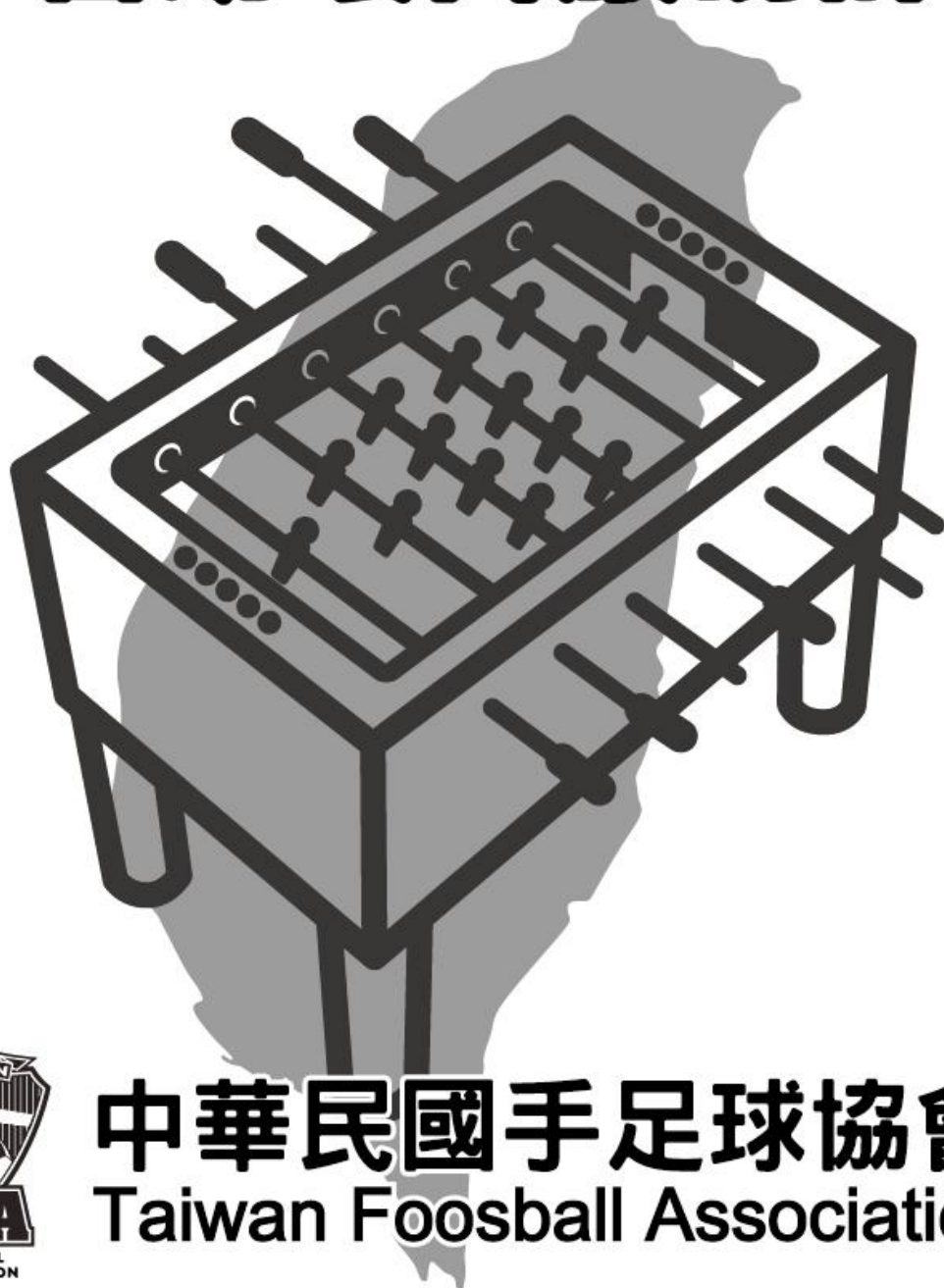


# 2016

## 樂活手足球

### 暑期環台服務計畫



中華民國手足球協會  
Taiwan Foosball Association

## 目錄

2016 樂活手足球暑期環台服務 .....	1
附件一-樂活手足球國中小育樂營 活動計畫.....	4
附件二-樂活手足球彩繪球桌送溫馨 活動計畫 .....	8
附件三-樂活來運動教學體驗營 活動計畫.....	10
附件四-屏東榮家暑期同樂會 活動計畫.....	12
附件五-樂活手足球長青同樂會 活動計畫.....	14
附件六-樂活手足球與聽人同樂 活動計畫.....	19

