



2024 國立體育大學寒假體育安親營簡章



歡迎來國立體育大學，給孩子不一樣的寒假~

一、**招生對象**：國小學生（一年級 ~ 六年級），師生比 1:10~12 名，

預計招收 120 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。另外，A 班

新增桌遊課程；B、C 每周二、四增加魔術方塊及電腦課程，培養

孩子多元能力。

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**：2024 年 1 月 22 日(一)至 2 月 7 日(三)

五、**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：

- 整期 17,500 元（共 13 天）
- 單周五天課程(1/22-1/26 或 1/29-2/2)7,500 元
- 單周八天課程(1/29-2/7) 12,000 元

!!!!單周五天、八天課程恕不折扣!!!!

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. 趣味體能課每週有 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. 圍棋才藝班透過每周 2 次的課程，訓練孩子專注度並開發智力。

D. 桌遊才藝班透過每周 2 次的課程，培養孩子團隊合作及反應的能力。

(桌遊才藝班因難易度及閱讀理解能力等不同，故限 3 年級以上報名)

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 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、四 共 4 堂	1400 元/4 堂
趣味體能才藝班	體能加強訓練	每周三、五 共 4 堂	1400 元/4 堂
圍棋才藝班	加強智力發展	每周二、五 共 4 堂	1400 元/4 堂
桌遊才藝班(限 12 人) 限 3 年級以上報名	加強團隊合作及反應能力	每周一、四 共 4 堂	1400 元/4 堂

六、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

七、報名方式：填寫 Google 表單-<https://forms.gle/AN8RVFqz1jmkN6F47>

八、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

九、備註:Google 表單可至 <http://cecfun.ntsud.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!



報名表單

名額有限，報名要快哦~

2024 寒假體育安親營寒假 A 班課程表

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	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26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	A	飛盤 (基本練習)	足球 (球感訓練)	美食課	寫字課 (小肌肉訓練)	田徑 (協調練習)
1020-1130		飛盤 (團體遊戲)	足球 (團隊競賽)		平衡感訓練	田徑 (團隊競賽)
1130-1145		下課/分組時間				
1150-1230		午餐及餐桌禮儀教學時間				
1230-1300		午休/每周兩天桌遊時間				
1300-1400	A	科學實驗 (拉線玩具)	團康遊戲 (認識新朋友)	樂樂棒 (規則認識)	趣味英文 (認識單字)	巧固球 (新興運動)
1400-1500		科學實驗 (拉線玩具)	團隊遊戲 (默契培養)	樂樂棒 (團隊競賽)	趣味英文 (小組遊戲)	巧固球 (團隊遊戲)
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 籃球才藝班	16:00-17:30 圍棋才藝班	16:00-17:30 趣味體能 才藝班	16:00-17:30 籃球才藝班	16:00-17:30 圍棋才藝班 趣味體能才藝班
1700-1800		溫暖的家/自由閱讀				

名額有限，報名要快哦~

2024 寒假體育安親營寒假 A 班課程表

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	1月29日	1月30日	1月31日	2月1日	2月2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	A	籃球 (球感培養)	飛盤高爾夫 (新興運動)	躲避球 (基本訓練)	故事賞析	躲避盤 (基本認識)
1020-1130	A	籃球 (團隊競賽)	飛盤高爾夫 (團隊競賽)	躲避球 (團體競賽)	創意小作家	躲避盤 (團隊競賽)
1130-1145		下課/分組時間				
1150-1230		午餐及餐桌禮儀教學時間				
1230-1300		午休/每周兩天桌遊時間				
1300-1400	A	足壘球 (認識規則)	跳繩 (協調訓練)	手作課 (爆竹春聯)	定向越野 (新興運動)	壘杯 (手眼訓練)
1400-1500	A	足壘球 (團隊競賽)	體適能 (體能培養)	手作課 (爆竹春聯)	定向越野 (分組競賽)	法式滾球 (新興運動)
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 16:00-17:30 籃球才藝班	團體活動 16:00-17:30 圍棋才藝班	團體活動 16:00-17:30 趣味體能 才藝班	團體活動 16:00-17:30 籃球才藝班	團體活動 16:00-17:30 圍棋才藝班 趣味體能才藝班
1700-1800		溫暖的家/自由閱讀				

