



# 2023暑假體育安親營簡章



歡迎來國立體育大學，給孩子不一樣的暑假~

一、**招生對象**：國小學生 (一年級 ~ 六年級)，師生比1:15~18名，

預計招收160名學童 (視報名人數調整班別。)

\* 分組教學，上課時DIY課程依年級、體育課程將依程度分組。

二、**課程內容**：包括定向越野、法式滾球、巧固球、躲避盤、足壘球、籃球、美食

DIY課程、科學實驗、程式設計及拼豆等多元課程，B、C每周二、

四增加魔術方塊課程，培養孩子多元能力。

三、**活動時間**：第一梯次：2023年7月3日(一)至7月31日(一)

第二梯次：2023年8月1日(二)至8月29日(二)

四、**活動費用**：上課時間**8:30-16:00**，含午餐、點心、保險、器材費用等

\*每日接送時間，早上最早**7:30**後接送區就會有老師，下午最晚為

**18:00**來接孩子，若**18:00**後接小朋友，將酌收延托費1小時**100**

元。

1.安親營費用：

- 第一期**20,000元** (共**21**天，僅收**4**週費用，**5000元/週**)
- 第二期**20,000元** (共**21**天，僅收**4**週費用，**5000元/週**)

名額有限，報名要快哦~

- 第一+二期**38,400元**(共**42天**, 僅收**8週**費用, **4800元/週**)
- 單周**五天**課程**7,000元**(不適用折扣, 各班名額**4人**為限。)

**9折優惠:長庚體系教職員子女/體大教職員校友子女/舊生或4人同行**

名額有限, 報名要快哦~

## 2. 每個月加選課後才藝班:

說明:A.黏土課每週有2天有上課, 課程內容不同, 可以擇一或2天一起上課。

B.籃球訓練才藝班每堂課皆安排不同訓練課程, 若欲報名須全部參加。

C.游泳訓練才藝班透過每周2次至體大泳池上課, 增加孩子的體能及泳技訓練。

D.MV舞蹈才藝班透過學習舞蹈增強孩子手腳協調能力, 並增加孩子自信。

E. 沒有選擇才藝課的孩子, 則在原班閱讀書籍, 等待家長。

| 課程名稱    | 課程說明    | 時段/上課時間<br>16:00-17:30(1.5hr) | 每梯次費用    |
|---------|---------|-------------------------------|----------|
| 籃球訓練才藝班 | 籃球球技訓練  | 每周一<br>共5堂                    | 1600元／5堂 |
| 游泳訓練才藝班 | 游泳技術訓練  | 每周三、五<br>共8堂                  | 3600元／8堂 |
| 黏土雕塑才藝班 | 訓練小肌肉發展 | 每周二、四<br>共8堂                  | 2560元／8堂 |
| MV舞蹈才藝班 | 訓練手腳協調  | 每周二<br>共4堂                    | 1280元／4堂 |

五、活動地點: 國立體育大學 333桃園市龜山區文化一路250號 教學研究大樓

六、報名方式: 填寫Google表單-<https://forms.gle/KH7RQYge55JxVCsd8>

七、報名電話: (03)397-4142或 (03)328-3201轉8121、8122廖珮淇老師、

謝芳洳老師、林璟雯老師

八、備註:Google表單可至<http://cecfun.ntsue.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」加入LINE官方ID :@ntsucamp

詢問!



名額有限, 報名要快哦~

# 2023暑假體育安親營七月QA暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 7月3日                        | 7月4日                                  | 7月5日                       | 7月6日                    | 7月7日                       |
|-----------|-----|-----------------------------|---------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                   | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                       |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                       |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | Q   | 足球<br>(球感練習)                | 飛盤<br>(基礎練習)                          | 美食課                        | 法式滾球<br>(新興運動)          | 籃球<br>(基本訓練)               |
|           | A   | 破冰遊戲<br>(認識新朋友)             | 趣味體適能<br>(第一次測驗)                      |                            | 籃球<br>(基本訓練)            | 萬花筒<br>(科學實驗)              |
| 1020-1130 | Q   | 足球競賽<br>(足球小高手)             | 飛盤<br>(團體競賽)                          |                            | 法式滾球<br>(團體競賽)          | 籃球<br>(籃球高手)               |
|           | A   | 破冰遊戲<br>(團體同樂)              | 寫字課<br>(小肌肉訓練)                        |                            | 籃球<br>(籃球高手)            | 萬花筒<br>(科學實驗)              |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                       |                            |                         |                            |
| 1150-1230 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                       |                            |                         |                            |
| 1230-1300 |     | 午休                          |                                       |                            |                         |                            |
| 1300-1400 | Q   | 破冰遊戲<br>(認識新朋友)             | 趣味體適能<br>(第一次測驗)                      | 田徑<br>(基本介紹及練習)            | 樂樂棒<br>(基本訓練)           | 萬花筒<br>(科學實驗)              |
|           | A   | 足球<br>(球感練習)                | 田徑<br>(基本介紹及練習)                       | 飛盤<br>(基礎練習)               | 有氧律動<br>(手腳協調)          | 法式滾球<br>(新興運動)             |
| 1400-1500 | Q   | 破冰遊戲<br>(全體同樂)              | 寫字課<br>(注音好好玩)                        | 田徑<br>(團體競賽)               | 樂樂棒<br>(競賽訓練)           | 萬花筒<br>(科學實驗)              |
|           | A   | 足球競賽<br>(足球高高手)             | 田徑<br>(團體比賽)                          | 飛盤<br>(團體競賽)               | 有氧律動<br>(趣味遊戲)          | 法式滾球<br>(團體競賽)             |
| 1500-1530 |     | 分組討論活動                      |                                       |                            |                         |                            |
| 1600-1650 |     | 整理教室/點心時間                   |                                       |                            |                         |                            |
|           | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                  | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(1) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(1)<br>MV舞蹈才藝班(1) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(2) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                       |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