# 中華民國手足球協會

## 2016 樂活手足球暑期環台服務

### 一、活動緣起：

適逢本會成立至今即將滿十周年，為了紀念這特別的日子，本會特別於今年度籌備了暑期環台服務的計畫，擬透過手足球這項運動，結合教學、同樂活動及服務與創意彩繪等元素，於暑假期間分成三個階段，分別前往全台各地國小、社福、身障及安養等機構舉辦手足球同樂活動，以期讓與會的大小朋友、聽障生及長青長輩們都能一同體驗參與手足球的樂趣。

### 二、活動目標：

1. 服務回饋：帶領本會所培訓手足球種子教練（育幼院及偏鄉國中學生），一同前往國小、社福、身障及安養等機構進行服務，除了藉由服務的過程，協助提升小教練們的膽量、自信與成就外，並藉由與大眾互動交流的過程，擴大他們的人生經驗，開闊人生的視野。
2. 引發興趣：透過遊戲與競賽活動的方式，協助各地青少年朋友認識手足球，進而引發一同參與本項運動的興趣。
3. 創意彩繪：結合育幼院孩子們的創意，將手足球桌進行彩繪塗鴉，藉此以美化球桌，讓手足球桌能同時具有體育休閒與藝術的功能，進而美化安養機構的生活環境。
4. 代間同樂：邀請育幼院、國小及社福機構的孩子，與我們一同前往安養機構服務，並透過遊戲的方式與長輩們進行同樂活動，藉此拉近彼此的距離，讓孩子們能從中學習如何與長輩們進行交流與互動。
5. 相互了解：藉由邀請中部地區社福機構團體，與本會前往與聽障生同樂的過程，協助孩子們有個與聽障生互動交流的過程，讓孩子們學習如何與聽人溝通，藉此提升耐心與同理心，從中學習到感恩與知足，並且能夠更加珍惜與愛護自己的身體。
6. 運動推廣：透過本次環台服務的過程，希望能帶動起全台各地手足球運動的發展，讓更多的青少年與民眾認識與了解這項運動。

### 三、服務方式：

對象	方式	資源
國小 社福機構	前往各地舉辦手足球育樂營	種子教練
安養機構	1. 邀請育幼院院童發揮創意，協助彩繪紙製手足	種子教練

	球桌，並將球桌贈送至各地安養機構 2. 邀請本會於各地區所服務之育幼院或國小學生，與本會一同前往安養機構進行同樂活動	育幼院 國小
聽障機構	邀請本會所服務之育幼院及社福機構學生，與本會一同前往聽障機構，與聽障生進行同樂活動	種子教練 育幼院 社福機構

四、活動時程：

地區	類別	日期	活動名稱	活動地點	天數	活動計畫
南部	青少年	7/6	樂活手足球國中小育樂營	六龜社福中心	半天	附件一
南部	長青	7/9	彩繪球桌送溫馨	打鐵準提寺	1天	附件二
南部	青少年	7/10	樂活來運動教學體驗營	屏東南州國中	半天	附件三
南部	長青	7/17	屏東榮家暑期同樂會	屏東榮譽國民之家	1天	附件四
南部	青少年	7/18	樂活手足球國小育樂營	高雄小港二苓國小	半天	附件一
南部	長青	7/18	樂活手足球長青同樂會	屏東永慈養護中心	半天	附件五
東部	長青	7/20	樂活手足球長青同樂會	台東長青老人養護中心	半天	附件五
中部	青少年	7/27	樂活手足球青少年同樂會	向陽兒少關懷中心	半天	附件一
中部	長青	7/28	樂活手足球長青同樂會	臺中市立仁愛之家	半天	附件五
中部	聽人	7/29	樂活手足球與聽人同樂	台中聲暉之家	半天	附件六
北部	長青	8/4	樂活手足球長青同樂會	台北浩然敬老院	半天	附件五
北部	青少年	8/5	樂活手足球國中小育樂營	基隆中和國小	半天	附件一
北部	長青	8/5	樂活手足球長青同樂會	基隆通明里老人日托中心	半天	附件五

五、服務對象：

1. 高屏、基隆地區國小
2. 全台各地安養機構
3. 兒童安置及聽障機構

六、服務機構統計：

	國中小	社福中心	社福機構	安養機構	身障機構	合計
數量	3	1	1	6	1	12

七、 經費概算：

活動名稱	活動地點	預估人數		支出金額
		服務	志工	
樂活手足球國中小育樂營	六龜社福中心	24	8	2,424
彩繪球桌送溫馨	打鐵準提寺	0	20	30,920
樂活來運動教學體驗營	屏東南州國中	40	10	8,825
屏東榮家暑期同樂會	屏東榮譽國民之家	80	50	7,640
樂活手足球國小育樂營	高雄小港二苓國小	24	10	6,182
樂活手足球長青同樂會	屏東永慈養護中心	20	30	4,260
樂活手足球長青同樂會	台東長青老人養護中心	20	10	12,350
樂活手足球青少年同樂會	向陽兒少關懷中心	16	8	12,232
樂活手足球長青同樂會	臺中市立仁愛之家	20	8	7,360
樂活手足球與聽人同樂	台中聲暉之家	30	28	11,460
樂活手足球長青同樂會	台北浩然敬老院	30	12	4,972
樂活手足球國中小育樂營	基隆中和國小	24	10	8,782
樂活手足球長青同樂會	基隆通明里老人日托中心	19	20	1,380
總計		347	224	118,787

