

社團法人中華民國手足球協會

2018 樂活手足球暑期環台築夢行

一、活動緣起：

為了提供青少年更多元的舞台，本會除了致力於手足球運動的推廣外，同時結合教學、同樂及志工服務與創意彩繪等元素，希望藉此能幫助青少年能有更多元的成長機會，因此自去年開始，於寒暑假期間分別邀請育幼院及偏鄉國中小學生，並結合各地社福團體，與本會一同前往全台各地偏鄉社區及安養機構舉辦手足球同樂活動，以期讓與會的大小朋友、社區民眾及樂齡長輩們都能一同體驗參與手足球的樂趣，同時也讓參與服務的青少年志工們，能藉由服務的過程獲得自信與成就。

二、活動目標：

1. 創意彩繪：透過育幼院孩子們的創意與藝術天份，將原先單調的手足球桌進行可愛的彩繪塗鴉，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，然後將其捐贈給有意願推廣手足球運動的安養機構，除提供機構的長輩們增加一項室內休閒的運動外，同時能藉由孩子們所彩繪的球桌來美化機構內的生活環境。
2. 代間同樂：邀請育幼院、國中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。
3. 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），一同前往安養機構集偏鄉社區進行服務，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，擴大人生經驗，並開闊人生的視野。
4. 運動推廣：透過本次服務的過程，希望能帶動起各地手足球運動的發展，讓更多的長輩及偏鄉孩童認識這項運動，並藉由這項適合男女老幼都能一同參與的運動來提升大家參與運動的機會。

三、服務方式：

對象	方式	資源
偏鄉社區	前往東部偏鄉社區舉辦手足球教學活動	種子教練 育幼院
安養機構	1. 邀請育幼院院童發揮創意，協助彩繪紙製手足球桌，並將球桌贈送至各地安養機構	種子教練 育幼院

	2. 邀請本會於各地區所服務之育幼院或國小學生，以及當地公益團體，與本會一同前往安養機構進行同樂活動	各地國中小學 公益團體
--	--	----------------

四、活動時程：

地區	類別	日期	活動名稱	活動地點	計畫
東部	長青	7/7 上午	樂活手足球長青同樂會	馬蘭榮譽國民之家	附件二
東部	社區	7/7 中午	樂活手足球社區同樂會	台東卑南鄉富山社區	附件三
東部	長青	7/7 下午	樂活手足球長青同樂會	台東長青老人養護中心	附件二
南部	彩繪	7/8、7/21	球桌彩繪送溫馨	打鐵準提寺	附件一
南部	長青	7/14 上午	樂活手足球長青同樂會	屏東榮譽國民之家	附件二
南部	長青	7/14 下午	樂活手足球長青同樂會	春日老人長期照顧中心	
南部	長青	7/15 上午	樂活手足球長青同樂會	高雄榮譽國民之家	
中部	長青	7/27 下午	樂活手足球長青同樂會	台中松柏園養護中心	
中部	長青	7/28 下午	樂活手足球長青同樂會	彰化老人養護中心	
北部	長青	8/13 上午	樂活手足球長青同樂會	板橋榮譽國民之家	
北部	長青	8/13 下午	樂活手足球長青同樂會	台北榮譽國民之家	

五、服務對象：

1. 台東偏鄉社區
2. 全台各地安養機構

六、過去活動剪影



構圖上色-小朋友協助上色



彩繪球桌成品

	
手足球教學	祖孫手足球雙打 (彩繪球桌)
	
手足球傳奇-疊杯	手足球傳奇-趣味打彈珠

七、 歷年服務成果網址：http://www.foosball.tw/menu_content/charity.html

年度	時間	地點	服務成果照片集
104	8/15	屏東榮譽國民之家	https://goo.gl/yXePTq
	8/21	台北市立浩然敬老院	https://goo.gl/CDqIWr
105	7/17	屏東榮譽國民之家	https://goo.gl/2uQkXy
	7/18	屏東永慈養護中心	https://goo.gl/JHR9gi
	7/20	台東長青老人養護中心	https://goo.gl/6Vp2LE
	7/28	台中市立仁愛之家	https://goo.gl/qsRMy8
	8/3	基隆通明里老人日托中心	https://goo.gl/DzAyW2
	8/4	台北市立浩然敬老院	https://goo.gl/3zDSoZ
106	1/22	屏東春日老人長期照顧中心	https://goo.gl/Dj6PEc
	2/11	馬蘭榮譽國民之家 台東長青老人養護中心	https://goo.gl/pXTLhc
	7/1~7/2	屏東春日老人長期照顧中心	https://goo.gl/e4gQpg https://goo.gl/ssRySk
	7/22	馬蘭榮譽國民之家 台東長青老人養護中心	https://goo.gl/xX9HWb
	8/3	台中市立仁愛之家	https://goo.gl/P9Lt7X
	8/5	屏東榮譽國民之家 衛福部南區老人之家	https://goo.gl/zzU9EX https://goo.gl/beHMyh

