

# 113 年動「靜」皆「宜」精彩一整夏 PU Fun 電運動營

## 壹、緣起目的

運動能促進大腦功能的整合，有益學習、思考與記憶，在學童放暑假的期間，提供安全妥適的活動場地及器材，教導正確的運動技巧、提高身體適能及培養規律運動的好習慣；營隊以體育活動為中心，融入各項課程，培養學生多元發展，啟動學習的分子機制，提高孩子們的應變能力，培養主動積極的態度，達成健康快樂的生活。

貳、主辦單位：靜宜大學體育室

參、活動時間：自 113 年 7 月 01 日至 8 月 15 日期間共 6 梯次。

肆、地點：靜宜大學各體育場館。

伍、參加對象：年齡為 8-12 歲之學生(國小生)，採優先報名繳費錄取制。

## 陸、活動方式及特色



籃、排球場 3 面

桌球教室 15 面

羽球場 10 面

- 一、符合國際標準的場地設施：室內籃排球場、羽球場、桌球教室。
- 二、師資：聘請各專長領域老師、教學助理及受培訓之相關專長志工。
- 三、課程特色：將運動娛樂化，以提升學童參與興趣，並強化體適能及養成規律運動習慣。
- 四、飲食：由本校餐廳提供均衡營養午餐，課間亦準備點心以補充學童體力。
- 五、交通：活動前及活動後 30 分鐘內請家長至體育館大門接送學童，進入校門請主動向校警隊告知為暑期運動營學童之家長，以俾人車管制。
- 六、保險：凡參加任一梯次之學童皆協助申請投保旅行平安保險。  
※若小朋友已達保險法第 107 條規定之限額者，保險公司會拒絕承保旅行平安保險。
- 七、服裝：穿著合適之運動服裝，亦可多攜帶衣物做更替。  
學員參加路上曲棍球、滑板等活動時，可自行準備護具(護掌、護膝等)，減低受傷風險。

## 柒、辦理梯次、日期及費用 (含膳食、師資、場地使用、保險、活動手冊、課程材料…等)

梯次	日期	天數	營隊類別	費用
1	07 月 01 日~07 月 04 日	4 天/每週	PU 休閒運動營	每梯次 4,500 元
2	07 月 08 日~07 月 11 日			
3	07 月 22 日~07 月 25 日			
4	07 月 29 日~08 月 01 日			
5	08 月 05 日~08 月 08 日			
6	08 月 12 日~08 月 15 日			

\*備註：1. 各專項運動營須超過 12 人才開班，不足時會併班開課。

2. 會依報名人數適時調整課程之安排。

## 捌、報名事項

### 一、優惠方案：

(一)各梯次於 06/14(五)前報名並完成繳費即可享早鳥 9 折優惠價。

(二)靜宜教職員工生之眷屬於 06/14(五)前報名並完成繳費享 85 折優惠價。

二、報名方式：線上報名 <https://forms.gle/uT38uYvYjaozDRDL6> (報名時須填寫匯款帳號後 5 碼及戶名)。

### 三、繳費方式：

ATM 轉帳或匯款	郵局 (代碼 700)
	帳號： <u>0141472 0013477</u>
	戶名：靜宜大學體育室 張維嶽

## 玖、課程表(每梯次依實際狀況調整)

### PU 休閒運動營

#### ➤ 每日課程規劃表 (暫定)

時間/星期	星期一	星期二	星期三	星期四
08:30~09:00	學員報到			
09:00~10:00	破冰	晨間閱讀、作業書寫		
10:00~12:00	路上曲棍球	匹克球 足球	籃球	手抓球
12:00~13:30	午餐+午休			
13:30~15:30	滑板	肢體律動	滑板	攀岩 足球
15:30~17:30	羽球	桌球	樂樂棒球	飛盤
				<b>結業式 17:00</b>
17:30~18:00	賦歸			

➤ 提供 12 堂不同的運動課程，讓孩童體驗不同的運動內容，激發孩童的運動細胞，提升身體活動力，並增強身體免疫力。

➤ 建議上課年齡 8-12 歲者，且對運動有興趣者或初次接觸運動者佳。

## 拾、其它

### 一、主辦單位資訊：

連絡人：靜宜大學體育室教學研究組 蘇珊珊

Tel：(04) 2632-8001 分機 16032 (週一至四 09:00-16:00)

Cell：0922-949401

LINE 群組：<http://line.me/ti/g/7hq4vlBLNc>

Fax：(04) 2631-6961

E-mail：sssue@pu.edu.tw

地址：43301 臺中市沙鹿區台灣大道七段 200 號



### 二、注意事項：

- 1、若遇颱風、地震、豪雨等天災不可抗拒之因素延期活動，將另行通知時間；若課程經主辦單位決定停辦時，已繳費用者統一退費。
- 2、學員因故於開課一週前申請退費者，退還已繳費用之 90%，七天內退還 50%，凡開課後始申請退費者，不予退費。
- 3、請家長衡量學童身心狀況，如有不適用於參加該項運動者，請勿報名。
- 4、請學童自行攜帶護具、水杯或水壺、毛巾、換洗衣物及個人藥品，並務必穿著運動服裝及運動鞋。