※預估服務人數含青少年及長青

八、 主辦單位：中華民國手足球協會

九、 協辦單位：高樂集運動用品有限公司

十、 贊助單位：接洽中

十一、 聯繫窗口：中華民國手足球協會

聯絡人：秘書長 黃俊揚先生

電話：0910-367315

E-mail：macross369@gmail.com

台北辦事處地址：242 新北市新莊區成功街 48 號 3 樓

十二、 捐款方式：

戶頭	帳號	戶名	備註
郵政劃撥	50323005	中華民國手足球協會黃俊傑	
合作金庫 006	56437-172-06874	中華民國手足球協會	新竹科學園區分行

※採銀行轉帳匯款時，請來電告知捐款資訊，以利本會寄送捐款收據

## 附件一-樂活手足球國中小育樂營 活動計畫

### 一、 活動目的：

為使現今的孩童能夠增加運動休閒的時間，以減少電視、電腦、網路與手機的沈迷，增加參與體育活動的時間，故本會擬於暑假期間前往各地，舉辦手足球育樂營活動，透過遊戲與體驗活動的方式，帶領各地青少年認識手足球這項運動，並藉由手足球的魅力，引領孩子們一同體驗手足球所帶來的愉快與感動。

### 二、 活動目標：

1. 服務回饋：帶領本會所培訓手足球種子教練（育幼院及偏鄉國中學生），一同前往各地進行服務，藉由擔任活動關主與手足球教學助教的過程，協助指導青少年認識手足球這項運動，並藉由參與服務的過程，協助小教練們從中找到自信與成就。
2. 引發興趣：透過遊戲與競賽活動的方式，協助各地青少年朋友認識手足球，進而引發一同參與本項運動的興趣。

### 三、 活動梯次：

日期	預定服務地點	時段	天數
7/6	六龜社福中心	下午	半天
7/18	高雄二苓國小	上午	半天
7/27	向陽兒少關懷中心	下午	半天
8/5	基隆中和國小	上午	半天

### 四、 活動地點：

機構名稱	機構地址
六龜社福中心	高雄市六龜區光復路 102 號
高雄二苓國小	高雄市小港區立群路 6 號
向陽兒少關懷中心	台中市西區五權三街 200 號
基隆中和國小	基隆市中山區中和路 64 號

### 五、 活動對象：

1. 國中小：經家長同意
2. 各活動參加人數以 16~24 人為限

日期	預訂服務地點	對象	人數	工作人員
7/6	六龜社福中心	六龜地區國中小學生	24	8

7/18	高雄二苓國小	小港地區國小學生	24	10
7/27	向陽兒少關懷中心	安置機構內青少年	16	8
8/5	基隆中和國小	基隆中和國小學生	24	10
合計			88	36

六、報名費用：本活動免收報名費

七、育樂營活動內容：

1. 趣味競賽：手足球傳奇-闖關活動
2. 手足球入門教學：規則、進攻、運球、傳球、防守
3. 手足球雙打體驗

八、預定課程：

上午版		下午版	
時間	內容	時間	內容
8:40~9:00	報到	13:10~13:30	報到
9:00~9:20	相見歡	13:30~13:50	相見歡
9:20~9:30	開訓典禮	13:50~14:00	開訓典禮
9:30~10:30	手足球傳奇	14:00~15:00	手足球傳奇
10:30~11:00	手足球入門	15:00~15:30	手足球入門
11:00~11:50	手足球 PK 賽	15:30~16:20	手足球 PK 賽
11:50~12:00	結訓典禮	16:20~16:30	結訓典禮
12:00	賦歸	16:30	賦歸

九、主辦單位：中華民國手足球協會

十、協辦單位：各服務機構與學校、高樂集運動用品有限公司

十一、活動器材：

日期	預訂服務地點	現有球桌數	租用球桌數
7/6	六龜社福中心	2	0
7/18	高雄二苓國小	2	0
7/27	向陽兒少關懷中心	0	2
8/5	基隆中和國小	1	1
合計		9	3

十二、活動預算：

7/6-六龜社福中心 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
保險費-學員	24 人	11	264	100 萬-未滿 15 歲
印刷費	24 人	15	360	手冊、名牌
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球 PK 賽獎牌
闖關遊戲小禮物		300	300	
活動獎品		500	500	活動獎品
雜支			600	郵資、文具、聯繫、雜支
總計			2,424	

