

104 年身心障礙保齡球樂活體驗營活動計畫書

壹、機構簡介：

- 一、宗旨（目的）：本會以輔導及服務視障者建立獨立人格以適應社會。
- 二、服務對象：桃園市視障者（身障者）及家屬。

貳、活動計畫：

- 一、計畫名稱：104 年身心障礙保齡球樂活體驗營。
- 二、辦理單位：社團法人桃園縣視障輔導協會。
- 三、計畫緣起：由於身障者長期缺乏動態的適應體育，藉著保齡球訓練，寓教於樂增加其自信心。
- 四、實施目的：培養桃園市身障學生（者）對保齡球運動的熱愛及習得一技之長與樂觀進取，改善人際關係。
- 五、實施時間（期間）：104 年 4 月 12 日至 7 月 12 日（遇假日順延一周）。
- 六、實施地點：亞運保齡球館。
- 七、參加對象及人數：本市視障及肢障等約 22 人。
（身障者 14 人，陪伴者 8 人）
- 八、實施方式：（報名方式、費用、活動類型…）。
 - 1、採傳真報名
 - 2、免費用
 - 3、活動類型為訓練型適應體育活動。
- 九、實施內容：（請詳細描述）
 - （一）活動流程表、課程內容（含時間、課程名稱、講師）
 - （二）講師名冊（含講師現職、學經歷等背景資料及擔任課程名稱）課程內容及講師名冊如附件
- 十、活動特色：此次保齡球適應體育至少有視障及肢障（含輪椅）兩種障別，固定每周六訓練體驗 2 小時共 12 周，激發身障者的潛能發揮，進而培養出優秀人才代替本市去參加競賽。
- 十一、預期效益：
 - 1、培養身障生（者）對保齡球運動的熱愛，養成運動的好習慣。
 - 2、訓練其體適能的運動技巧，提昇其體適能力，為參與該項競賽作準備。
 - 3、促進各障別身障生（者）互相融合，改善其人際關係，增加其對生活教育的適應能力與自信心。

附表 1：師資簡介

姓名	現職	學（經）歷	擔任課程
李振能	教練	高畢，亞運保齡球教練 亞運保齡球國手	保齡球訓練課程
蔡永芳	理事長	B 級教練証	協同教學人員

附表 2：課程表

時間	課程名稱（內容）	講師	備註
104 年 4 月 12 日	開訓寶齡球入門簡介	李振能	
104 年 4 月 19 日	球道、球瓶、服裝介紹	李振能	
104 年 5 月 3 日	裝備及的挑選	李振能	
104 年 5 月 10 日	瞄準、助走及出手	李振能	
104 年 5 月 17 日	捧球站立的位置及姿勢	李振能	
104 年 5 月 31 日	放球時應注意的重點	李振能	
104 年 6 月 7 日	保齡球運動的禮儀	李振能	
104 年 5 月 24 日	分解動作	李振能	
104 年 6 月 14 日	保齡球熱身運動	李振能	
104 年 6 月 28 日	計分方式	李振能	
104 年 7 月 5 日	技術球	李振能	
104 年 7 月 12 日	模擬比賽/結訓	李振能	

社團法人桃園縣視障輔導協會『104 年身心障礙保齡球樂活體驗營』

報名表

障別		級別		姓名	
電話				手機	
地址					
學歷				職業	
備註	重度者請陪同親友參加			陪同者姓名	
身心障礙手冊影本正面黏貼處				身心障礙手冊影本反面黏貼處	

1. 報名方式：傳真或郵寄（以郵戳為憑）至本會。
2. 報名截止日期：即日起至 104 年 4 月 5 日止。
3. 表格不敷使用可自行影印。

電話：0910-071425。

傳真：347-7157。

地址：桃園區民生路 542 號 B1。