# 2023暑假體育安親營七月QA暑假課程表

課程表為暫定課程，會因天氣狀況或配合教育部補助課程

| 日期        | 年級  | 7月10日                       | 7月11日                                     | 7月12日                      | 7月13日                   | 7月14日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                       | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                           |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | Q   | 有氧律動<br>(手腳協調)              | TABATA<br>(肌力訓練)                          | 足壘球<br>(基本介紹及練習)           | 巧固球<br>(新興運動)           | 聽診器DIY<br>(科學實驗)           |
|           | A   | 樂樂棒<br>(基本訓練)               | 熱縮片<br>(手作課)                              | 平衡感訓練                      | 故事賞析<br>(閱讀小達人)         | 躲避球<br>(傳接練習)              |
| 1020-1130 | Q   | 有氧律動<br>(趣味遊戲)              | TABATA<br>(心肺耐力)                          | 足壘球<br>(模擬競賽)              | 巧固球<br>(基本訓練)           | 聽診器DIY<br>(科學實驗)           |
|           | A   | 樂樂棒<br>(競賽訓練)               | 熱縮片<br>(手作課)                              | 體能核心訓練                     | 天才小作家<br>(寫作及表達培養)      | 躲避球<br>(模擬競賽)              |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                           |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | Q   | 敏捷協調訓練<br>(反應力及協調訓練)        | 熱縮片<br>(手作課)                              | 趣味英文<br>(認識字母)             | 故事賞析<br>(閱讀小達人)         | 躲避球<br>(傳接練習)              |
|           | A   | 趣味英文<br>(單字介紹)              | TABATA<br>(肌力訓練)                          | 敏捷協調訓練<br>(反應力及協調訓練)       | 足壘球<br>(基本介紹及練習)        | 聽診器DIY<br>(科學實驗)           |
| 1430-1530 | Q   | 大隊接力<br>(趣味跑跑跑)             | 熱縮片<br>(手作課)                              | 趣味英文<br>(英文小達人)            | 天才小作家<br>(寫作及表達培養)      | 躲避球<br>(模擬競賽)              |
|           | A   | 趣味英文<br>(英文小達人)             | TABATA<br>(心肺耐力)                          | 大隊接力<br>(趣味跑跑跑)            | 足壘球<br>(模擬競賽)           | 聽診器DIY<br>(科學實驗)           |
| 1530-1600 |     | 分組討論活動                      |                                           |                            |                         |                            |
| 1600-1650 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |                            |
|           | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                      | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(2) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(3)<br>MV舞蹈才藝班<br>(2) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(4) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                           |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

## 2023暑假體育安親營七月QA暑假課程表

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

| 日期        | 年   | 7月17日                       | 7月18日                                     | 7月19日                      | 7月20日                   | 7月21日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        | 級   | 星期一                         | 星期二                                       | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                           |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | Q   | 平衡感訓練                       | 望遠鏡<br>(科學實驗)                             | 美食課                        | 籃球競賽                    | 飛盤高爾夫<br>(新興運動認識)          |
| 1020-1130 | A   | 巧固球<br>(新興運動認識)             | 躲避盤<br>(基本訓練)                             |                            | 寫字課<br>(注音小天才)          | 跳繩<br>(協調訓練)               |
|           | Q   | 體能核心訓練                      | 望遠鏡<br>(科學實驗)                             |                            | 籃球競賽                    | 飛盤高爾夫<br>(團體競賽)            |
|           | A   | 巧固球<br>(基本訓練)               | 躲避盤<br>(模擬競賽)                             |                            | 競速疊杯<br>(手眼協調)          | 跳繩<br>(趣味跳繩)               |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                           |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | Q   | 寫字課<br>(注音挑戰)               | 躲避盤<br>(基本訓練)                             | 團康遊戲<br>(默契培養)             | 樂樂棒競賽                   | 足球競賽                       |
|           | A   | 望遠鏡<br>(科學實驗)               | 團康遊戲<br>(默契培養)                            | 樂樂棒競賽                      | 足球競賽                    | 飛盤高爾夫<br>(新興運動認識)          |
| 1430-1530 | Q   | 競速疊杯<br>(手眼協調)              | 躲避盤<br>(模擬競賽)                             | 團康遊戲<br>(全體同樂)             | 樂樂棒競賽                   | 足球競賽                       |
|           | A   | 望遠鏡<br>(科學實驗)               | 團康遊戲<br>(全體同樂)                            | 樂樂棒競賽                      | 足球競賽                    | 飛盤高爾夫<br>(競賽模擬)            |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |                            |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                      | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(3) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(5)<br>MV舞蹈才藝班<br>(3) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(6) | 16:00-17:30游<br>泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                           |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

# 2023暑假體育安親營七月QA暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 7月24日                   | 7月25日                                 | 7月26日                      | 7月27日                   | 7月28日                      |
|-----------|-----|-------------------------|---------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                     | 星期二                                   | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                  |                                       |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                    |                                       |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | Q   | 定向越野<br>(新興運動)          | 趣味體適能<br>(第二次測驗)                      | 巧固球<br>(規則複習)              | 成果發表                    | 躲避盤競賽<br>(規則複習)            |
|           | A   | 拼豆<br>(手作課)             | 籃球競賽                                  | 影片賞析<br>(閱讀與理解)            | 足壘球競賽<br>(規則複習)         | 沖天火箭<br>(科學實驗)             |
| 1020-1130 | Q   | 定向越野<br>(團體競賽)          | 決戰一分鐘                                 | 巧固球<br>(巧固球達人)             | 成果發表                    | 躲避盤競賽<br>(正式比賽)            |
|           | A   | 拼豆<br>(手作課)             | 籃球競賽                                  | 天才小作家<br>(寫作及表達培養)         | 足壘球競賽<br>(正式比賽)         | 沖天火箭<br>(科學實驗)             |
| 1130-1145 |     | 下課時間                    |                                       |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間             |                                       |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                      |                                       |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | Q   | 拼豆<br>(手作課)             | 躲避球競賽                                 | 影片賞析<br>(閱讀與理解)            | 跳繩<br>(協調訓練)            | 沖天火箭<br>(科學實驗)             |
|           | A   | 定向越野<br>(新興運動)          | 趣味體適能<br>(第二次測驗)                      | 巧固球<br>(規則複習)              | 成果發表                    | 躲避盤競賽                      |
| 1430-1530 | Q   | 拼豆<br>(手作課)             | 躲避球競賽                                 | 天才小作家<br>(寫作及表達能力培養)       | 跳繩<br>(趣味跳繩)            | 沖天火箭<br>(科學實驗)             |
|           | A   | 定向越野<br>(團體競賽)          | 決戰一分鐘                                 | 巧固球<br>(巧固球達人)             | 成果發表                    | 躲避盤競賽                      |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間               |                                       |                            |                         |                            |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                    | 團體活動                                  | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班(4) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(7)<br>MV舞蹈才藝班(4) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(8) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀               |                                       |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

## 2023暑假體育安親營七月QA暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 7月31日                   |
|-----------|-----|-------------------------|
| 時間        | 級   | 星期一                     |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                  |
| 0830-0930 |     | 早操合唱時間                  |
| 0930-1020 | Q   | QA對抗賽<br>(足壘球)          |
| 1020-1130 | A   |                         |
|           | Q   |                         |
|           | A   |                         |
| 1130-1145 |     | 下課時間                    |
| 1150-1230 |     | 午餐及餐桌禮儀教學               |
| 1230-1300 |     | 午休                      |
| 1300-1400 | Q   | 同樂會<br>(回顧影片欣賞)         |
|           | A   |                         |
| 1400-1500 | Q   |                         |
|           | A   |                         |
| 1500-1530 |     | 分組活動討論                  |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間               |
| 1600-1650 |     | 團體活動團體活動                |
|           | 才藝班 | 16:00-17:30<br>籃球才藝班(5) |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/閱讀時間               |