※本場次工作人員交通、保險、伙食與住宿費用，由 7/6~7/7 培訓營支應。

7/18-高雄二苓國小 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費-工作人員	3 車*2	200	1,200	
伙食費-工作人員	10 人	160	1,600	早餐：40；午、晚餐：60
保險費-工作人員	10 人	35	350	100 萬
保險費-學員	32 人	11	352	100 萬-未滿 15 歲
印刷費	32 人	15	480	手冊、名牌
比賽獎牌	16 面	50	800	手足球 PK 賽獎牌
闖關遊戲小禮物		300	300	
活動獎品		500	500	活動獎品
雜支			600	郵資、文具、聯繫、雜支
總計			6,182	

7/27-台中向陽兒少關懷中心 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費-台鐵	6 人*2	238	2,856	台鐵：桃園至台中往返
交通費-開車	1 車*2	300	600	台北台中往返
交通費-器材運費	1 車*2	500	1,000	
球桌租金	2 台	2,000	4,000	
伙食費-工作人員	8 人	160	1,280	早餐：40；午、晚餐：60
保險費-工作人員	8 人	35	280	100 萬



保險費-學員	16 人	11	176	100 萬-未滿 15 歲
印刷費	16 人	15	240	手冊、名牌
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球 PK 賽獎牌
闖關遊戲小禮物		300	300	
活動獎品		500	500	活動獎品
雜支			600	郵資、文具、聯繫、雜支
總計			12,232	

8/5-基隆中和國小 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費-台鐵	6 人*2	84	1,008	台鐵：桃園至基隆往返
交通費-開車	1 車*2	200	400	台北基隆往返
交通費-器材運費	1 車*2	500	1,000	新竹基隆往返
球桌租金	1 台	2,000	2,000	
伙食費-工作人員	10 人	160	1,600	早餐：40；午、晚餐：60
保險費-工作人員	10 人	35	350	100 萬
保險費-學員	24 人	11	264	100 萬-未滿 15 歲
印刷費	24 人	15	360	手冊、名牌
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球 PK 賽獎牌
闖關遊戲小禮物		300	300	
活動獎品		500	500	活動獎品
雜支			600	郵資、文具、聯繫、雜支
總計			8,782	

十三、 預計募款金額：

日期	預訂服務學校	預計支出
7/6	六龜社福中心	2,424
7/18	高雄二苓國小	6,182
7/27	向陽兒少關懷中心	12,232
8/5	基隆中和國小	8,782
總計		29,620

## 附件二-樂活手足球彩繪球桌送溫馨 活動計畫

### 一、活動緣起：

為結合育幼院孩子們的創意與青春活力，本會擬於今年暑期舉辦球桌彩繪送溫馨活動，除了邀請本會所培訓手足球種子教練，同時邀請各地育幼院或國小，與我們一同前往安養機構舉辦同樂活動外，同時首次結合育幼院孩子們繽紛的彩繪，透過紙製手足球桌，讓孩子們將他們的創意塗鴉在球桌上，讓本來是單純運動用的手足球桌，也能成為是一項賞心悅目的藝術品，並將這些彩繪的球桌，捐贈至有意放置與長期使用的安養機構，讓手足球桌除了能成為長輩們另一項運動休閒的新選擇外，同時也能成為美化他們生活環境的一項裝置藝術，讓孩子們可愛的塗鴉為他們平淡的生活空間增添更多的色彩。

### 二、彩繪日期：

1. 主要時間：105 年 7 月 9 日（六）整天
2. 備用時間：105 年 7 月 10 日（日）下午

### 三、彩繪地點：打鐵準提寺

### 四、彩繪球桌捐贈機構：預計捐贈 6 間安養機構

地區	日期	活動地點	地址
南部	7/17	屏東榮譽國民之家	屏東縣內埔鄉建興路 100 號
南部	7/18	屏東永慈養護中心	屏東縣新園鄉鹽埔村義仁路 213 號
東部	7/20	台東長青老人養護中心	臺東市新興里鐵花路 51 號
中部	7/28	臺中市立仁愛之家	臺中市北屯區軍功路 2 段 490 號
北部	8/4	台北浩然敬老院	臺北市北投區知行路 75 號
北部	8/5	基隆通明里老人日托中心	基隆市中山區通明里中華路 46 巷 4 號

### 五、協助彩繪機構：屏東精忠育幼院院生

### 六、球桌彩繪活動流程：

活動時間	活動名稱
8:50~9:00	報到
9:00~10:00	球桌組裝
10:00~12:00	彩繪構圖
12:00~12:40	午餐時間
12:40~16:30	彩繪上色
16:30~	圓滿賦歸