名額有限，報名要快哦~

2024 寒假體育安親營寒假 A 班課程表

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	2月5日	2月6日	2月7日
時間		星期一	星期二	星期三
0730-0830		家長接送時間		
0830-0930		早操合唱時間		
0930-1020	A	巧固球競賽 (規則複習)	敏捷協調訓練	躲避盤競賽
1020-1130	A	巧固球競賽 (團體競賽)	大隊接力	躲避盤競賽
1130-1145		下課/分組時間		
1150-1230		午餐及餐桌禮儀教學		
1230-1300		午休/每周兩天桌遊時間		
1300-1400	A	體能核心訓練	足壘球競賽	溫馨回顧 同樂會
1400-1500	A	T A B A T A	足壘球競賽	
1500-1530		分組活動討論		
1530-1600		整理教室/點心時間		
1600-1730		團體活動		
1730-1800		溫暖的家/閱讀時間		

名額有限，報名要快哦~

2024 寒假體育安親營寒假 BC 班課程表

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	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26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	團康遊戲 (認識新朋友)	飛盤 (基本練習)	美食課	巧固球 (新興運動)	有氧律動
	C	足球 (基本練習)	科學實驗 (壓路機)		田徑 (基本認識)	樂樂棒 (基本練習)
1020-1130	B	團康遊戲 (團體同樂)	飛盤 (團體競賽)		巧固球 (團體遊戲)	數學課
	C	足球 (團體遊戲)	科學實驗 (壓路機)		田徑 (團體競賽)	樂樂棒 (團隊競賽)
1130-1145		下課/分組時間				
1150-1230		午餐及餐桌禮儀教學時間				
1230-1300		午休/每周兩天魔方時間				
1300-1400	B	足球 (球感培養)	科學實驗 (曲軸騎士)	田徑 (基本認識)	樂樂棒 (基本練習)	躲避球 (戰術訓練)
	C	團康遊戲 (認識新朋友)	飛盤 (基本練習)	巧固球 (新興運動)	有氧律動	趣味英文 (趣味遊戲)
1400-1500	B	足球 (團體遊戲)	科學實驗 (曲軸騎士)	田徑 (團體競賽)	樂樂棒 (團隊競賽)	躲避球 (團體競賽)
	C	團康遊戲 (團體同樂)	飛盤 (團體競賽)	巧固球 (團體遊戲)	數學課	趣味英文 (團體遊戲)
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 籃球才藝班 桌遊才藝班	16:00-17:30 圍棋才藝班	16:00-17:30 趣味體能 才藝班	16:00-17:30 籃球才藝班 桌遊才藝班	16:00-17:30 圍棋才藝班 趣味體能才藝班
1700-1800		溫暖的家/自由閱讀				

名額有限，報名要快哦~

2024 寒假體育安親營寒假 BC 班課程表

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	1月29日	1月30日	1月31日	2月1日	2月2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	趣味英文 (單字認識)	敏捷協調訓練	籃球 (基本訓練)	定向越野 (新興運動)	電腦課程 (技能教學)
	C	躲避球 (戰術訓練)	體能核心	手作課 (黏土筆筒)	法式滾球 (新興運動)	足壘球 (規則認識)
1020-1130	B	趣味英文 (團體遊戲)	大隊接力	籃球 (團體競賽)	定向越野 (團體競賽)	電腦小高手 (實際應用)
	C	躲避球 (團體競賽)	TABATA	手作課 (黏土筆筒)	法式滾球 (競賽體驗)	足壘球 (團隊競賽)
1130-1145		下課/分組時間				
1150-1230		午餐及餐桌禮儀教學時間				
1230-1300		午休/每周兩天魔方時間				
1300-1400	B	體能核心	手作課 (黏土筆筒)	法式滾球 (新興運動)	跳繩	足壘球 (規則認識)
	C	敏捷協調訓練	籃球 (基本訓練)	定向越野 (新興運動)	躲避盤 (基本練習)	電腦課程 (技能教學)
1400-1500	B	TABATA	手作課 (黏土筆筒)	法式滾球 (競賽練習)	體適能	足壘球 (團隊競賽)
	C	大隊接力	籃球 (團體競賽)	定向越野 (團體競賽)	躲避盤 (團體競賽)	電腦小高手 (實際應用)
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 籃球才藝班 桌遊才藝班	16:00-17:30 圍棋才藝班	16:00-17:30 趣味體能 才藝班	16:00-17:30 籃球才藝班 桌遊才藝班	16:00-17:30 圍棋才藝班 趣味體能才藝班
1700-1800		溫暖的家/自由閱讀				