名額有限，報名要快哦~



# 2023暑假體育安親營七月BC暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 7月3日                        | 7月4日                                  | 7月5日                       | 7月6日                    | 7月7日                       |
|-----------|-----|-----------------------------|---------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                   | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                       |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                       |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | B   | 籃球<br>(基礎訓練)                | 田徑<br>(協調訓練)                          | 美食課                        | 有氧律動<br>(趣味熱身)          | 法式滾球<br>(新興運動)             |
|           | C   | 趣味體適能<br>(第一次測驗)            | 破冰遊戲<br>(認識新朋友)                       |                            | 樂樂棒<br>(基本訓練)           | 有氧律動<br>(趣味熱身)             |
| 1020-1130 | B   | 籃球<br>(籃球達人賽)               | 田徑<br>(小小奧運)                          |                            | 有氧律動<br>(協調遊戲)          | 法式滾球<br>(團體競賽)             |
|           | C   | 數學課<br>(腦力激盪)               | 破冰遊戲<br>(全體同樂)                        |                            | 樂樂棒<br>(團體競賽)           | 有氧律動<br>(協調遊戲)             |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                       |                            |                         |                            |
| 1150-1230 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                       |                            |                         |                            |
| 1230-1300 |     | 午休                          |                                       |                            |                         |                            |
| 1300-1400 | B   | 趣味體適能<br>(第一次測驗)            | 破冰遊戲<br>(認識新朋友)                       | 樂樂棒<br>(基本訓練)              | 拉車人<br>(科學實驗)           | 足球<br>(手腳協調)               |
|           | C   | 田徑<br>(協調訓練)                | 籃球<br>(基本訓練)                          | 法式滾球<br>(基礎練習)             | 足球<br>(手腳協調)            | 程式設計                       |
| 1400-1500 | B   | 數學課<br>(腦力激盪)               | 破冰遊戲<br>(全體同樂)                        | 樂樂棒<br>(團體競賽)              | 拉車人<br>(科學實驗)           | 足球<br>(團體競賽)               |
|           | C   | 田徑<br>(小小奧運會)               | 籃球<br>(團體競賽)                          | 法式滾球<br>(團體競賽)             | 足球<br>(團體競賽)            | 程式設計                       |
| 1500-1530 |     | 分組討論活動                      |                                       |                            |                         |                            |
| 1600-1650 |     | 整理教室/點心時間                   |                                       |                            |                         |                            |
|           | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                  | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(1) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(1)<br>MV舞蹈才藝班(1) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(2) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                       |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

# 2023暑假體育安親營七月BC暑假課程表

課程表為暫定課程，會因天氣狀況或配合教育部補助課程

| 日期        | 年級  | 7月10日                       | 7月11日                                     | 7月12日                      | 7月13日                   | 7月14日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                       | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                           |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | B   | 藝術窗彩<br>(手作課)               | 巧固球<br>(新興運動)                             | 議題討論<br>(議題介紹<br>講解)       | 飛盤<br>(技術訓練)            | 敏捷協調訓練<br>(反應及協調)          |
|           | C   | 巧固球<br>(新興運動)               | 足壘球<br>(技術訓練)                             | 趣味英文<br>(單字認識)             | 敏捷協調訓練<br>(反應及協調)       | 飛盤<br>(技術訓練)               |
| 1020-1130 | B   | 藝術窗彩<br>(手作課)               | 巧固球<br>(競賽練習)                             | 議題討論<br>(邏輯思考)             | 飛盤<br>(團體競賽)            | 大隊接力<br>(田徑達人)             |
|           | C   | 巧固球<br>(團體競賽)               | 足壘球<br>(模擬競賽)                             | 趣味英文<br>(英文達人)             | 大隊接力<br>(田徑達人)          | 飛盤<br>(團體競賽)               |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                           |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | B   | 趣味英文<br>(單字介紹)              | 足壘球<br>(基礎訓練)                             | 議題討論<br>(課程介紹)             | 風向儀<br>(科學實驗)           | 體能核心訓練                     |
|           | C   | 藝術窗彩<br>(手作課)               | 趣味英文<br>(單字認識)                            | 躲避球<br>(技術訓練)              | 體能核心訓練                  | 程式設計                       |
| 1430-1530 | B   | 趣味英文<br>(遊戲競賽)              | 足壘球<br>(模擬競賽)                             | 議題討論<br>(思辨能力)             | 風向儀<br>(科學實驗)           | TABATA                     |
|           | C   | 藝術窗彩<br>(手作課)               | 趣味英文<br>(趣味競賽)                            | 躲避球<br>(團體競賽)              | TABATA                  | 程式設計                       |
| 1530-1600 |     | 分組討論活動                      |                                           |                            |                         |                            |
| 1600-1650 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |                            |
|           | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                      | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(2) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(3)<br>MV舞蹈才藝班<br>(2) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(4) | 16:00-17:30游<br>泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                           |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

## 2023暑假體育安親營七月BC暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 7月17日                       | 7月18日                                 | 7月19日                      | 7月20日                   | 7月21日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|---------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                   | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                       |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                       |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | B   | 躲避盤<br>(技術訓練)               | 定向越野<br>(新興運動)                        | 美食課                        | 躲避球<br>(技術訓練)           | 團康遊戲<br>(默契培養)             |
| 1020-1130 | C   | 跳繩<br>(協調訓練)                | 爆走魷魚<br>(科學實驗)                        |                            | 團康遊戲<br>(默契培養)          | 益智體能                       |
|           | B   | 躲避盤<br>(團體競賽)               | 定向越野<br>(團體競賽)                        |                            | 躲避球<br>(團體競賽)           | 團康遊戲<br>(全體同樂)             |
|           | C   | 數學課<br>(邏輯達人)               | 爆走魷魚<br>(科學實驗)                        |                            | 團康遊戲<br>(全體同樂)          | 益智體能                       |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                       |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                       |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                       |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | B   | 跳繩<br>(協調訓練)                | 奇妙懸浮<br>(科學實驗)                        | 足球競賽                       | 巧固球競賽                   | 樂樂棒競賽                      |
|           | C   | 定向越野<br>(新興運動)              | 樂樂棒競賽                                 | 巧固球競賽                      | 躲避球<br>(技術訓練)           | 程式設計                       |
| 1430-1530 | B   | 數學課<br>(邏輯應用)               | 奇妙懸浮<br>(科學實驗)                        | 足球競賽                       | 巧固球競賽                   | 樂樂棒競賽                      |
|           | C   | 定向越野<br>(團體競賽)              | 樂樂棒競賽                                 | 巧固球競賽                      | 躲避球<br>(團體競賽)           | 程式設計                       |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間                   |                                       |                            |                         |                            |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                  | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(3) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(5)<br>MV舞蹈才藝班(3) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(6) | 16:00-17:30游<br>泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                       |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