- 七、 主辦單位：中華民國手足球協會  
 八、 協辦單位：精忠育幼院、高樂集運動用品有限公司  
 九、 彩繪球桌：

1. 球桌總類：德國製瓦楞紙板足球台
2. 彩繪數量：預計 6 張
3. <http://goo.gl/7rlHhR>



- 十、 球桌彩繪人數預估：

	育幼院院生	機構老師	工作人員	合計
人數	16	3	4	23

- 十一、 經費概算：

球桌彩繪-經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
球桌運費	6	180	1,080	貨運郵寄
球桌費用	6	4,000	24,000	廠商優惠價
美術老師鐘點	4	500	2,000	
上色顏料、器材			1,500	
伙食費-午餐	23	60	1,380	
茶水點心	23	20	460	
雜支			500	雜項支出
總計			30,920	

## 附件三-樂活來運動教學體驗營 活動計畫

- 一、活動緣起：為減少孩子們沉迷於電視、電腦與網路的時間，提供孩子們更多元的運動選擇，本會特別舉辦本次樂活來運動教學體驗營，將分別介紹疊杯與手足球兩項運動，除藉此引領孩子們了解這兩項運動的操作外，並引領孩子們能夠透過運動的參與訓練專注力及手眼協調等能力，並藉此養成平日從事體育運動的習慣。
- 二、活動目的：
  1. 提供青少年更多樣的運動選擇，藉此提升孩子們的手部的靈敏性與手眼協調等能力。
  2. 擬藉由同樣是強調手眼協調能力的疊杯運動，來協助開發本會手足球種子教練（報名擔任本次暑期志工者）更多元的發展，並透過教學訓練，進而成為後續前往安養機構進行服務的一項表演項目。  
※本次暑期志工均為參與手足球運動之青少年選手，並經本會舉辦徵選後所挑選擔任手足球種子教練者。（均為育幼院院生或偏鄉國中學生）
- 三、活動日期：105 年 7 月 10 日（日）
- 四、活動地點：屏東縣南州國中-手足球教室（屏東縣南州鄉人和路 231 號）
- 五、參加對象：
  1. 南部地區育幼院院生
  2. 屏東地區國中小學生
- 六、活動行程：

類別	時間	內容
教學體驗	8:00~8:20	報到
	8:20~8:30	活動說明
	8:30~10:00	疊杯教學體驗
	10:00~11:00	手足球教學體驗
	11:00~	圓滿賦歸
種子培訓	11:00~12:00	志工疊杯培訓
	12:00~12:40	午餐
	12:40~13:30	實際演練
	13:30	圓滿賦歸

- 七、講師資料：

課程	疊杯	手足球
講師姓名	張孟偉	伍炳蔚
講師經歷	屏東縣佳冬國小家長會會長 疊杯叔叔	中華民國手足球協會理事 A級教練、A級裁判

八、主辦單位：中華民國手足球協會

九、協辦單位：屏東縣南州國中、高樂集運動用品有限公司

十、注意事項：

1. 手足球體驗分為教學及競賽兩項活動。如初次接觸者歡迎報名教學活動；如對個人技巧有信心者，歡迎報名競賽活動。
2. 交通部分須由各機構自理，本會將協助辦理保險。
3. 凡參與之機構，將由主辦單位贈送疊杯供機構內孩童後續使用。

十一、參加人員估算表：

	青少年	隨隊老師	合計
人數	30	6	36

十二、工作人員估算表：

	教練	助教	工作人員	受訓志工	合計
人數	2	6	3	8	19

十三、經費概算：

樂活來運動教學體驗營-經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
講師車馬費	2	600	1,200	
器材-疊杯	20	200	4,000	
伙食費-午餐	19人	60	1,140	
保險費-工作人員	25人	35	875	100萬-含隨隊老師
保險費-學員	30人	11	330	100萬-未滿15歲
比賽獎牌	8面	50	400	手足球技巧競賽
茶水點心	19	20	380	
雜支			500	雜項支出
總計			8,825	

## 附件四-屏東榮家暑期同樂會 活動計畫

- 一、 活動緣起：為了提供具有表演、舞蹈及才藝天分的孩子們有個發揮的舞台，同時藉由孩子們與長青長輩的互動中，引發出長輩們所遺忘了的青春活力，並提供孩子們另一種不同的服務體驗，故擬邀請高屏地區的孩子們，與我們一同前往屏東榮譽國民之家，與榮家內的長輩們同樂。
- 二、 活動日期：105 年 7 月 17 日 ( 日 )
- 三、 活動地點：屏東榮譽國民之家 ( 屏東縣內埔鄉建興路 100 號 )
- 四、 服務對象：屏東榮家內長青長輩
- 五、 參加對象：
  1. 南部地區育幼院院生
  2. 屏東地區國中小學生及家長
- 六、 服務內容：