名額有限，報名要快哦~

2024 寒假體育安親營寒假 BC 班課程表

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	2月5日	2月6日	2月7日
時間		星期一	星期二	星期三
0730-0830		家長接送時間		
0830-0930		早操合唱時間		
0930-1020	B	躲避盤 (基本練習)	飛盤高爾夫 (新興運動)	足壘球競賽
	C	跳繩	樂樂棒競賽	躲避球競賽
1020-1130	B	躲避盤 (團體競賽)	飛盤高爾夫 (競賽體驗)	足壘球競賽
	C	趣味體適能	樂樂棒競賽	躲避球競賽
1130-1145		下課/分組時間		
1150-1230		午餐及餐桌禮儀教學		
1230-1300		午休/每周兩天魔方時間		
1300-1400	B	巧固球競賽	躲避球競賽	溫馨回顧 同樂會
	C	飛盤高爾夫 (新興運動)	巧固球競賽	
1400-1500	B	巧固球競賽	躲避球競賽	
	C	飛盤高爾夫 (競賽體驗)	巧固球競賽	
1500-1530		分組活動討論		
1530-1600		整理教室/點心時間		
1600-1730		團體活動		
1730-1800		溫暖的家/閱讀時間		

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。

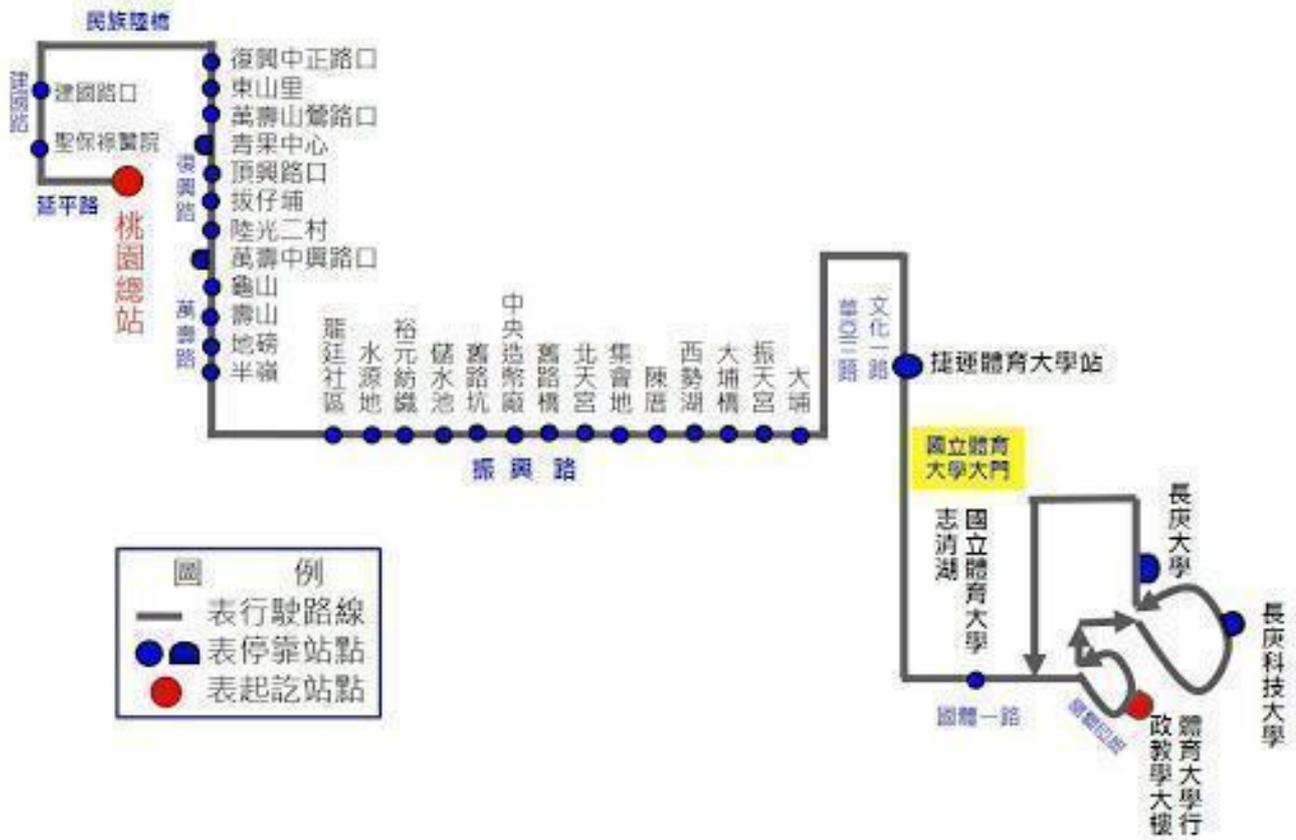
下午-行政老師會送孩子至公車站牌搭公車，上車我們會 LINE 通知家長。

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。

名額有限，報名要快哦~