	8/18	板橋榮譽國民之家 台北市立浩然敬老院	https://goo.gl/8RmgJ7 https://goo.gl/THDKMK
--	------	-----------------------	--

八、 服務機構統計：

	社區	安養機構	合計
數量	1	9	10

九、 經費概算：

活動名稱	活動地點	預估人數		預算金額
		服務	志工	
樂活手足球長青同樂會	馬蘭榮譽國民之家	30	15	10,997
樂活手足球長青同樂會	台東長青老人養護中心	24	15	
樂活手足球社區同樂會	台東卑南鄉富山社區	12	15	4,240
彩繪球桌送溫馨	打鐵準提寺	0	16	21,080
樂活手足球長青同樂會	屏東榮譽國民之家	50	30	8,775
樂活手足球長青同樂會	春日老人長期照顧中心	24	30	
樂活手足球長青同樂會	高雄榮譽國民之家	32	15	4,725
樂活手足球長青同樂會	台中松柏園養護中心	50	30	2,750
樂活手足球長青同樂會	彰化老人養護中心	30	30	4,850
樂活手足球長青同樂會	板橋榮譽國民之家	60	30	8,650
樂活手足球長青同樂會	台北榮譽國民之家	36	30	
總計		348	256	66,067

十、 主辦單位：社團法人中華民國手足球協會

十一、 協辦單位：高樂集運動用品有限公司、各地學校、育幼院及公益團體

十二、 贊助單位：接洽中

十三、 聯繫窗口：社團法人中華民國手足球協會 秘書長-黃俊揚先生

電話：0910-367315 E-mail：macross369@gmail.com

地址：403 台中市西區柳川西路二段 140 巷 8 號 5 樓之一

十四、 捐款方式：

戶頭	帳號	戶名	備註
郵政劃撥	50323005	社團法人中華民國手足球協會	
合作金庫 006	56437-172-06874	社團法人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. 第一場：7月8日(日)下午
2. 第二場：7月21日(六)整天

三、彩繪地點：打鐵準提寺

四、彩繪球桌捐贈機構：預計捐贈 4 間安養機構

地區	日期	活動地點	地址
南部	7/15	高雄榮譽國民之家	高雄市楠梓區加昌路 631 號
中部	7/26	松柏園養護中心	台中市大甲區成功路 319 號
中部	7/27	彰化老人養護中心	彰化縣彰化市虎崗路 1 號
北部	8/13	台北榮譽國民之家	新北市三峽區白雞路 127 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：

7/8(日)		
活動時間	活動名稱	備註
13:30~14:00	報到	
14:00~15:00	球桌組裝	2 張
15:00~16:00	彩繪構圖	1~2 張
16:00~17:30	彩繪上色	至少完成 1 張
17:30~	圓滿賦歸	

7/21(六)		
活動時間	活動名稱	備註
8:50~9:00	報到	
9:00~10:00	球桌組裝	2 張
10:00~12:00	彩繪構圖	2~3 張
12:00~12:40	午餐時間	
12:40~16:30	彩繪上色	2~3 張
16:30~	圓滿賦歸	

七、主辦單位：社團法人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：

- 球桌總類：德國製瓦楞紙板足球台
- 彩繪數量：預計 4 張
- <https://goo.gl/Sr81wj>



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	12	1	3	16

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	4	250	1,000	貨運郵寄
球桌費用	4	4,000	16,000	廠商優惠價
構圖與上色器材			2,000	
伙食費-午餐	16	60	960	7/21
茶水點心	16	20	320	7/21
雜支			800	雜項支出
總計			21,080	

附件二-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	備註
東部	7/7	馬蘭榮譽國民之家	上午 9:00~11:30	
東部	7/7	台東長青老人養護中心	下午 1:30~4:00	
南部	7/14	屏東榮譽國民之家	上午 8:40~11:30	
南部	7/14	春日老人長期照顧中心	下午 1:30~4:00	
南部	7/15	高雄榮譽國民之家	上午 8:00~11:00	首次-捐球桌
中部	7/27	松柏園養護中心	下午 1:00~4:00	首次-捐球桌
中部	7/28	彰化老人養護中心	下午 1:00~4:00	首次-捐球桌
北部	8/18	板橋榮譽國民之家	上午 8:00~11:00	
北部	8/18	台北榮譽國民之家	下午 1:00~4:00	首次-捐球桌

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
3. 各地公益團體

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：60~90 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，再另行商討）