時段	項目	內容	所需協力資源
上午	協力引導	將各機構分配至屏榮各堂隊，支援榮家工作人員，協助有意參加本次同樂活動之爺爺前往活動地點。	於活動當天會先進行協力說明，介紹輪椅操作與協助爺爺們移動至活動會場等方式
	才藝表演	特殊才藝、舞蹈、演奏表演或同樂活動	預計邀請 3~5 間機構，進行 1~2 項表演活動每項表演以不超過 6 分鐘為限，合計 60 分鐘 ( 依實際報名參與機構總數進行調整 )
下午	爺孫同樂	由參與服務的青少年朋友與爺爺搭檔參加手足球闖關與雙打競賽	預計邀請 1~2 間機構，與屏榮爺爺們搭檔進行爺孫手足球雙打，人數預計最多 24 人

- 七、 活動行程：

場次	活動時間	(分)	活動名稱	活動內容
上午場	8:00~8:10	10	報到	
	8:10~8:30	20	場地佈置	場地準備與表演彩排
	8:30~8:50	20	協力說明	介紹輪椅操作與協助移動之注意事項
	8:50~9:00	10	移動	移動前往各堂隊
	9:00~9:30	30	協力引導	協助引導爺爺們至活動地點
	9:30~10:30	60	才藝表演	依實際表演節目進行調整
	10:30~11:00	30	協力引導	協助引導爺爺們返回各堂隊
	11:00~11:20	20	回饋分享	心得分享與檢討
	11:20~11:40	20	認識屏榮	認識屏東榮家
	11:40~	20	圓滿賦歸	上午活動結束

下午場	12:00~13:00	60	午餐時間	
	13:00~14:00	60	球桌組裝	組裝所要捐贈之紙球桌
	14:00~14:10	10	報到	
	14:10~14:20	10	捐贈儀式	舉行球桌捐贈儀式
	14:20~15:20	60	爺孫同樂	爺孫搭檔進行手足球闖關與競賽活動
	15:20~15:30	10	頒獎	
	15:30~		圓滿賦歸	下午活動結束

八、主辦單位：中華民國手足球協會、屏東榮譽國民之家

九、協辦單位：精忠育幼院、屏東縣唐榮國小、各參與協力單位

十、注意事項：

1. 所有參與服務的團體，本會將協助辦理保險；同時參加上午場與下午場活動之團體，本會將提供午餐。
2. 為使本次活動能夠順利進行，並協助參與服務之青少年朋友們了解服務的內  
容，本會將安排專人擇日前往各機構進行行前說明（預計 30~60 分鐘）。
3. 本次活動所服務之對象為長青長輩，其中有行動不便須搭乘輪椅，或行動較  
為緩慢之長輩，故引導長輩前往表演會場時，小志工們須有耐心的慢慢引導  
長輩們前往。

十一、參加人員估算表：

	青少年	老師/家長	本會志工	合計
上午場	40	30	10	80
下午場	30	10	10	50

十二、經費概算：

屏東榮家暑期同樂會-經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	2*3	200	1,200	
伙食費-午餐	50 人	60	3,000	
保險費-成人	40 人	35	1,400	100 萬
保險費-小孩	40 人	11	440	100 萬-未滿 15 歲
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物		500	500	
雜支			600	文具、聯繫、雜支
總計			7,640	

## 附件五-樂活手足球長青同樂會 活動計畫

### 一、 活動緣起：

為了將手足球活動推廣至全台各地安養機構，讓長青長輩們能增加另一項休閒運動的新選擇，故本會擬於今年暑假，邀請各地區機關團體的青少年朋友，與本會志工一同前往全台各地安養機構舉辦手足球同樂活動。期望藉由代間互動的過程，讓一同參與服務的青少年朋友們，能有個與長輩們互動的寶貴經驗，也能讓與會的長輩們有個愉快的活動體驗。

另外為協助活化安養機構的生活環境，故本次除了前往舉辦同樂活動外，同時分別致贈每間安養機構一張由育幼院院童所彩繪後的手足球桌，讓本來是單純運動用的手足球桌，也能成為是一項賞心悅目的藝術品，除了提供長輩們另一項運動休閒的新選擇外，同時也能成為美化他們生活環境的一項裝置藝術，讓孩子們可愛的塗鴉為長輩們平淡的生活空間增添更多的色彩。

### 二、 活動目的：

1. 推廣手足球運動，並提供長青長輩體驗另一種不同的休閒運動。
2. 藉由與青少年同樂的過程，提供所服務的長輩們一次愉快的活動體驗。
3. 提供本會所培訓手足球種子教練（育幼院及偏鄉國中學生）有個前往各地從事志工服務的機會，以藉由服務大眾、回饋社會，擴展人生經驗。
4. 藉由育幼院院童所彩繪的球桌，期望能讓安養機構的生活環境，增添豐富可愛的色彩。

