圍棋、趣味體能才藝班		
	住宿：小組時間/營歌教唱/心情紀錄								家長接送時間		
17：20-18：20	晚餐及餐桌禮儀教學時間										
18：20-20：20	桌遊 (益智與挑戰)		進階桌遊 (益智與挑戰)		密室逃脫 (課程回顧)		營火晚會 暨才藝表演 (溫情回顧)		溫暖的家		
20：20-20：40	宵夜時間										
21：10-21：50	嚕啦啦、洗澡囉！										
22：00	好夢到天亮										

【課程說明】

- 一、五天的活動中包含了各式精彩熱門的體育課，其中包含了團隊項目樂樂棒球、籃球，以及個人項目田徑、體能核心。同時，也加入了趣味英文及文學寫作等相關學科課程，增加孩子的學科本領！另外，團康活動、桌遊、專題研討等特色課程，也同時促進了孩子再 12 年國教三面九項中的「溝通互動及社會參與能力」，期待孩子能在五天的課程中有滿滿的收穫！
- 二、課程皆為小班制教學，教師可以更即時了解學員的問題，並且提供更有效的學習方式。
- 三、我們如同各位家長一樣，想給孩子們的東西很多，也很明白有些事，如果是”教師”教的，孩子們會放在心上，所以，若爸爸媽媽孩子們有頭痛的小問題需要協助（如孩子的情緒管理、說話態度），都可以告訴我們，我們會在活動中引導孩子，給孩子鼓勵，相信孩子們會做的更好，也期待跟孩子們一同渡過快樂的寒假。
- 四、孩子的活動紀錄，每週活動一部分照片將會上傳至 FB 社團，最後會整理上傳雲端硬碟，方便家長自行下載。
- 五、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。
- 六、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。活動中僅提供葷食，全素食需求者，不受理報名，不便之處，敬請見諒。（可提供方便素，老師會協助將肉挑出）。
- 七、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。
- 八、無法參加活動者，經報名繳費後，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%，不足三天或無法參加活動者（需提前告之），扣 60%，敬請見諒。
- 九、因活動課程為團體上課，所以開課後請假故不補課、退費，請見諒。

【個資與肖像權聲明】

- 一、本活動由「國立體育大學」主辦與執行。
- 二、您參加本次活動時，主辦單位將使用個人資料蒐集、處理及相片、活動肖像等，作為本次活動之活動聯繫、活動記錄，活動公告、後續處理、聯絡及活動成果等行政事宜。
- 三、主辦單位對於您提供之個人資料與照片檔案，將妥為保存，並於活動存續期間內依個人資料保護法及相關法令於上述活動時，使用個人資料。EX：進行活動保險、分班分組等。
- 四、依個人資料保護法之規定，您可以隨時向主辦單位要求查詢、請求給予複本、請求補充或更正、請求停止處理、利用或刪除您的個人資料。
- 五、若您不欲提供相關個人資料，將影響您參加本次活動或取得主辦單位活動參與之權益。

