

# 國立成功大學推廣教育『105年暑期運動夏令營』簡章

## 一、依據:

1. 專科以上學校推廣教育實施辦法。
2. 國立成功大學辦理推廣教育班實施細則。
3. 國立成功大學辦理推廣教育收支管理要點。

## 二、班次名稱:105年暑期運動夏令營

三、主辦單位:國立成功大學教務處體育室 <http://pe.acad.ncku.edu.tw/bin/home.php>

四、委辦單位:國立成功大學體育校代表隊及社團系隊

五、開班目的:為倡導健康休閒活動及培養運動技術,達成身心健康的提升。

六、招生對象:本校教職員工之子女及台南市國小以上學生。

七、招生人數:每梯次學員限50名(依報名先後順序錄取),每梯次學員不足15名取消該梯次。

八、收費標準:每名NT4,000元/每梯次

※可單獨報名運動項目:游泳(NT2,500元/每梯次)、球類(每項NT1,000元/每梯次)

※本校教職員工之子女或單次報名2人以上九折優惠。

※退費標準:依據教育部專科以上學校推廣教育實施辦法辦理。

※本活動提供中低收入戶全額補助限每梯次3名,須經由學校推薦參加,依報名順序而定。

## 九、修讀課程學分數:無

十、上課日期:自105年7月11日至7月29日止,每梯次5天,每天8小時,共3梯次。

十一、上課地點:游泳教學:國立成功大學勝利校區游泳池。

體適能及午休:國立成功大學勝利校區健休中心及韻律教室。

桌球、羽球、籃球、綜合活動及午餐:國立成功大學光復校區中正堂體育館。

足球:國立成功大學光復校區操場。

十二、上課時段:每週一至週五 08:00-17:00

十三、上課師資:成大體育教師、成大體育校隊、社團系隊成員、合格游泳教練

十四、報名:請洽成大體育室楊先生(06)2757575 轉 50389

十五、注意事項:學員上課請自行接送(上課請送至光復校區中正堂體育館,下課請至勝利校區建休中心接學員,汽、機車可停東寧路15巷成大東寧停車場)

## 國立成功大學體育室辦理 105 年暑期運動夏令營課程表

日期 時間	星期一 7/11、7/18、7/25	星期二 7/12、7/19、7/26	星期三 7/13、7/20、7/27	星期四 7/14、7/21、7/28	星期五 7/15、7/22、7/29
08:00-08:30	1. 報到 2. 環境介紹	暑假作業指導	暑假作業指導	暑假作業指導	暑假作業指導
08:30-10:00	球類教學 (籃球、足球二選一)	球類教學 (籃球、足球二選一)	球類教學 (籃球、足球二選一)	球類教學 (籃球、足球二選一)	分組比賽
10:00-10:10	休息時間				
10:10-11:40	球類教學 (桌球、羽球二選一)	球類教學 (桌球、羽球二選一)	球類教學 (桌球、羽球二選一)	球類教學 (桌球、羽球二選一)	個人比賽
11:40-13:30	自助餐：主食+4 菜 1 湯或飲品、午休(如未滿 50 人，改食用便當)				
13:30-14:10	體適能(地板運動、柔軟度、強化肌肉及增強心肺功能訓練、運動傷害防護)				
14:10-16:10 (中間休息十分鐘、點心時間)	游泳教學 (捷式、蛙式、仰式、蝶式，以程度分班教學，四選一)				
16:10-16:30	自由練習及盥洗時間				
16:30-17:00	綜合活動(團康活動、美語說故事、運動影片賞析)				

- ※學員上午送至光復校區中正堂，下午勝利校區健休中心接回(由本校發行東寧停車場臨時停車證，以供家長停車接學員)
- ※第一梯次上課時間:自 7 月 11 日至 7 月 15 日止，每週一至週五。
- ※第二梯次上課時間:自 7 月 18 日至 7 月 22 日止，每週一至週五。
- ※第三梯次上課時間:自 7 月 25 日至 7 月 29 日止，每週一至週五。
- ※室外課(足球)因雨改上室內活動課。
- ※如於上課期間請假之學員，請自行告知補課日期並於 7 月 29 日前補完(不退費)。
- ※如遇颱風時，以台南市政府公佈是否上課為準(不另行補課、不退費)。
- ※游泳教學依程度進行分班，初學每班不超過 10 人，進階每班 15 人。
- ※學員請自備桌、羽球拍、游泳用具(泳衣、蛙鏡、泳帽、大浴巾和盥洗用品)、午餐及午休用具。
- ※球類項目請於報名繳費時勾選完成(四選二)。