### 三、 服務對象：全台各地安養機構

地區	日期	活動地點	時段
南部	7/18	屏東永慈養護中心	下午
東部	7/20	台東長青老人養護中心	上午
中部	7/28	臺中市立仁愛之家	下午
北部	8/4	台北浩然敬老院	下午
北部	8/5	基隆通明里老人日托中心	下午

### 四、 申請資格：

1. 機構內有空間可長期放置本會所捐贈之紙製手足球桌。
2. 願意於機構內嘗試推動手足球運動。
3. 機構內長輩手部功能正常，可操作手足球桌者人數需有 20 人以上。

### 五、 參加服務人員：



1. 本會所培訓手足球種子教練 ( 育幼院及偏鄉國中學生 ) 及志工
2. 各地育幼院、國中小或社福機構學生

六、 服務內容：

1. 球桌彩繪：本次特別與屏東地區育幼院合作，邀請育幼院的孩子們發揮創意，協助彩繪紙製手足球桌，讓手足球桌除了是一項運動設備外，同時也能成為一項裝置藝術，美化長輩們的生活環境。
2. 球桌捐贈：將育幼院孩子們所彩繪的手足球桌 ( 一張 )，捐贈給本次所服務之安養機構，供機構長期使用。
3. 同樂活動：帶領本會種子教練與青年志工，透過各項遊戲與長輩們同樂。
4. 競賽交流：依實際參與服務之青少年人數，舉辦長青雙打或爺孫搭檔雙打競賽，提供長青長輩們體驗手足球競賽的樂趣。

七、 安養機構同樂活動：

1. 所需時間：90~120 分鐘
2. 活動內容：
  - 趣味小遊戲
  - 手足球簡易教學：含簡易比賽規則、操作教學
3. 服務人數：16 人以上，32 人以內 ( 如參與人數較多時，可另行與本會商討 )

同樂活動預定時間表			
時間(分)	活動名稱	活動內容	備註
50	認識環境	認識環境、場佈	球桌架設
10	相見歡	帶動+團康	
30~50	手足球傳奇	闖關活動	含手足球教學
30~50	手足球競賽	手足球雙打競賽	長輩搭檔或由本會志工與長輩搭檔
10	愛的鼓勵	頒獎+合影	捐贈紙製手足球桌一張
20	環境整理	收拾善後	

八、 主辦單位：中華民國手足球協會

九、 協辦單位：

活動地點	協辦單位	參與人數
屏東永慈養護中心	精忠育幼院	20
台北浩然敬老院	北區兒童之家	8
基隆通明里老人日托中心	基隆市中和國小	12

十、 紙製手足球桌資訊：

1. 與一般球桌大小相同，可進行活動與競賽
2. 重量：9.5 公斤，方便移動
3. 球桌介紹網址：<http://goo.gl/7rIHhR>



十一、 手足球特色：

1. 入門容易，操作簡單，對大人小孩深具吸引力
2. 不論男女老少皆可一塊同樂，同時身障朋友亦可一同參與活動
3. 可培養耐心、專注力、手眼協調及瞬間反應能力，並可培養團隊默契
4. 兼具運動與休閒性，同時充滿挑戰
5. 置於室內所占空間小，可不受天候影響隨時操作

十二、 經費概算：

7/18-屏東永慈養護中心 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	3 車*2	100	600	含運送紙球桌
住宿費	10 人	200	2,000	
保險費-精忠	10 人	35	350	100 萬-15 歲以上
保險費-精忠小孩	10 人	11	110	100 萬-未滿 15 歲
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物		500	500	
雜支			300	文具、聯繫、雜支
總計			4,260	

※工作人員餐費、保險等支出，已列入二苓國小育樂營中

7/20-台東長青老人養護中心 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	3 車*2	700	4,200	含運送紙球桌
住宿費	10 人	500	5,000	
伙食費	10 人	160	1,600	早 40；午、晚 60
保險費	10 人	35	350	100 萬
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物		500	500	
雜支			300	文具、聯繫、雜支
總計			12,350	

7/28-臺中市立仁愛之家 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	3 車*2	100	600	含運送紙球桌
住宿費	8 人	500	4,000	
伙食費	8 人	160	1,280	早 40 ; 午、晚 60
保險費	8 人	35	280	100 萬
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物		500	500	
雜支			300	文具、聯繫、雜支
總計			7,360	

8/4-台北浩然敬老院 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	2 車*2	300	1,200	含運送紙球桌
交通費-北兒	8 人*2	82	1,312	台鐵-桃園至台北; 捷運台北車站至關渡
伙食費-午餐	12 人	70	840	
保險費	12 人	35	420	100 萬
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物		500	500	
雜支			300	文具、聯繫、雜支
總計			4,972	