## 2023暑假體育安親營七月BC暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 7月24日                       | 7月25日                                 | 7月26日                      | 7月27日                   | 7月28日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|---------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                   | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                       |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                       |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | B   | 競速疊杯                        | 飛盤高爾夫<br>(新興運動)                       | 足壘球競賽                      | 躲避盤競賽                   | 益智體能                       |
|           | C   | 議題討論<br>(主題介紹)              | 足壘球競賽                                 | 成果發表                       | 拼豆<br>(手作課)             | 趣味體適能<br>(第二次測驗)           |
| 1020-1130 | B   | TABATA(2)                   | 飛盤高爾夫<br>(競賽練習)                       | 足壘球競賽                      | 躲避盤競賽                   | 益智體能                       |
|           | C   | 議題討論<br>(思辨能力培養)            | 足壘球競賽                                 | 成果發表                       | 拼豆<br>(手作課)             | 決戰一分鐘                      |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                       |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                       |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                       |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | B   | 籃球競賽                        | 議題討論<br>(主題介紹)                        | 成果發表                       | 拼豆<br>(手作課)             | 趣味體適能<br>(第二次測驗)           |
|           | C   | 競速疊杯                        | 躲避盤競賽                                 | 飛盤高爾夫<br>(新興運動)            | 足球競賽                    | 程式設計                       |
| 1430-1530 | B   | 籃球競賽                        | 議題討論<br>(思辨能力培養)                      | 成果發表                       | 拼豆<br>(手作課)             | 決戰一分鐘                      |
|           | C   | TABATA(2)                   | 躲避盤競賽                                 | 飛盤高爾夫<br>(團體競賽)            | 足球競賽                    | 程式設計                       |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間                   |                                       |                            |                         |                            |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                  | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(4) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(7)<br>MV舞蹈才藝班(4) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(8) | 16:00-17:30游<br>泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                       |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

## 2023暑假體育安親營七月BC暑假課程表

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

| 日期<br>時間  | 年級  | 7月31日<br>星期一            |
|-----------|-----|-------------------------|
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                  |
| 0830-0930 |     | 早操合唱時間                  |
| 0930-1020 | B   | 躲避球競賽                   |
|           | C   | 籃球競賽                    |
| 1020-1130 | B   | 躲避球競賽                   |
|           | C   | 籃球競賽                    |
| 1130-1145 |     | 下課時間                    |
| 1150-1230 |     | 午餐及餐桌禮儀教學               |
| 1230-1300 |     | 午休                      |
| 1300-1400 | B   | 同樂會<br>(回顧影片欣賞)         |
|           | C   |                         |
| 1400-1500 | B   |                         |
|           | C   |                         |
| 1500-1530 |     | 分組活動討論                  |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間               |
| 1600-1650 |     | 團體活動團體活動                |
|           | 才藝班 | 16:00-17:30<br>籃球才藝班(5) |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/閱讀時間               |

名額有限，報名要快哦~

## 2023暑假體育安親營8月QA暑假課程表

| 日期        | 年   | 8月1日                        | 8月2日                                      | 8月3日                       | 8月4日                    |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|
| 時間        | 級   | 星期二                         | 星期三                                       | 星期四                        | 星期五                     |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |
| 0830-0930 |     | 早操合唱時間                      |                                           |                            |                         |
| 0930-1020 | Q   | 趣味體適能<br>(期初測驗)             | 美食課                                       | 躲避球<br>(基本練習)              | 樂樂棒<br>(基本介紹)           |
| 1020-1130 | A   | 田徑<br>(基本認識)                |                                           | 跳繩(1)<br>(協調練習)            | 望遠鏡<br>(科學實驗)           |
|           | Q   | 競速疊杯                        |                                           | 躲避球<br>(團體競賽)              | 樂樂棒<br>(團體競賽)           |
|           | A   | 田徑<br>(趣味田徑賽)               |                                           | 寫字課<br>(小肌肉訓練)             | 望遠鏡<br>(科學實驗)           |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |
| 1150-1230 |     | 午餐及餐桌禮儀教學                   |                                           |                            |                         |
| 1230-1300 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |
| 1300-1400 | Q   | 田徑<br>(基本認識)                | 團康遊戲(1)<br>(認識新朋友)                        | 跳繩(1)<br>(協調訓練)            | 望遠鏡<br>(科學實驗)           |
|           | A   | 趣味體適能<br>(期初測驗)             | 法式滾球<br>(新興運動)                            | 團康遊戲(1)<br>(認識新朋友)         | 樂樂棒<br>(基本練習)           |
| 1400-1500 | Q   | 田徑<br>(趣味田徑賽)               | 團康遊戲(1)<br>(全體同樂)                         | 寫字課<br>(小肌肉訓練)             | 望遠鏡<br>(科學實驗)           |
|           | A   | 競速疊杯                        | 法式滾球<br>(團體競賽)                            | 團康遊戲(1)<br>(全體同樂)          | 樂樂棒<br>(團體競賽)           |
| 1500-1530 |     | 分組活動討論                      |                                           |                            |                         |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                      | 團體活動                       | 團體活動                    |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(1) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(1)<br>MV舞蹈才藝班<br>(1) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(2) |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/閱讀時間                   |                                           |                            |                         |

名額有限，報名要快哦~

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

名額有限，報名要快哦~

# 2023暑假體育安親營8月QA暑假課程表

課程表為暫定課程，會因天氣狀況或配合教育部補助課程

| 日期        | 年級  | 8月7日                        | 8月8日                                      | 8月9日                       | 8月10日                   | 8月11日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                       | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                           |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | Q   | 故事賞析<br>(課程介紹)              | 法式滾球<br>(新興運動)                            | 飛盤<br>(基本練習)               | 刮刮畫<br>(手作課)            | 敏捷協調訓練                     |
|           | A   | 躲避球<br>(基本練習)               | 籃球<br>(基本練習)                              | 萬花筒<br>(科學實驗)              | 有氧律動<br>(手腳協調)          | 趣味英文<br>(認識單字)             |
| 1020-1130 | Q   | 故事小專家<br>(創意發揮)             | 法式滾球<br>(團體遊戲)                            | 飛盤<br>(團體競賽)               | 刮刮畫<br>(手作課)            | 大隊接力                       |
|           | A   | 躲避球<br>(團體競賽)               | 籃球<br>(團體競賽)                              | 萬花筒<br>(科學實驗)              | 有氧律動<br>(律動達人)          | 趣味英文<br>(英文達人)             |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                           |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | Q   | 籃球<br>(基本練習)                | 足球<br>(基本練習)                              | 萬花筒<br>(科學實驗)              | 趣味英文<br>(認識單字)          | 有氧律動<br>(手腳協調)             |
|           | A   | 故事賞析<br>(課程介紹引導)            | 飛盤<br>(基本練習)                              | 足球<br>(基本練習)               | 敏捷協調訓練                  | 刮刮畫<br>(手作課)               |
| 1430-1530 | Q   | 籃球<br>(團體競賽)                | 足球<br>(團體競賽)                              | 萬花筒<br>(科學實驗)              | 趣味英文<br>(英文天才)          | 有氧律動<br>(律動達人)             |
|           | A   | 故事專家<br>(創意發揮)              | 飛盤<br>(團體競賽)                              | 足球<br>(團體競賽)               | 大隊接力                    | 刮刮畫<br>(手作課)               |
| 1530-1600 |     | 分組討論活動                      |                                           |                            |                         |                            |
| 1600-1650 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |                            |
|           | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                      | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(2) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(3)<br>MV舞蹈才藝班<br>(2) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(4) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                           |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~



