中華帕拉林匹克總會
113年全國身心障礙者坐地排球運動推廣營
實施辦法

一、 目　　的：配合政府推動身心障礙者運動計畫，藉由運動達到身體復健之功效及提升體能狀態。坐地排球運動並不受到年齡、身材、體能之限制，是我國人民能夠在亞、帕運動會上力拼穿金戴銀之競技項目，透過舉辦坐地排球體驗營，提供正當的休閒活動場所，建立正確的運動觀念，養成規律的運動習慣與嗜好，使其適應日常生活與促進身心均衡發展，及增加人際關係的互動。本會本次辦理身心障礙坐地排球推廣營，希望透過此次活動讓學員可以認識並體驗坐地排球運動，未來更可做為發展身心障礙者參與坐地排球運動競賽之機會。

二、 指導單位：教育部體育署

三、 主辦單位：中華帕拉林匹克總會

四、 承辦單位：中華民國帕拉林匹克坐地排球協會

中華民國帕拉林匹克輪椅及截肢運動協會

五、 協辦單位：中華民國身心障礙者休閒運動推廣協會

臺北市肢體殘障運動協會

臺灣伊斯特運動推廣協會

East Power 排球推廣訓練營

六、 活動地點及時間：

(一)第一階段訓練課程

時　間	第一週 (8/3)	第二週 (8/10)
19:00~19:30	報　到	報　到
19:30~20:00	場地器材介紹與規則說明	暖身暨前次基礎技巧複習
20:00~20:50	坐地排球基礎技巧介紹	高手傳球技巧介紹與練習
20:50~21:40	低手傳球介紹與練習	高低手傳球綜合練習
21:40~21:50	緩和運動與課程總結	緩和運動與課程總結
21:50	賦歸	賦歸

時　間	第三週 (8/17)	第四週 (8/24)
19:00~19:30	報　到	報　到
19:30~20:00	暖身暨前次基礎技巧複習	暖身暨前次基礎技巧複習
20:00~20:50	發球基本動作介紹說明	高手發球基本動作介紹說明
20:50~21:40	低手發球練習	高低手發球綜合練習
21:40~21:50	緩和運動與課程總結	緩和運動與課程總結
21:50	賦歸	賦歸

(二) 第二階段訓練課程

時　間	第五週 (8/31)	第六週 (9/7)
19:00~19:30	報　到	報　到
19:30~20:00	暖身暨前次基礎技巧複習	暖身暨前次基礎技巧複習
20:00~20:50	攻擊技巧介紹說明	攔網技巧介紹說明
20:50~21:40	攻擊動作練習	攔網動作練習
21:40~21:50	緩和運動與課程總結	緩和運動與課程總結
21:50	賦歸	賦歸

時　間	第七週 (9/14)	第八週 (9/21)
19:00~19:30	報　到	報　到
19:30~20:00	暖身暨前次基礎技巧複習	暖身暨前次基礎技巧複習
20:00~20:50	攻擊攔網組合練習	攻擊攔網組合練習
20:50~21:40	分組比賽實戰體驗	分組比賽實戰體驗
21:40~21:50	緩和運動與課程總結	緩和運動與課程總結
21:50	賦歸	賦歸

(三) 第三階段訓練課程

時　間	第九週 (9/28)	第十週 (10/5)
19:00~19:30	報　到	報　到
19:30~20:00	暖身暨前次基礎技巧複習	暖身暨前次基礎技巧複習
20:00~20:50	基礎技巧綜合練習	攻擊、攔網組合練習
20:50~21:40	分組比賽實戰體驗	分組比賽實戰體驗
21:40~21:50	緩和運動與課程總結	緩和運動與課程總結
21:50	賦歸	賦歸

時　間	第十一週 (10/12)	第十二週 (10/19)
19:00~19:30	報　到	報　到
19:30~20:00	暖身暨前次基礎技巧複習	暖身暨前次基礎技巧複習
20:00~20:50	基礎技巧綜合練習	攻擊、攔網組合練習
20:50~21:40	分組比賽實戰體驗	分組比賽實戰體驗
21:40~21:50	緩和運動與課程總結	緩和運動與課程總結
21:50	賦歸	賦歸

七、活動流程：

(一) 第一階段訓練課程 (20人次)

訓練場地：新北市蘆洲國民運動中心 (新北市蘆洲區長樂路235-1號)