【公車資訊】

可供搭程之公車如下：

至長庚大學搭乘汎航（汎航通運區間車，往返長庚大學、林口長庚醫院、長庚醫護社區），國立體育大學行政大樓可搭乘：

1. 桃園客運 202 （體育大學--工四工業區）

經 A7/文明路/林口長庚/大湖/長庚桃園分院/大埔

2. 桃園客運 5065 （桃園--體育大學）

經 A7/大埔/舊路坑/水源地/龜山/桃園

3. 三重客運 967 （台北市政府--長庚大學）

經 A7/文化一路/桃園酒廠/林口長庚/華夏飯店/林口文化二路郵局/安敦新世界/林口三井/仁愛路/竹林路/中山路/麗園一街/忠孝路等

4. 三重客運 603 （長庚大學--丹鳳捷運站）

經 A7/文青路/工三工業區/文桃路/壽山路

5. 搭乘注意事項：

1. 上午-孩子上車須 LINE 告知我們車牌號碼，到校我們會回覆給家長。
2. 下午-行政老師會送孩子至公車站搭公車，上車會 LINE 通知家長。

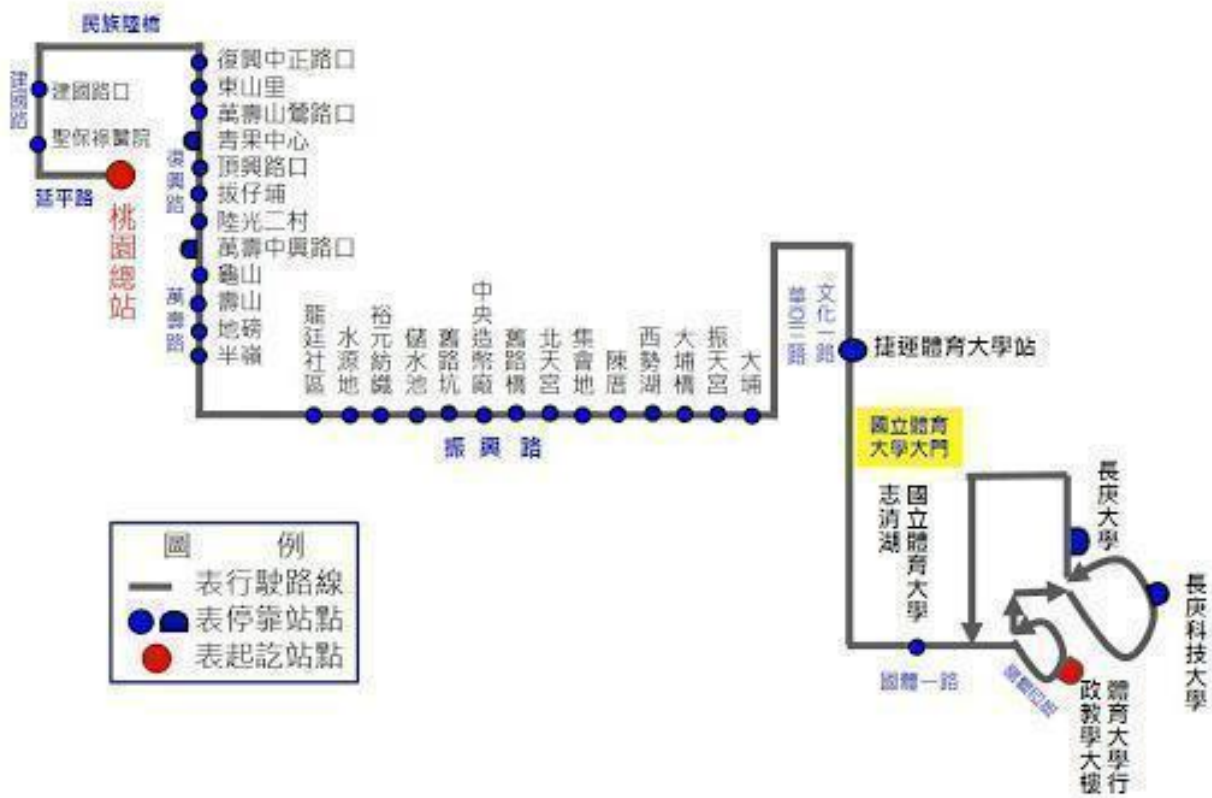
6. 泛航：

住在醫護社區的學員早上可搭乘汎航至長庚大學，需提前告知我們，約幾點幾分到及車牌號碼，會由行政老師至長庚大學，下午也可以搭乘汎航回，在學員上車時會拍照傳給家長。

桃園客運「【202】體育大學-工四工業區」路線圖



桃園客運「【5065】桃園-體育學院(經大埔)」路線圖



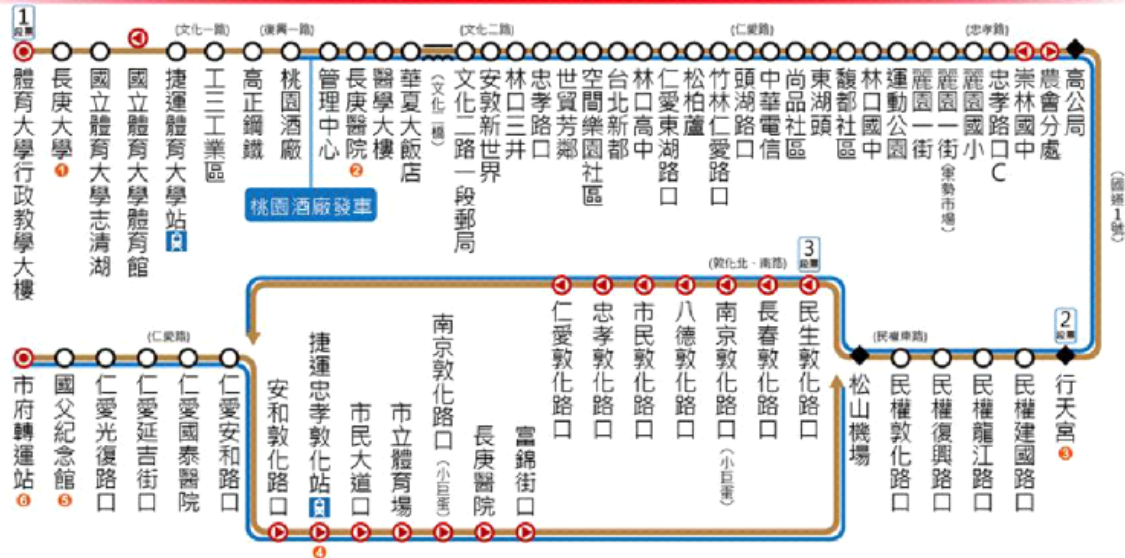
967

轉乘優惠



公車動態查詢
ebus.gov.taipei

- 起訖點：長庚大學-臺北市政府(Chang Gung University-Taipei City Hall)
桃園酒廠-臺北市政府(Taoyuan Winery-Taipei City Hall)
- 頭末班車時間(Hours of Operation)：
長庚大學：05:10~21:30 / 桃園酒廠：平日:05:10~21:30 / 例假日:05:40~21:15
- 收費方式(Fare Zones)：三段票(3X)
- 發車間隔(Headway)：固定班次(Fixed Time)
平日(Weekdays)：(長庚大學、桃園酒廠發車)