# 2023暑假體育安親營8月QA暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 8月14日                       | 8月15日                                     | 8月16日                      | 8月17日                   | 8月18日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                       | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                           |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | Q   | 巧固球<br>(新興運動)               | 空氣砲<br>(科學實驗)                             | 美食課                        | TABATA<br>(肌力訓練)        | 躲避盤<br>(基本訓練)              |
| 1020-1130 | A   | 足壘球<br>(基本介紹)               | 飛盤高爾夫<br>(新興運動)                           |                            | 寫字課<br>(認識國字)           | 平衡感訓練                      |
|           | Q   | 巧固球<br>(團體競賽)               | 空氣砲<br>(科學實驗)                             |                            | TABATA<br>(肌耐力訓練)       | 躲避盤<br>(團體競賽)              |
|           | A   | 足壘球<br>(團體競賽)               | 飛盤高爾夫<br>(團體競賽)                           |                            | 跳繩(2)<br>(進階挑戰)         | 體能核心訓練                     |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                           |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | Q   | 足壘球<br>(基本認識)               | 飛盤高爾夫<br>(新興運動)                           | 樂樂棒競賽<br>(規則複習)            | 寫字課<br>(認識國字)           | 平衡感訓練                      |
|           | A   | 巧固球<br>(新興運動)               | 空氣砲<br>(科學實驗)                             | 籃球競賽<br>(進階練習)             | 躲避盤<br>(基本訓練)           | 樂樂棒競賽<br>(規則複習)            |
| 1430-1530 | Q   | 足壘球<br>(團體競賽)               | 飛盤高爾夫<br>(團體競賽)                           | 樂樂棒競賽<br>(團體競賽)            | 跳繩(2)<br>(進階挑戰)         | 體能核心訓練                     |
|           | A   | 巧固球<br>(團體競賽)               | 空氣砲<br>(科學實驗)                             | 籃球競賽<br>(團體競賽)             | 躲避盤<br>(團體遊戲)           | 樂樂棒競賽<br>(團體競賽)            |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |                            |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                      | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(3) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(5)<br>MV舞蹈才藝班<br>(3) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(6) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                           |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

名額有限，報名要快哦~

# 2023暑假體育安親營8月QA暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 8月21日                       | 8月22日                                     | 8月23日                      | 8月24日                   | 8月25日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                       | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                           |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | Q   | 拼豆<br>(手作課)                 | 趣味體適能<br>(期末測驗)                           | 定向越野<br>(新興運動)             | 躲避盤競賽                   | 足球競賽<br>(規則介紹)             |
|           | A   | 團康遊戲(2)<br>(默契培養)           | TABATA(2)                                 | 聽診器<br>(科學實驗)              | 巧固球競賽                   | 故事賞析<br>(課程介紹引導)           |
| 1020-1130 | Q   | 拼豆<br>(手作課)                 | 決戰一分鐘                                     | 定向越野<br>(團體競賽)             | 躲避盤競賽                   | 足球競賽<br>(團體競賽)             |
|           | A   | 團康遊戲(2)<br>(全體同樂)           | TABATA(2)                                 | 聽診器<br>(科學實驗)              | 巧固球競賽                   | 創意作家<br>(寫寫我的故事)           |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                           |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | Q   | 團康遊戲(2)<br>(默契培養)           | TABATA(2)                                 | 聽診器<br>(科學實驗)              | 巧固球競賽                   | 故事賞析<br>(課程引導)             |
|           | A   | 拼豆<br>(手作課)                 | 趣味體適能<br>(期末測驗)                           | 定向越野<br>(新興運動)             | 躲避盤競賽                   | 足球競賽<br>(規則介紹)             |
| 1430-1530 | Q   | 團康遊戲<br>(全體同樂)              | TABATA(2)                                 | 聽診器<br>(科學實驗)              | 巧固球競賽                   | 創意作家<br>(寫寫我的故事)           |
|           | A   | 拼豆<br>(手作課)                 | 決戰一分鐘                                     | 定向越野<br>(團體競賽)             | 躲避盤競賽                   | 足球競賽<br>(團體競賽)             |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |                            |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                      | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(4) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(7)<br>MV舞蹈才藝班<br>(4) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(8) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                           |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

## 2023暑假體育安親營8月QA暑假課程表

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

| 日期        | 年級        | 8月28日                   | 8月29日                                 |
|-----------|-----------|-------------------------|---------------------------------------|
| 時間        |           | 星期一                     | 星期二                                   |
| 0730-0830 |           | 家長接送時間                  |                                       |
| 0830-0930 |           | 早操合唱時間                  |                                       |
| 0930-1020 | Q         | 成果發表                    | QA大對抗<br>(躲避球)                        |
|           | A         | 足壘球競賽                   |                                       |
|           | Q         | 成果發表                    |                                       |
|           | 1020-1130 | A                       |                                       |
| 1130-1145 |           | 下課時間                    |                                       |
| 1150-1230 |           | 午餐及餐桌禮儀教學               |                                       |
| 1230-1300 |           | 午休                      |                                       |
| 1300-1400 | Q         | 足壘球競賽                   | 同樂會<br>(回顧影片欣賞)                       |
|           | A         | 成果發表                    |                                       |
|           | Q         | 足壘球競賽                   |                                       |
|           | 1400-1500 | A                       |                                       |
| 1500-1530 |           | 分組活動討論                  |                                       |
| 1530-1600 |           | 整理教室/點心時間               |                                       |
| 1600-1650 | 才藝班       | 團體活動                    |                                       |
|           |           | 16:00-17:30<br>籃球才藝班(5) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(9)<br>MV舞蹈才藝班(5) |
| 1700-1800 | 溫暖的家/閱讀時間 |                         |                                       |

