

# 中華民國殘障體育運動總會

## 108 年身心障礙學生田徑訓練營實施計畫

一、主旨：藉由田徑運動對身心障礙者身、心、靈有積極正面影響，並強化身心障礙學生的田徑專業能力，同時藉由體驗營讓學生能彼此分享、交流與學習，同時培育我國新生代身心障礙田徑選手，進而增加身心障礙者運動人口。

二、指導單位：教育部體育署

三、主辦單位：中華民國殘障體育運動總會。

四、協辦單位：臺中市立啟明學校總務處、學務處。

五、參加資格：凡領有身心障礙手冊（視覺、肢體）障礙之國、高中學生。

六、活動地點：臺中市立啟明學校 B1 訓練室及學務處投擲訓練場。  
(臺中市后里區三豐路三段 936 號)

七、活動時間：108 年 11 月 23、24、30 日及 12 月 1、7 日共五天，計 25 小時。(上午 09:00~11:30、下午 14:30~17:00 時止)

八、報名：

單位：中華民國殘障體育運動總會

地址：台北市朱崙街 20 號 1 樓

電話：(02)87711450 傳真：(02)27782409

聯絡人：盧素貞 黃鈺惠

報名截止日期：自即日起至 11 月 5 日止。(額滿提前截止)

(報名時請附身心障礙手冊及學生證影印本連同報名表及家長同意書寄送本會報名。)

註：1. 未滿 18 歲之學生欲報名參加者需經家長簽寫同意書，否則報名無效。

2. 本賽會參加學員及工作人員投保 300 萬元人身保險(含死亡、傷殘及醫療給付)，但亦要以政府規定保險公司投保額度為準。

3. 所填報名參加本賽會之個人資料，僅供本賽會相關用途使用。

九、人數：約 30 人。

十、報名費：每人新台幣 300 元

匯款銀行名稱：兆豐國際商業銀行 台北復興分行

帳號：008-10-37495-9。

戶名：社團法人中華民國殘障體育運動總會。

(完成報名後，如臨時不參加者不再退費)

## 十一、訓練主要內容：

### 1. 田徑（三鐵）技術一

初級班：鉛球、鐵餅、標槍的基本握法與定點投擲等基本技術。

中高級班：除加強基本技術外並加強滑步及助跑投擲等連續動作訓練。

### 2. 田徑（三鐵）運動知能—身心障礙田徑規則，輔具訓練及指導。

## 十二、田徑訓練營課程表

預定參加人數為 30 人，初級班 20 人、中高級班 10 人

| 日期及時間                    | 課程內容                                   | 授課老師               |
|--------------------------|--|--------------------|
| 11 月 23 日<br>09:00-11:30 | 始業式<br>程度分級                            | 張福生、劉雅婷<br>曹文仲、黃榮坤 |
| 11 月 23 日<br>14:30-17:00 | 初 級：鉛球基本動作練習。<br>中高級：鉛球投擲練習、滑步投擲練習。    | 曹文仲、黃榮坤            |
|                          |  | 張福生、劉雅婷            |
| 11 月 24 日<br>09:00-11:30 | 初 級：鐵餅基本動作練習。<br>中高級：鐵餅投擲練習、鐵餅旋轉投擲練習。  | 曹文仲、黃榮坤            |
|                          |  | 張福生、劉雅婷            |
| 11 月 24 日<br>14:30-17:00 | 初 級：標槍基本動作練習。<br>中高級：標槍投擲練習、標槍交叉步投擲練習。 | 曹文仲、黃榮坤            |
|                          |  | 張福生、劉雅婷            |
| 11 月 30 日<br>09:00-11:30 | 初 級：專項體能基本練習。<br>中高級：實心球投擲練習。          | 曹文仲、黃榮坤            |
|                          |  | 張福生、劉雅婷            |
| 11 月 30 日<br>14:30-17:00 | 比賽影帶觀賞及規則講解                            | 張福生、劉雅婷<br>曹文仲、黃榮坤 |
| 12 月 1 日<br>09:00-11:30  | 初 級：專項力量訓練與講解。<br>中高級：專項力量訓練。          | 曹文仲、黃榮坤            |
|                          |  | 張福生、劉雅婷            |
| 12 月 1 日<br>14:30-17:00  | 初 級：鐵餅投擲練習。<br>中高級：鐵餅投擲練習。             | 張福生、劉雅婷            |
|                          |  | 曹文仲、黃榮坤            |
| 12 月 7 日<br>09:00-11:30  | 初 級：標槍投擲練習。<br>中高級：標槍半程投擲練習。           | 張福生、劉雅婷            |
|                          |  | 曹文仲、黃榮坤            |
| 12 月 7 日<br>14:30-17:00  | 結業式-測驗                                 | 張福生、劉雅婷<br>曹文仲、黃榮坤 |

- 十三、經費預算：由中華民國殘障體育運動總會編列預算呈報教育體育署審核。
- 十四、本活動如有未盡事宜者，得由主辦單位隨時修正公佈實施。
- 十五、本活動經呈報教育部體育署同意核備後實施。

# 中華民國殘障體育運動總會

## 身心障礙學生田徑訓練營報名表

|                       |  |              |       |                      |                            |
|-----------------------|--|--------------|-------|----------------------|----------------------------|
| 姓 名                   |  | 性 別          |       | 障礙級別                 |                            |
| 身 分 證<br>字 號          |  | 出 生<br>年 月 日 | 年 月 日 |                      |                            |
| 就讀學校<br>名稱或單<br>位 名 稱 |  |              |       | 是否<br>需出<br>具公<br>假函 | <input type="checkbox"/> 是 |
| 就讀學校<br>或單位地<br>址     |  |              |       |                      | <input type="checkbox"/> 否 |
| 通訊地址                  |  |              |       |                      |                            |
| 電 話                   | (H) :  |              |       |                      |                            |
|                       | 手機號碼 :   |              |       |                      |                            |
| 上 課<br>日 期            | 108 年 11 月 23、24、30 日及 12 月 1、7 日。<br>(上午 09:00~11:30、下午 14:30~17:00 時止)   |              |       |                      |                            |
| 三 餐<br>(便當)           | <input type="checkbox"/> 葷 食 <input type="checkbox"/> 素 食  |              |       |                      |                            |
| 備 註                   | <p>一、請用正楷書寫以免錯誤。</p> <p>二、報名地點：中華民國殘障體育運動總會<br/>(台北市朱崙街 20 號 1 樓)</p> <p>聯絡電話：(02)87711450<br/>傳 真：(02)27782409<br/>聯 絡 人：盧素貞、黃鈺惠<br/>費 用：新台幣 300 元整</p> <p>三、活動地點：臺中市立啟明學校 B1 訓練室及學務處投擲訓練場。</p> |              |       |                      |                            |

# 108 年身心障礙學生田徑訓練營

## 家長同意書

本人同意敝子弟 \_\_\_\_\_ 參加 108 年 11 月 23、24、30 日至 108 年 12 月 1、7 日止共計 5 天，貴會舉辦之「108 年身心障礙田徑訓練營」，敝子弟絕對遵從貴會一切活動的規定及指導，若有違反規定及指導，本人願負一切責任，特此同意。

家長／監護人：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

地 址：\_\_\_\_\_

備註：1. 未滿 18 歲之學生欲參加者請家長簽寫同意書，否則報名無效。

2. 報名表不敷使用時，請自行影印。

(以上資料本人同意作為大會辦理活動使用)

簽名：