05:10/06:00/06:30/07:00/07:20/07:40/08:00/08:30/09:00/09:30/10:00/10:30/11:00/12:00/13:00/14:00/14:30/15:00/15:30/16:00/16:30/17:00/17:30/18:00/18:30/19:00/19:30/20:00/20:40/21:30
例假日(Weekends)：(長庚大學發車)
05:10/06:30/07:50/09:00/10:00/11:00/12:00/13:20/14:40/16:00/17:00/18:00/19:00/20:00/21:30
例假日(Weekends)：(桃園酒廠發車)
05:40/06:20/08:20/09:00/10:00/11:00/12:00/13:00/14:00/16:00/17:00/18:00/19:00/20:00/21:15
- 本路線雙向轉乘臺北市區公車第1段半價優惠



- 圖例說明：
- 起訖點
 - 去程單邊設站
 - 雙邊設站
 - 返程單邊設站
 - Chang Gung University
 - Chang Gung Memorial Hospital
 - Xingnan Temple
 - MRT Zhongxiao Dunhua Sta.
 - Sun Yat-sen Memorial Hall
 - Taipei City Hall Transfer Station

三重客運公司 603 公車【長庚大學-捷運丹鳳站】路線圖(調整後)



起訖站：長庚大學—捷運丹鳳站
調整後603班表(111年4月10日起實施)

平日				假日			
車次	時刻	車次	時刻	車次	時刻	車次	時刻
1	06:00	13	13:00	1	06:00	13	19:00
2	06:30	14	14:00	2	07:30	14	20:00
3	07:00	15	15:00	3	09:00	15	21:00
4	07:30	16	16:00	4	10:00	16	22:00
5	08:00	17	16:20	5	11:00		
6	08:30	18	17:00	6	12:00		
7	09:00	19	17:40	7	13:00		
8	09:30	20	18:20	8	14:00		
9	10:00	21	19:00	9	15:00		
10	10:30	22	20:00	10	16:00		
11	11:00	23	21:00	11	17:00		
12	12:00	24	22:00	12	18:00		

2019.07.15