名額有限，報名要快哦~

## 2023暑假體育安親營8月BC暑假課程表

| 日期        | 年   | 8月1日                        | 8月2日                                      | 8月3日                       | 8月4日                    |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|
| 時間        | 級   | 星期二                         | 星期三                                       | 星期四                        | 星期五                     |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |
| 0830-0930 |     | 早操合唱時間                      |                                           |                            |                         |
| 0930-1020 | B   | 破冰遊戲<br>(認識新朋友)             | 美食課                                       | 壓路機<br>(科學實驗)              | 法式滾球<br>(新興運動)          |
|           | C   | 足球<br>(基本訓練)                |                                           | 田徑<br>(基礎訓練)               | 程式設計                    |
| 1020-1130 |     | B                           |                                           | 破冰遊戲<br>(全體同樂)             | 壓路機<br>(科學實驗)           |
|           | C   | 足球<br>(分組競賽)                |                                           | 田徑<br>(團體競賽)               | 程式設計                    |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |
| 1150-1230 |     | 午餐及餐桌禮儀教學                   |                                           |                            |                         |
| 1230-1300 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |
| 1300-1400 | B   | 足球<br>(基礎訓練)                | 田徑<br>(基礎訓練)                              | 飛盤<br>(基礎訓練)               | 趣味體適能<br>(期初測驗)         |
|           | C   | 破冰遊戲<br>(認識新朋友)             | 飛盤<br>(基本訓練)                              | 趣味體適能<br>(期初測驗)            | TABATA(1)<br>(肌力訓練)     |
| 1400-1500 | B   | 足球<br>(分組競賽)                | 田徑<br>(團體競賽)                              | 飛盤<br>(團體競賽)               | 數學課<br>(腦力激盪)           |
|           | C   | 破冰遊戲<br>(全體同樂)              | 飛盤<br>(團體遊戲)                              | 數學課<br>(腦力激盪)              | TABATA(1)<br>(心肺耐力訓練)   |
| 1500-1530 |     | 分組活動討論                      |                                           |                            |                         |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                        |                                           |                            |                         |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(1) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(1)<br>MV舞蹈才藝班<br>(1) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(2) |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/閱讀時間                   |                                           |                            |                         |

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

名額有限, 報名要快哦~

名額有限，報名要快哦~

# 2023暑假體育安親營8月BC暑假課程表

課程表為暫定課程，會因天氣狀況或配合教育部補助課程

| 日期        | 年級  | 8月7日                        | 8月8日                                      | 8月9日                       | 8月10日                   | 8月11日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                       | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                           |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | B   | 籃球<br>(基礎訓練)                | 拼豆<br>(手作課)                               | 躲避球<br>(基礎訓練)              | 巧固球<br>(新興運動)           | 足壘球<br>(基本練習)              |
|           | C   | 議題賞析<br>(課程引導)              | 法式滾球<br>(新興運動)                            | 風向儀<br>(科學實驗)              | 敏捷協調訓練                  | 程式設計                       |
| 1020-1130 | B   | 籃球<br>(團體對抗賽)               | 拼豆<br>(手作課)                               | 躲避球<br>(團體競賽)              | 巧固球<br>(團體競賽)           | 足壘球<br>(團體競賽)              |
|           | C   | 主題寫作<br>(思辨能力培養)            | 法式滾球<br>(團體競賽)                            | 風向儀<br>(科學實驗)              | 大隊接力                    | 程式設計                       |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                           |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | B   | 議題賞析<br>(課程引導)              | TABATA(1)<br>肌力訓練                         | 風向儀<br>(科學實驗)              | 敏捷協調訓練                  | 趣味英文<br>(單字介紹)             |
|           | C   | 躲避球<br>(基本訓練)               | 飛盤<br>(基本訓練)                              | 籃球<br>(基礎訓練)               | 巧固球<br>(新興運動)           | 樂樂棒<br>(基本練習)              |
| 1430-1530 | B   | 主題寫作<br>(思辨能力培養)            | TABATA(1)<br>心肺耐力                         | 風向儀<br>(科學實驗)              | 大隊接力                    | 趣味英文<br>(團體競賽)             |
|           | C   | 躲避球<br>(團體對抗賽)              | 飛盤<br>(團體競賽)                              | 籃球<br>(團體競賽)               | 巧固球<br>(團體競賽)           | 樂樂棒<br>(技術訓練)              |
| 1530-1600 |     | 分組討論活動                      |                                           |                            |                         |                            |
| 1600-1650 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |                            |
|           | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                      | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(2) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(3)<br>MV舞蹈才藝班<br>(2) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(4) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                           |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

# 2023暑假體育安親營8月BC暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 8月14日                       | 8月15日                                     | 8月16日                      | 8月17日                   | 8月18日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                       | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                           |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | B   | 躲避球競賽                       | 益智體能                                      | 美食課                        | 躲避盤<br>(基本訓練)           | 飛盤高爾夫<br>(新興運動)            |
| 1020-1130 | C   | 競速疊杯                        | 有氧律動                                      |                            | 躲避球競賽                   | 程式設計                       |
|           | B   | 躲避球競賽                       | 益智體能                                      |                            | 躲避盤<br>(團體競賽)           | 飛盤高爾夫<br>(團體競賽)            |
|           | C   | 數學課<br>(邏輯應用)               | 決戰一分鐘                                     |                            | 躲避球競賽                   | 程式設計                       |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                           |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | B   | 競速疊杯                        | 有氧律動                                      | 足球競賽                       | 奇妙懸浮<br>(科學實驗)          | 足球競賽                       |
|           | C   | 躲避盤<br>(基本練習)               | 樂樂棒競賽                                     | 躲避球競賽                      | 益智體能                    | 飛盤高爾夫<br>(新興運動)            |
| 1430-1530 | B   | 數學課<br>(邏輯應用)               | 決戰一分鐘                                     | 足球競賽                       | 奇妙懸浮<br>(科學實驗)          | 足球競賽                       |
|           | C   | 躲避盤<br>(團體競賽)               | 樂樂棒競賽                                     | 躲避球競賽                      | 益智體能                    | 飛盤高爾夫<br>(團體競賽)            |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |                            |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                      | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(3) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(5)<br>MV舞蹈才藝班<br>(3) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(6) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                           |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~



# 2023暑假體育安親營8月BC暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 8月21日                       | 8月22日                                     | 8月23日                      | 8月24日                   | 8月25日                      |
|-----------|-----|-----------------------------|-------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                       | 星期三                        | 星期四                     | 星期五                        |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                           |                            |                         |                            |
| 0830-0930 |     | 早操運動                        |                                           |                            |                         |                            |
| 0930-1020 | B   | 定向越野<br>(新興運動)              | 團康遊戲<br>(默契培養)                            | 樂樂棒競賽                      | 躲避盤競賽                   | 成果發表                       |
|           | C   | 議題討論<br>(課程介紹)              | 熱縮片<br>(手作課)                              | 團康遊戲<br>(默契培養)             | 跳繩<br>(協調練習)            | 程式設計                       |
| 1020-1130 | B   | 定向越野<br>(團體競賽)              | 團康遊戲<br>(全體同樂)                            | 樂樂棒競賽                      | 躲避盤競賽                   | 成果發表                       |
|           | C   | 創意寫作<br>(認識自我)              | 熱縮片<br>(手作課)                              | 團康遊戲<br>(全體同樂)             | 趣味體適能<br>(期末測驗)         | 程式設計                       |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                           |                            |                         |                            |
| 1150-1240 |     | 午餐及餐桌禮儀教學時間                 |                                           |                            |                         |                            |
| 1240-1310 |     | 午休                          |                                           |                            |                         |                            |
| 1320-1430 | B   | 議題討論<br>(課程介紹)              | 巧固球競賽                                     | 星球儀<br>(科學實驗)              | 熱縮片<br>(手作課)            | 跳繩<br>(協調訓練)               |
|           | C   | 定向越野<br>(新興運動)              | 籃球競賽                                      | 體能核心訓練                     | 成果發表                    | 有氧律動                       |
| 1430-1530 | B   | 創意寫作<br>(認識自我)              | 巧固球競賽                                     | 星球儀<br>(科學實驗)              | 熱縮片<br>(手作課)            | 趣味體適能<br>(期末測驗)            |
|           | C   | 定向越野<br>(團體競賽)              | 籃球競賽                                      | TABATA(2)                  | 成果發表                    | 速戰速決一分鐘                    |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間                   |                                           |                            |                         |                            |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                        | 團體活動                                      | 團體活動                       | 團體活動                    | 團體活動                       |
|           |     | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(4) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(7)<br>MV舞蹈才藝班<br>(4) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(8) | 16:00-17:30<br>游泳訓練<br>才藝班 |
| 1700-1800 |     | 溫暖的家/自由閱讀                   |                                           |                            |                         |                            |