同樂活動預定時間表			
時間(分)	活動名稱	活動內容	備註
60	認識環境	認識環境、場佈	球桌與器材架設、活動彩排
10	相見歡	帶動+團康	才藝表演
30~50	手足球傳奇	闖關活動	含手足球教學
25	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
5	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、 手足球傳奇預訂活動內容：

	活動名稱	器材
1	手足球教學	手足球桌
2	打彈珠	迷你彈珠檯
3	打地鼠	打地鼠機
4	趣味套圈圈	套環、水瓶
5	趣味拼圖	小拼圖
6	趣味保齡球	保齡球組
7	疊疊樂	疊杯
8	投籃高手	迷你籃球

九、 主辦單位：中華民國手足球協會

十、 協辦單位：(預定)

活動地區	協辦單位
東部	精忠育幼院
中部	鎮瀾兒童家園
南部	精忠育幼院、屏東唐榮國小、中華卓越國際公益協會
北部	北區兒童之家、中華開心慈善協會

※本會各地球友及志工

十一、 經費概算：

7/7-台東場 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費-火車	12 人*2	203	4,872	南州至台東
交通費-接駁車	3 車	350	1,050	
伙食費	15 人	150	2,250	早餐、晚餐及飲料
保險費	15 人	35	525	
比賽獎牌	16 面	50	800	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物	2	500	1,000	
雜支			500	文具、聯繫、雜支
總計			10,997	

7/14-屏東場 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	5 車*2	350	3,500	
伙食費	30 人	70	2,100	午餐
保險費	30 人	35	875	100 萬
比賽獎牌	16 面	50	800	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物	2	500	1,000	
雜支			500	文具、聯繫、雜支
總計			8,775	

7/15-高雄場 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	3 車*2	250	1,500	
伙食費	15 人	70	1,050	午餐
保險費	15 人	35	525	100 萬
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物	1	500	500	
雜支			300	文具、聯繫、雜支
總計			4,275	

7/27-台中場 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	5 車*2	50	500	
保險費	30 人	35	1,050	100 萬
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物		600	600	
雜支			300	文具、聯繫、雜支
總計			2,750	

7/28-彰化場 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	5 車*2	250	2,500	

保險費	30 人	35	1,050	100 萬
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物		600	600	
雜支			300	文具、聯繫、雜支
總計			4,850	

8/13-台北場 經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註
交通費	5 車*2	300	3,000	
伙食費-午餐	30 人	70	2,100	
保險費	30 人	35	1,050	100 萬
比賽獎牌	16 面	50	800	手足球雙打競賽
闖關遊戲小禮物	2	600	1,200	
雜支			500	文具、聯繫、雜支
總計			8,650	

十二、 預計募款金額：

日期	服務地區	預計支出
7/7	台東場	10,997
7/14	屏東場	8,775
7/15	高雄場	4,725
7/27	台中場	2,750
7/28	彰化場	4,850
8/13	台北場	8,650
總計		40,747

※所捐贈紙球桌支出部分，已列入彩繪球桌送溫馨活動中

附件三-樂活手足球偏鄉社區育樂營 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，故本會擬於寒假期間帶領本會所培訓手足球種子教練，前往偏鄉社區舉辦手足球育樂營活動，透過小教練們的個別指導，協助偏鄉社區的中小學生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（育幼院及偏鄉中小學學生），一同前往偏鄉社區進行教學服務，協助指導社區中小學生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：透過教學與競賽活動的方式，協助偏鄉地區中小學生認識手足球，進而引發一同參與本項運動的興趣。
3. 披薩製作體驗：讓參與本次服務的育幼院及偏鄉中小學小志工們，有個實際體驗披薩製作與學習如何窯烤披薩的機會，以增廣小志工們的人生經驗。

三、 活動地點：新蘭灣窯烤 pizza

四、 活動對象：台東卑南鄉富山社區國中小學生及社區民眾

五、 報名費用：本活動免收報名費

六、 活動內容：

1. 手足球入門教學：規則、進攻、運球
2. 手足球競賽

七、 預定流程：

活動時間	活動內容
11:00~11:20	前往新蘭灣
11:20~12:20	Pizza 製作體驗及午餐時間
12:20~13:30	手足球教學及競賽

八、 主辦單位：中華民國手足球協會

九、 協辦單位：精忠育幼院、新蘭灣窯烤 pizza、高樂集運動用品有限公司

十、 贊助單位：接洽中

十一、 活動預算：

經費概算				
項目	數量	單價	小計	備註

披薩製作體驗	15 人	150	2,250	
教學講義	12 本	20	240	
比賽獎牌	8 面	50	400	手足球 PK 賽獎牌
活動禮品-纏帶	12 條	60	720	學員
感謝狀	1	130	130	含框
雜支			500	郵資、文具、聯繫、雜支
總計			4,240	