1. 時間：2024 年 **8 月 3 日**(星期六)，下午 19 時至 22 時
2. 時間：2024 年 **8 月 10 日**(星期六)，下午 19 時至 22 時
3. 時間：2024 年 **8 月 17 日**(星期六)，下午 19 時至 22 時
4. 時間：2024 年 **8 月 24 日**(星期六)，下午 19 時至 22 時

(二) 第二階段訓練課程 (20人次)

訓練場地：新北市蘆洲國民運動中心 (新北市蘆洲區長樂路235-1號)

1. 時間：2024 年 **8 月 31 日** (星期六)，下午 19 時至 22 時
2. 時間：2024 年 **9 月 7 日** (星期六)，下午 19 時至 22 時
3. 時間：2024 年 **9 月 14 日** (星期六)，下午 19 時至 22 時
4. 時間：2024 年 **9 月 21 日** (星期六)，下午 19 時至 22 時

(三)第三階段訓練課程 (20人次)

訓練場地：新北市蘆洲國民運動中心 (新北市蘆洲區長樂路235-1號)

1. 時間：2024 年 **9 月 28 日** (星期六)，下午 19 時至 22 時
2. 時間：2024 年 **10 月 5 日** (星期六)，下午 19 時至 22 時
3. 時間：2024 年 **10 月 12 日** (星期六)，下午 19 時至 22 時
4. 時間：2024 年 **10 月 19 日** (星期六)，下午 19 時至 22 時

八、參與人數：推廣訓練營區分三階段，為期12週(堂)，預計招收學員 240 人次；每堂課程配置教練 2 人、助理陪練員 6 人、運動防護員 1 位，總計 348 人次參與。

九、實施方式：

(一) 參加者未滿 20 歲者，應徵得法定代理人同意。但未滿 20 歲已結婚者，不在此限。

(二) 由本會聘請國內合格排球教練擔任授課講師，師資如下：

1.簡顯銘 教練

- 中華民國排球協會-國家C級教練
- 國立臺北師範學院-體育學系畢業
- 企業排球聯賽-國訓中心隊選手

◆ East Power 排球推廣訓練營-教練

2.魏雲龍 教練

◆ 中華民國排球協會-國家B級教練

◆ 中國文化大學-體育學系畢業

◆ East Power 排球推廣訓練營-教練

◆ 全國高中甲級排球聯賽-冠軍

3.周家民 教練 (預備代理)

◆ 中華民國排球協會-國家C級教練

◆ 中國文化大學-體育學系畢業

◆ 大專公開一級排球聯賽-選手

◆ East Power 排球推廣訓練營-教練

(三) 活動期間學員交通、住宿、飲食請自理。

(四) 若遇氣候因素或其它特殊狀況須予延期時，當即在總會網站公告，並個別通知參加活動人員。

十、預期成效：

(一) 讓身心障礙者以及一般人深切瞭解、認識並體驗坐地排球運動，促進身心靈發展。

(二) 藉此項活動提高參與休閒及坐地排球運動意願，藉此活動讓生活多元化、生命更樂活。

(三) 參與此項活動中能達到相互交流的機會，繼而培養良好的人際關係，從學習中得到正面的能量，彼此激勵成長。

(四) 透過本項活動，使身心障礙者及一般人能有機會參與運動休閒活動，從中體會樂趣及好處，進而愛上運動、規律運動，培養愛運動而運動的習慣， 增進其身心健康。

十一、報名方式：

(一) Email：傳送至 **tvlmongchi@gmail.com**，主旨註明「坐地排球推廣營-姓名」，報名後請來電確認。

(二) 郵寄：寄件地址為「**104臺北市中山區南京東路二段150號11樓109室**」，收件人為「常孟琪小姐」，聯絡電話為「0928-206-656」。

(三) 報名期限：**即日起至113年7月26日止**。

(四) 報名費：免收報名費。

(五) 聯絡人：常孟琪0928-206-656

註：所填報名參加本活動之個人資料，僅供本活動相關用途使用。本活動將投保公共意外責任險，額度如下；若有其他投保需求(如個人人身保險)，建請自行辦理。

- 每一個人身體傷亡：新臺幣 300 萬元。
- 每一事故身體傷亡：新臺幣 1,500 萬元。
- 每一事故財物損失：新臺幣 200 萬元。
- 保險期間內總保險金額：新臺幣 3,400 萬元。

