

# 臺南市 台南應用科技大學 運動 i 臺灣 身心障礙運動體驗營

## i 健康 i 運動

- 一、目的：為增進身心障礙國民之身心健康、提升強健體魄，培養積極進取、團結合作之精神。
- 二、指導單位：教育部體育署
- 三、主辦單位：臺南市政府
- 四、承辦單位：台南應用科技大學
- 五、協辦單位：臺南市立復興國民中學
- 六、活動地點：臺南市立復興國民中學
- 七、活動時間：109年07月17日-08月28日(詳細時間請參閱報名表)
- 八、辦理方式：
  - (一)活動特色：設計多元且遊戲化的運動課程，提升身心障礙者自信心、體能、專注與團隊合作能力。
  - (二)執行方式：1. 依障別之不同分組，並安排適合各障別的活動方式進行活動。  
2. 採小組活動的方式並安排志工從旁協助活動的進行。
- 九、參與對象、人數：身心障礙者，每梯次約 20 人。
- 十、報名手續：
  - (一)報名日期：自即日起至各活動辦理梯次前三天止。
  - (二)報名方式：掃描 QR cord 填寫表單或填寫報名表，以郵寄或 E-mail 方式，郵寄至：71002 台南市永康區中正路 529 號  
台南應用科技大學運休系 曾淑平老師收。  
連絡電話：06-2539609  
E-mail：[t00160@mail.tut.edu.tw](mailto:t00160@mail.tut.edu.tw)。
  - (三)本活動全程免費，並為參與者投保公共意外責任險。
  - (四)本活動辦法及報名表同時刊登於台南應用科技大學運動休閒與健康管理系網站，網址：<http://www.drhm.tut.edu.tw/bin/home.php?Lang=zh-tw>



# 臺南市 台南應用科技大學 運動 i 臺灣 身心障礙運動體驗營

## i 健康 i 運動 報名表

姓 名		性 別		出生年月日	
聯絡電話		障 別		身分證字號	
任職單位					
緊急連絡人		關係		聯絡電話	
參加場次 (可複選)	<input type="checkbox"/> 7/17 (星期五) 1400-1530 活動名稱: 現代羅賓漢 1 <input type="checkbox"/> 7/20 (星期一) 1400-1530 活動名稱: 現代羅賓漢 2 <input type="checkbox"/> 7/27 (星期一) 1400-1530 活動名稱: 球好心切 <input type="checkbox"/> 8/03 (星期一) 1400-1530 活動名稱: 體能王 <input type="checkbox"/> 8/10 (星期一) 1400-1530 活動名稱: 飛盤手 <input type="checkbox"/> 8/17 (星期一) 1400-1530 活動名稱: 太鼓達人 1 <input type="checkbox"/> 8/24 (星期一) 1400-1530 活動名稱: 太鼓達人 2 <input type="checkbox"/> 8/28 (星期五) 1400-1530 活動名稱: 疊疊樂				
活動內容及 效益	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 現代羅賓漢：規劃射箭體驗活動，以安全箭的方式實施，可以玩得安全又有趣。射箭運動可提升專注力、協調力、平衡力、自信心、肌耐力。</li> <li>2. 球好心切：規劃以樂趣化的學習方式學習排球，不用擔心打完排球後的紅、腫、疼痛。此活動可提升專注力、協調力、平衡力、合作學習。</li> <li>3. 體能王：規劃以樂趣化的課程設計，提升健康體適能，促進身、心、靈的健康。</li> <li>4. 飛盤手：規劃以樂趣化的學習方式學習飛盤。此活動可提升專注力、協調力、平衡力、促進合作學習。</li> <li>5. 太鼓達人：太鼓運動是目前最新興的流行運動，也是最安全且老少皆宜的全身性運動。打太鼓可以訓練手眼協調、增加拍子的概念及促進肢體發展等，活動結合遊戲的互動，可在樂趣中達到更好的學習效果。</li> <li>6. 疊疊樂：規劃以競技疊杯運動的技巧學習，提升專注力、協調力、使思考與反應力更敏捷。</li> </ol>				