桃園客運「【5065】桃園-體育學院(經大埔)」路線圖



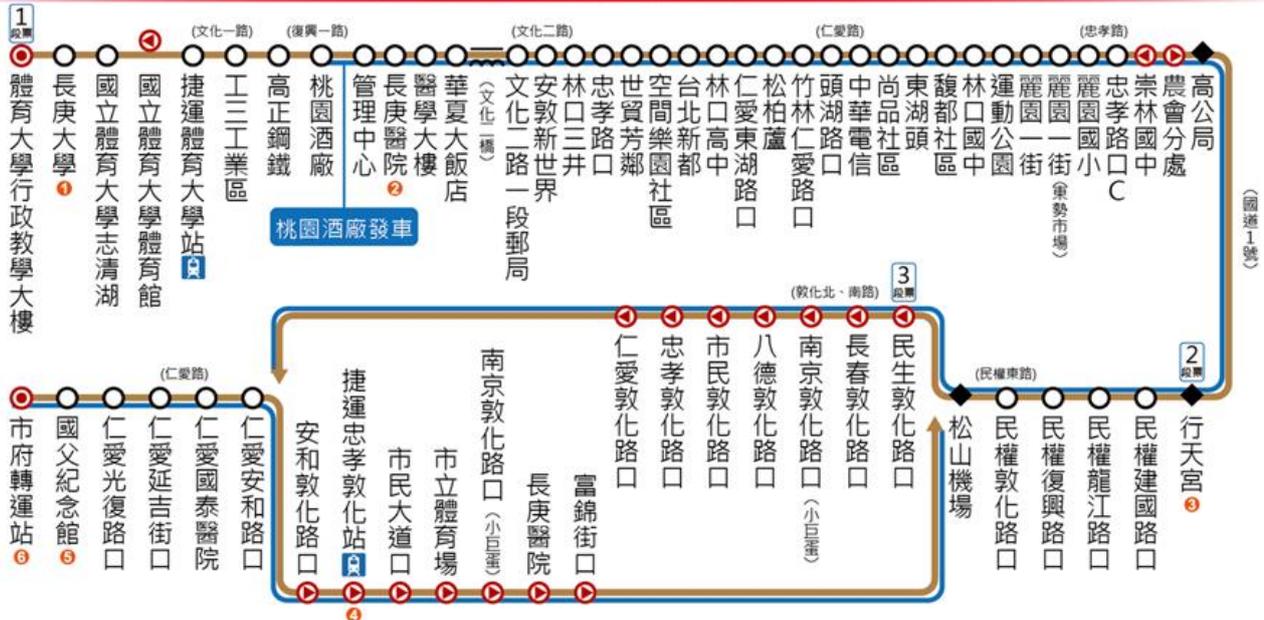
名額有限，報名要快哦~

967

轉乘優惠



- 起迄點：長庚大學-臺北市府(Chang Gung University-Taipei City Hall)
桃園酒廠-臺北市府(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
- 本路線雙向轉乘雙北市區公車享第1段半價優惠



- 圖例說明：
- 起迄點
 - 去程單邊設站
 - 雙邊設站
 - 回程單邊設站
 - 1 Chang Gung University
 - 2 Chang Gung Memorial Hospital
 - 3 Xingtian Temple
 - 4 MRT Zhongxiao Dunhua Sta.
 - 5 Sun Yat-sen Memorial Hall
 - 6 Taipei City Hall Transfer Station

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 2024 寒假活動報名表

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. 搭乘距離範圍限在林口龜山 8km 內
6. 每趟金額 120-150 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/Cv2KKZHnr5q7iNs59> 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~