十二、本辦法如有未盡事宜，得隨時修正公佈之。

十四、本辦法經陳報教育部體育署備查後實施；修正時亦同。

廣告



禁止性騷擾
No Sexual Harassment

禁止性騷擾及性侵害公開揭示

1. 任何人不得對他人性騷擾或性侵害。

2. 性騷擾他人者，依法得處新臺幣1萬元以上10萬元以下罰鍰；
利用權勢或機會進行性騷擾者，其罰鍰加重二分之一；
乘機襲胸摸臀或觸摸他人隱私部位，被害人可提出刑事告訴，
最高可處2年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣10萬元以下罰金。
性侵害他人者，依刑法規定最高可處死刑、無期徒刑或10年以上有期徒刑。

3. 性騷擾或性侵害他人，除負有法律上之刑事與民事責任外，
本單位亦將依內部規定懲處。

4. 遇到性侵害事件，請撥打110或113保護專線求助。

5. 發現性騷擾或性侵害事件，需本單位立即協助處理者

請撥打本單位聯絡電話： 02-8771-1450 / 中華帕拉林匹克總會

中華帕拉林匹克總會
113 年全國身心障礙者坐地排球運動推廣營報名表

<table>
<tr><td>姓　　名</td><td></td><td>性　別</td><td></td><td>肢體障礙級別</td><td></td></tr>
<tr><td>身分證字號</td><td></td><td>出生年月日</td><td colspan="3">年　　月　　日</td></tr>
<tr><td>學校或單位名稱</td><td colspan="3"></td><td rowspan="2">是否需出具公假函</td><td>□是</td></tr>
<tr><td>學校或單位地址</td><td colspan="3"></td><td>□否</td></tr>
<tr><td>通訊地址</td><td colspan="5"></td></tr>
<tr><td rowspan="2">電　　話</td><td colspan="5">(H)：</td></tr>
<tr><td colspan="5">手機號碼：</td></tr>
<tr><td>上課日期</td><td colspan="5">第一階段訓練課程：□ 8/3　□ 8/10　□ 8/17　□ 8/24
第二階段訓練課程：□ 8/31　□ 9/7　□ 9/14　□9/21
第三階段訓練課程：□ 9/28　□ 10/5　□ 10/12　□10/19</td></tr>
<tr><td>備　　註</td><td colspan="5">1.上述各欄務請詳細填寫、檢附證件正、反面影本(任缺一則視為未完成報名)，俾便作業。
2.本表填妥後，務請於 113 年 7 月 26 日前(以郵戳為憑)寄至指定地址，或以Mail方式寄送。
3.報名費：免收報名費。
4.若報名額滿，提前截止收件。

上項資料同意提供中華帕拉林匹克總會辦理此項講習會及有關相關機構業務利用（如保險公司等等），與相關業務機構均需遵守個人資料保護法，善盡維護保密之責。
簽名：　　中 華 民 國 113 年　　月　　日</td></tr>
</table>

113 年全國身心障礙者坐地排球運動推廣營

家 長 同 意 書

本人同意敝子弟＿＿＿＿＿＿＿＿參加貴會舉辦之「113 年全國身心障礙者坐地排球運動推廣營」，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： 請未滿 20 歲參加者請務必填寫加簽家長同意書，否則報名無效。

(以上資料本人同意做為大會辦理活動使用)

簽名或蓋章：

參加者健康確認書

(現場繳交)

本人參加「113年全國身心障礙者坐地排球運動推廣營」，參加日期為_113_年_____月_____日，參加人員已評估自己的健康狀況無虞，願意遵守主辦單位一切規定。

因應COVID-19(新冠肺炎)疫情嚴重，本人聲明並未於活動日前 21 日內有出國，如有隱瞞疫情資訊，後果自負。

參加者簽名：

家長簽名：

聯絡電話：

填寫日期：　　年　　月　　日

備註：

一、為維持國內疫情之穩定控制，本賽會配合政府「COVID-19防疫新生活運動」，採行實名制措施，未配合賽會防疫規定者，恕無法參加賽會。

二、依據「個人資料保護法之特定目的及個人資料之類別」代號012公共衛生或傳染病防治之特定目的蒐集個人資料，且不得為目的外使用。所蒐集之資料僅保存28天，屆期銷毀。

三、依據中央流行疫情指揮中心規定，違反居家檢疫規定逕自外出或搭乘大眾運輸工具者，將依「傳染病防治法」第58條及第69條處新臺幣1萬至15萬元不等罰鍰；若違反居家隔離規定者，將進行強制隔離，若失去聯繫則將公布其姓名，請民眾勿以身試法。

中　華　民　國　1　1　3　年　　月　　日