名額有限，報名要快哦~

## 2023暑假體育安親營8月BC暑假課程表

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

| 日期        | 年級  | 8月28日                       | 8月29日                                 |
|-----------|-----|-----------------------------|---------------------------------------|
| 時間        |     | 星期一                         | 星期二                                   |
| 0730-0830 |     | 家長接送時間                      |                                       |
| 0830-0930 |     | 早操合唱時間                      |                                       |
| 0930-1020 | B   | 籃球競賽                        | BC大對抗<br>(足壘球)                        |
|           | C   | 巧固球競賽                       |                                       |
| 1020-1130 | B   | 籃球競賽                        |                                       |
|           | C   | 巧固球競賽                       |                                       |
| 1130-1145 |     | 下課時間                        |                                       |
| 1150-1230 |     | 午餐及餐桌禮儀教學                   |                                       |
| 1230-1300 |     | 午休                          |                                       |
| 1300-1400 | B   | 有氧律動                        | 同樂會<br>(回顧影片欣賞)                       |
|           | C   | 躲避盤競賽                       |                                       |
| 1400-1500 | B   | TABATA(2)                   |                                       |
|           | C   | 躲避盤競賽                       |                                       |
| 1500-1530 |     | 分組活動討論                      |                                       |
| 1530-1600 |     | 整理教室/點心時間                   |                                       |
| 1600-1650 | 才藝班 | 團體活動                        |                                       |
|           | 才藝班 | 16:00-17:30<br>籃球才藝班<br>(5) | 16:00-17:30<br>黏土才藝班(9)<br>MV舞蹈才藝班(5) |

名額有限，報名要快哦~

### 課程說明:(必讀)

1. 體育課與DIY課程時間，會視天氣情況調整，若上午天氣不錯就會先上室外的體育課程，若天氣太冷、太熱或下雨，體育課程會改為室內進行。另外，體育課程會帶入相互了解、友誼、團結和公平競爭的精神，期望給孩子們正面的能量。
- 2.課程中將融入翻轉教育、感覺統合課程，使孩子有更多不同的挑戰，體驗更多元化上課方式。A班增加了寫字課，教導小朋友寫字的技巧，還有筆順位置的熟悉；而BC班也加入數學課透過有趣的引導模式，使數學計算速度成長加快，讓小朋友在過程中除了能動動腦邏輯思考，也可讓孩子培養新興趣，以及每周一次的魔術方塊技巧教學練習，訓練孩子手眼協調能力。
- 3.我們如同各位爸爸媽媽一樣，想給孩子們的東西很多，也很明白有些事，如果是”老師”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。
- 4.DIY課程將視課程難易層度，分年級及組別教學，體育課程依年級程度上課。課程內容將視情況配合學校研究訓練或教育部補助課程調整內容。活動行前通知與學校地圖，將於活動前二週mail至家長信箱。
- 5.每天早上 7:30 以後可以送孩子到校，最晚接孩子的時間為 18:00，若 18:00 後接小朋友，將酌收延托費 1 小時 100 元。
- 6.報名完成後，我們會用LINE或MAIL的通知繳費訊息，請家長務必加入我們的LINE，我們的LINE ID:@ntsucamp
- 7.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，第一週後，會將網址聯絡再貼聯絡本給家長。
- 8.老師們可協助帶孩子至公車站牌搭公車(體育大學行政大樓站&長庚大學汎航)  
「公車資訊及注意事項詳如簡章後交通注意事項說明」
- 9.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。
10. 活動中隊輔老師非專業輔導老師，特殊生(注意力缺陷過動症(ADHD)與亞斯伯格症(AS))因無法提供專業的教學內容，請家長勿幫孩子報名，造成不便，請家長體諒。
- 11.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)

名額有限，報名要快哦~

12.如遇天然災害(ex:颱風天), 政府宣布停課, 因不是人為因素, 故不退費。且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。

13.退費說明如下: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。

名額有限, 報名要快哦~

**【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。
- 四、安親營有聯絡本每天帶回，需老師協助寒、暑假作業時，請務必跟老師說~~
- 五、活動時將依孩子的年齡分組，若需同組時(需同年級)，請於報名表上註明。
- 六、活動經費不足部分由本校自行籌措或向教育部申請相關經費，學員繳交費用包含課程教學活動、教師鐘點費、行政管理費用、設備使用費、校內餐食、100萬旅遊平安險、10萬醫療險。
- 七、因課程中為團體教學課程，影響團體課程之學生將無法受理報名。
- 八、參加活動之學員要健康狀況良好，必須無心臟病、高血壓、糖尿病、氣喘及其它重大疾病。
- 九、本次活動相關紀錄(錄影、照片)將上傳雲端硬碟供家長下載。