8/5-基隆通明里老人日托中心 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
保險費-成人	2 人	35	70	100 萬-中和國小老師
保險費-學生	10 人	11	110	100 萬-中和國小學生
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物		500	500	
雜支			300	文具、聯繫、雜支
總計			1,380	

※工作人員交通、餐費、保險等支出，已列入中和國小育樂營中

十四、 預計募款金額：

日期	預訂服務學校	預計支出
7/19	屏東永慈養護中心	4,260
7/20	台東長青老人養護中心	12,350
7/28	臺中市立仁愛之家	7,360
8/4	台北浩然敬老院	4,972
8/5	基隆通明里老人日托中心	1,380
總計		30,322

※所捐贈紙球桌支出部分，已列入彩繪球桌送溫馨活動中

## 附件六-樂活手足球與聽人同樂 活動計畫

### 一、活動緣起：

為了培養學童良好的運動習慣，以減少電視、電腦、網路及手機的沉迷，本會分別前往育幼院、國中小及身障機構進行手足球運動之推廣，今擬邀請中部地區參與手足球運動的孩子，與我們一同前往台中聲暉之家，與機構內的聽障生進行互動交流，期待透過本次活動，能帶給聽障生與一般青少年一次不同的活動體驗，能夠更了解如何與彼此進行互動。

### 二、活動目的：

1. 透過與一般青少年搭檔合作的過程，協助聽障生接觸到不同的人群，以增加聽障生社會適應的能力。
2. 提供一般青少年一次認識與了解聽障生的機會，並藉由與聽障生彼此搭檔合作的過程，讓孩子們學習如何與聽人溝通，藉此提升耐心與同理心，從中學習到感恩與知足，並且能夠更加珍惜與愛護自己的身體。

### 三、活動日期：105年7月29日(五)下午2~5點

### 四、活動地點：台中聲暉之家(台中市潭子區中山路一段185巷1號)

### 五、服務對象：國小至國中合計共30位聽障生(聽人)

### 六、活動志工：

1. 本會所培訓手足球種子教練(育幼院及偏鄉國中學生)及志工
2. 中部地區育幼院及社福機構學生

### 七、預定流程：

時間	活動名稱	活動內容	備註
01:40~02:00	報到		
02:00~02:30	認識環境	認識環境、場佈	球桌與活動器材架設
02:30~02:40	相見歡	帶動+團康	
02:40~03:30	手足球傳奇	闖關活動	
03:30~04:20	樂鬥手足球	手足球雙打競賽	
04:20~04:30	愛的鼓勵	頒獎+合影	
04:30~05:00	環境整理	收拾善後	
05:00~	期待再會		

### 八、活動方式：由一般青少年協助擔任闖關遊戲的關主，並與聽障生搭檔參加手足球雙打競賽。

### 九、主辦單位：中華民國手足球協會

### 十、協辦單位：高樂集運動用品有限公司

十一、 協力團體：衛生福利部中區兒童之家、向陽兒少關懷中心

十二、 注意事項：

1. 為使本次活動能夠順利進行，並協助參與服務之青少年朋友們了解服務的內  
容及如何與聽障生進行互動，本會將安排專人擇日前往各機構進行行前訓練  
(預計 30~60 分鐘)，故請各單位務必回填報名表中方便前往集訓之時間。
2. 與聽人相處基本注意事項：
  - 基本上大部分的聽障生都可以口語溝通，少部分需要搭配手勢，唯一需  
要注意的是講話速度要慢一點，嘴型明顯一點。
  - 若聽障生聽不清楚時，希望能夠有耐心不吝嗇的多說幾次，讓聽障生可  
以更清楚地獲得訊息。
  - 其他請遵守基本禮儀，不要用言語及行為讓聽障生有被輕視與不尊重的  
感受。
3. 因與聽障生互動的過程中，可能無法在第一時間理解，因此擔任搭檔的小志  
工們須有耐心的慢慢溝通與引導前往各定點進行活動。
4. 於雙打競賽活動中主要以同樂為主，故不論聽障生程度如何，都請小志工們  
不要太在意勝負與輸贏，彼此玩得開心才是本次活動的目標。

十三、 參加人員估算表：

	本會志工	中兒	向陽	合計
人數	8	8	12	28

十四、 經費概算：

7/29-台中聲暉之家 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	2 車*2	200	800	
交通費-器材運費	1 車*2	500	1,000	
球桌租金	1 台	2,000	2,000	
住宿費	8 人	500	4,000	
伙食費	8 人	160	1,280	早 40；午、晚 60
保險費-成人	28 人	35	980	100 萬
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物		500	500	
雜支			500	文具、聯繫、雜支
總計			11,460	