



國立金門大學  
NATIONAL QUEMOY UNIVERSITY

「2024 金大假日運動營」活動計畫書



一、活動宗旨：透過運動學習的方式，全面提升孩童的身心素質，使他們在學習和生活中都能夠更加自信、積極地面對挑戰。

## 二、活動目標

- (一) 促進平衡感：透過各式運動挑戰與訓練，培養孩童的平衡感，提高其身體掌控能力，讓他們在日常生活中更加穩健自如。
- (二) 強化敏捷性：透過快節奏的活動和訓練，提高孩童的反應速度和身體協調能力，使其在各種情境下能夠靈活應對。
- (三) 發展協調能力：通過團隊運動和合作任務，培養孩童的協調能力和團隊合作精神，讓他們學會與他人有效溝通和合作。
- (四) 提升專注度：透過運動訓練中的各種挑戰和遊戲，激發孩童的興趣，提高他們的專注力和毅力，培養他們解決問題的能力。

三、主辦單位：國立金門大學 / 運動與休閒學系、體育室

四、協辦單位：金門縣教育處，金門縣中、小學

## 五、招生與課程訊息

(一) 營隊地點：國立金門大學

1. 營隊日期：113 年 4 月 20 日至 6 月 23 日每週星期六(A、B、C)、日(D、E、F)。

A、D 班 10：00~12：00，B、E 班 13：00~15：00，C、F 班  
15：30~17：30

(二) 參加對象：幼稚園大班至國中之男、女生。

(三) 營隊課程內容（每班 10~20 人）

1. 直排輪：需自備器材，B、C、D、E、F
2. 籃球：A、B、C、D、E、F
3. 足球：A、B、C

| 時間 \ 課程 | 籃球 | 足球 | 直排輪 |
|---------|----|----|-----|
| A       | V  | V  |     |
| B       | V  | V  | V   |
| C       | V  | V  | V   |
| D       | V  |    | V   |
| E       | V  |    | V   |
| F       | V  |    | V   |

(四) 師資：專業課程由本校具專長之師生擔任，每班一位主教練，一位助教。

#### 六、報名與費用

(一) 每項目共 10 堂課，每堂課 2 小時，共計 3800 元整（包含保險、場地指導等相關費用），4 月 12 日前「雙人成行」（或以上）報名繳費者 95 折優惠，4 月 12 日之後，「四人成行」95 折優惠。

(二) 本校教職員工（含離、退休人員）直系（孫）子女一律 85 折優惠。（與上述優惠擇一使用。）

(三) 報名方式：報名自即日起透過掃描 QR Cord 上網或連結下列網址填寫報名表單，時間內繳費完成才算報名成功。

(四) 現金繳費：4 月 14 日 13:30~17:00，金門大學綜合大樓 133 教室。如有繳費問題請洽活動聯絡人。

(五) 額滿得排候補，由主辦單位依據上網報名先後個別通知。如班次未滿基本人數由主辦單位決定併班或是不開班，並聯繫已報名之家長。

(六) 活動聯絡人：張貽晴同學 0987-000317。

#### 七、報名表單和營隊群組



報名表單



營隊群組



國立金門大學  
NATIONAL QUEMOY UNIVERSITY



「2024 金大假日運動營」報名表

|   |         |   |         |         |
|---|---------|---|---------|---------|
| 學員姓名：   |         | 性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 | 身高_____ | 體重_____ |
| 身分證字號：  |         | 出生日期：民國_____年_____月_____日                                 |         |         |
| 目前就讀學校：_____縣/市_____國小 就讀年級：_____年級 or _____班   |         |   |         |         |
| 上課時段：請勾選<br><br>A、D 班 10：00~12：00<br>B、E 班 13：00~15：00<br>C、F 班 15：30~17：30                           | 時間 \ 課程 | 籃球  | 足球      | 直排輪     |
|   | 週六 A 班  |   |         | X       |
|   | 週六 B 班  |   |         |         |
|   | 週六 C 班  |   |         |         |
|   | 週日 D 班  |   | X       |         |
|   | 週日 E 班  |   | X       |         |
|   | 週日 F 班  |   | X       |         |
| 聯絡 E-mail：  |         |   |         |         |
| 家長姓名：   |         |   |         |         |
| 住家電話：   |         | 手機：   |         |         |
| 孩子身體狀況<br>或特殊疾病   |         |   |         |         |
| 如何得知本活動訊息： <input type="checkbox"/> 簡章 DM <input type="checkbox"/> 學校推廣 <input type="checkbox"/> 親友介紹 |         |   |         |         |
| <input type="checkbox"/> 其他：_____   |         |   |         |         |