**【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。

**名額有限，報名要快哦~**

## 【公車資訊】:

### 一、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

### 二、搭乘注意事項:

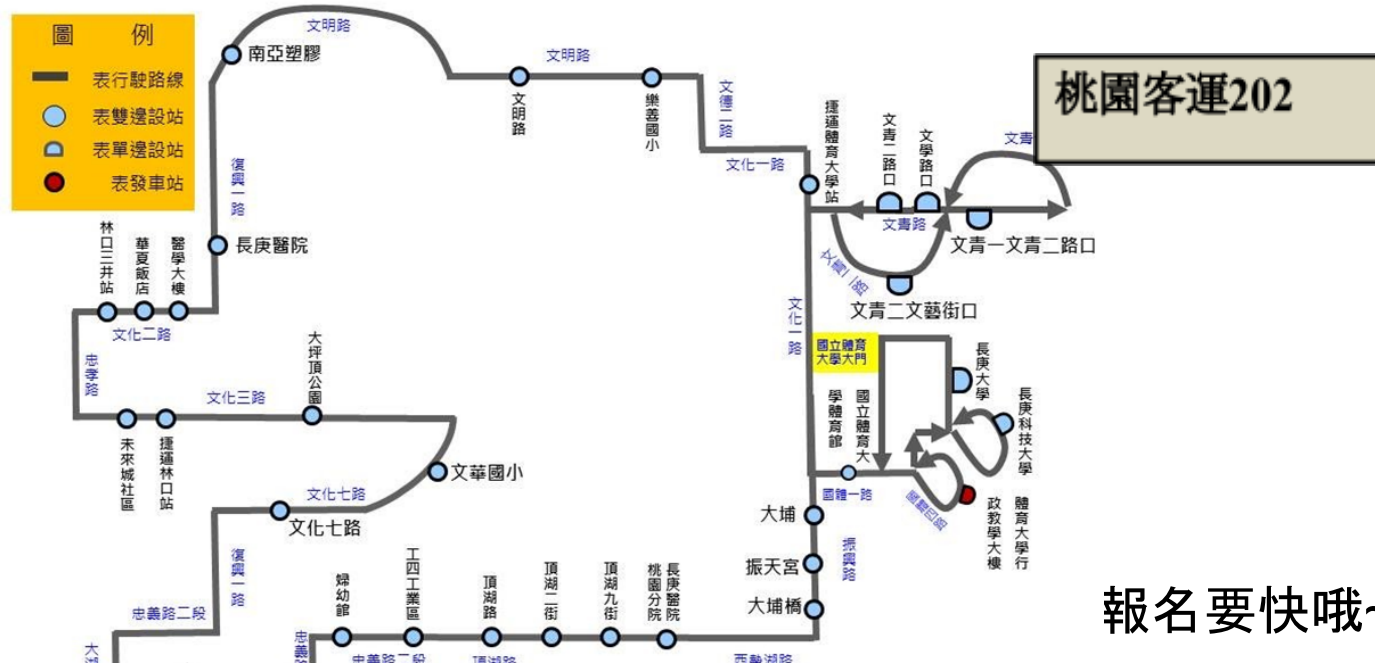
上午-孩子上車須LINE告知我們車牌號碼, 到校我們會回覆給家長。

下午-行政老師會送孩子至公車站牌搭公車, 上車我們會LINE通知家長。

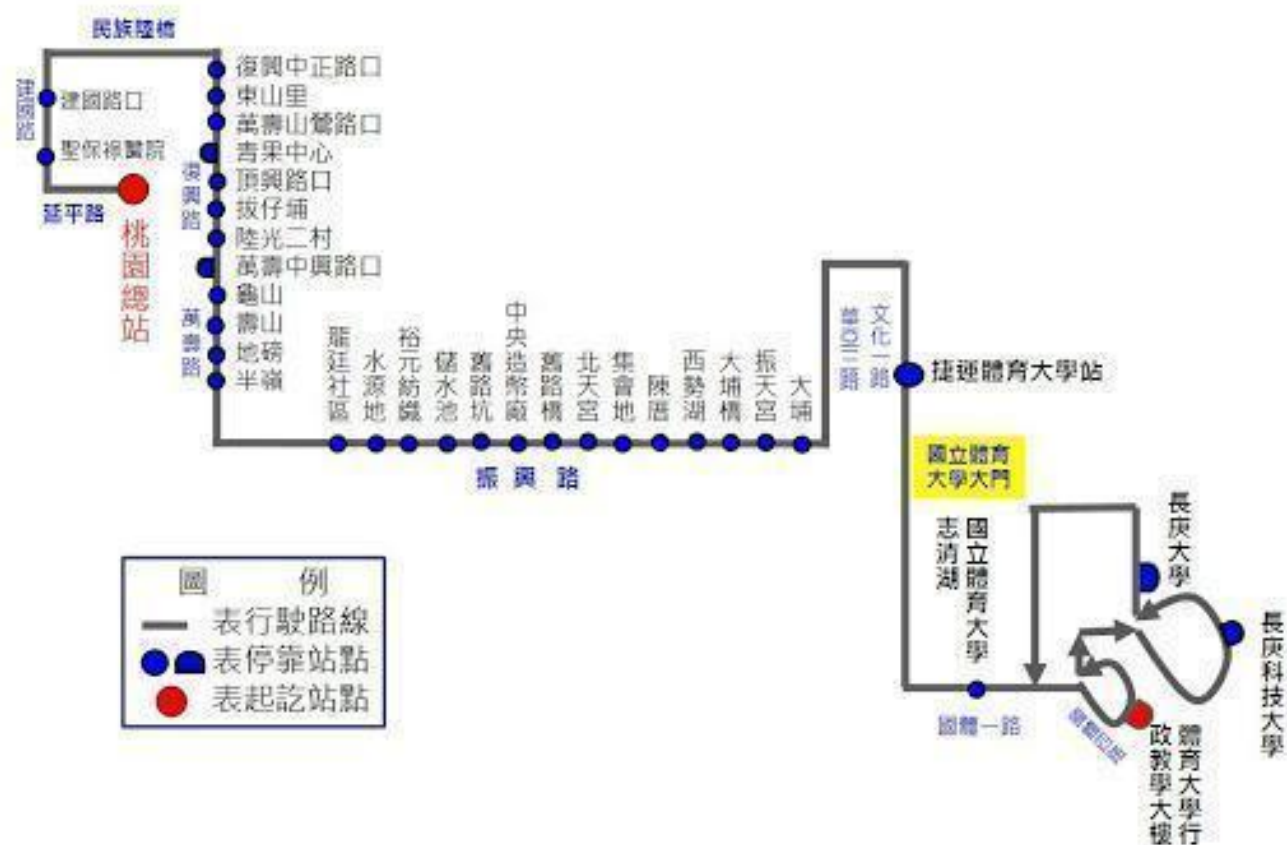
### 三、搭乘汎航注意事項:

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站等待學員到本校, 下午也可以搭乘汎航回, 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



名額有限，報名要快哦~



## 【交通車資訊】:

因疫情趨緩，眾多家長有交通車接送需求，目前先以登記交通車需求統計統計後，確認有座位後，才能報名繳費

### 1、 交通車報名流程如下:

- 1.填寫交通車報名表
  - 2.收到官方LINE通知確定錄取交通車
  - 3.填寫2023暑假活動報名表
- 以上皆完成才算報名活動及交通車成功

### 2、 搭乘交通車注意事項

- 1.交通車座位有限，統計後確認有座位才會LINE通知
- 2.收到LINE通知，確認排上交通車才可繳費
- 3.早上接送時間需等安排接送順序後才會通知上車時間  
(最早7:30後才會開始接送孩子們)
- 4.下午勾選班次不可變動
- 5.搭乘距離範圍限 ！ 林口龜山8km內 ！
- 6.每趟金額90-120元，需待最後議價
- 7.就送至指定地點，並不能要求司機將孩子送到家門口
- 8.無法選擇零星天數搭乘
- 9.實際接孩子的時間會依搭車的孩子住家位置，來排路線
- 10.使用9人座的小巴接送

### 三、GOOGLE表單連結及QRCODE:

連結: <https://forms.gle/fkMiH44fYqh8pf3j9>

QRCODE:



⚠ 交通車座位有限，若一定要搭交通車，一定要確認有交通車位子後，才能繳費 ⚠

名額有限，報名要快哦~