

114年暑期

Summer Sports Camp

運動營隊



西大墩兒童運動中心

TAICHUNG XIDADUN PARK NZE BUILDING & CHILD SPORTS CENTER

臺中市西屯區福科二路111號

(04)2708-1111

日歸營隊

聯絡方式



官方臉書



官方LINE@



Instagram



營隊LINE@



線上報名

課程優惠/注意事項

日歸營隊(報名相關事項請洽本中心)		
項目	期間	內容
第一波優惠	4/21-5/11	任報一梯即享 88折 優惠
團報優惠	5/11前	號召朋友合計報名 10梯 以上，享 83折 優惠。 請洽官方LINE@專人服務。
第二波優惠	5/12-6/15	任報一梯即享 92折 優惠。
原價	6/16起	恢復原價。
該梯續報	暑假期間	課程結束續報享 95折 。

*凡舊生報名任一梯營隊即贈專屬小禮包；日歸營加贈專屬結業禮，詳情請洽中心服務人員。
*舊生限指曾報名過中心任一期營隊之學員。

課程報名注意事項(全課程共用之內容)

1. 請詳閱報名注意事項，您可至本中心櫃台臨櫃或線上填寫表單報名繳費方式可線上轉帳，亦可現場報名繳付現金或刷卡。

2. 完成報名手續視為同意配合活動與下列事項，本中心保留調整課程最終內容之權利。

3. 如孩子有特殊飲食、習慣用藥或特殊疾病請務必告知相關資料請再三確認,離櫃視同無誤。

4. 凡患有心臟病、氣喘病、高血壓、糖尿病、皮膚病、紅眼症或其他慢性疾病不適合參加團體活動者，請先諮詢醫師並開立證明，經本中心評估安全問題後方可報名，以維護雙方權益。

5. 各梯次課程招生未達開班人數，主辦單位得以停辦，並於課程前7天內通知全額退費或轉班轉梯；營除開梯行前通知將在課程前7天內寄發簡訊。

6. 報名單一完整梯次即贈送制服2件，只報名單日體驗課程無贈品，出遊日最多40人參與，額滿為止。

7. 可報名單日課程/出遊，費用1,500元(含課程費、午餐、午休、雜支等)，須於上課日前3天完成報名繳費。

8. 家長每日接送時間為08:30-18:00,逾時將加收放學照護費100元/次。

*汽車停車場可於接送時間免費消磁1小時；如不消磁，停車場收費20元/時(平日)。

退費/轉班相關辦法

1. 因人數不足或不可抗力因素而未開課，中心將於前7天內通知轉班轉梯，或辦理全額退費。

2. 營隊報名後，如因故不克參加而辦理退費時，請持【營隊報名單據、發票、刷卡單、相關證明】依下列規定辦理：**(7天內報名課程者不適用)**

a. 該營隊「報名後7天內」退費者，全數退還已繳費用。

b. 該營隊「報名後第8天開始」退費者，須扣除行政手續費10%。

c. 該營隊「開始上課前6天內」退費者，須扣除行政手續費15%。

d. 該營隊「開始上課前5天內」退費者，須扣除行政手續費20%。

e. 該營隊「開始上課後」退費者，【(總繳費用/總天數)x營隊實際未進行天數】-行政手續費20%。

※如因疾病而辦理退費者，請檢附相關證明文件(如醫生診斷證明)，可免收行政手續費。

3. 如遇天災、人力不可抗力因素或市政府宣布停止上班上課時，以館內當期營隊補課為優先，如無法補課，則退還單日費用(報名繳付費用除以總天數為單日費用)，不收取手續費。

4. 戶外課程如遇天候炎熱、下雨或不可抗力之因素，將由本中心臨時調課。

5. 本營隊如需請事假須於課程2日前、病假需於課程當日前提出申請，以當期補課為優先，如無則順延次期營隊；如次期營隊無法補課視同放棄，不予退費。

6. 辦理退費者，請於提需求15日內盡速持發票、繳費證明，刷卡者請持原刷卡單至服務台辦理退費，逾期將不受理；辦理後需等候7至14天審核後通知至服務台進行後續作業。
事假退費視原因酌收手續費；病假附證明不收手續費。

7. 中心保有該退費/轉班辦法解釋、修改之權利。

◆

兒童日歸營



第1梯次(9天)/第2.3.4.梯次(10天)/第5梯次(5天) | 招生年齡：7-12歲 | 單日價格：1,500元/人

梯次	營隊課程	課程代號	日期	天數	整期價格
第一梯	文武運動營-協調大挑戰	CA12	7/1-7/11	9	12,600
第二梯	文武運動營-拳腳風雲	CA13	7/14-7/25	10	14,000
第三梯	文武運動營-全能訓練	CA14	7/28-8/8	10	14,000
第四梯	文武運動營-團隊大挑戰	CA15	8/11-8/22	10	14,000
第五梯	文武運動營-開學夏一跳	CA16	8/25-8/29	5	7,000

日歸營隊課程注意事項

1. 招生對象為7-12歲，每梯次須達10人方可開班，每班最多30人並視情況分齡授課。

2. 每日須穿著運動鞋並攜帶水壺、毛巾、環保餐具碗筷，如有需求請自備換洗衣物、外套。

3. 課程中包含午休，請自備睡袋並於最後一天帶回。

4. 每梯次贈送2件制服，每天皆須穿著制服及運動服裝。

5. 本營隊課程以整梯報名為主，如有單日報名需求，以1,500元/天計費(無享優惠)，由中心登記而後通知繳費。

6. 戶外課程如遇雨天或不可抗力之因素，課程內容或場地將由本中心臨時調課動課程安排。

7. 請勿攜帶貴重物品，如有遺失中心概不負責。

8. 各課程、出遊行程依中心最終公告為主。

第一梯-協調大挑戰 | 10人開班，30人滿班 | 出遊地點：南投集集-集元果

日期/時間	7月1日(二)	7月2日(三)	7月3日(四)	7月4日(五)		
08:30-09:00	集合					
09:10-10:10	破冰團康	記憶力團康	足球 (球感訓練)	法式滾球 (基本姿勢)		
10:20-11:20	大地團康	兒童舞蹈 (熱身伸展)	跆拳道 (基本動作)	兒童舞蹈 (舞蹈基礎)		
11:30-13:00	午餐時間/休息					
13:00-14:30	攀岩 (基本姿勢、握力訓練、基本懸掛、耐力訓練)			逢甲公園(寫生)		
14:30-15:00	點心時間					
15:00-16:00	桌遊	彈力球	卡通拼豆			
16:00-17:00	閱讀、作業時間					
17:00-17:30	歸赴~					
日期/時間	7月7日(一)	7月8日(二)	7月9日(三)	7月10日(四)	7月11日(五)	
08:30-09:00	集合					
09:10-10:10	兒童舞蹈 (舞蹈基礎)	法式滾球 (瞄準挑戰)	集元果 觀光工廠	飛盤 (團隊配合)	足球 (控球技巧)	
10:20-11:20	體力團康	雪泥壓畫		兒童舞蹈 (舞蹈基礎)	跆拳道 (踢擊技巧)	
11:30-13:00	午餐時間/休息			午餐時間/休息		
13:00-14:30	攀岩 (攀爬策略、攀岩跳躍)			攀岩 (團隊競賽)	魔幻拼貼畫	
14:30-15:00	點心時間		香蕉 生態探索	點心時間		
15:00-16:00	魔術方塊	魔法磁力秀		創克變向車	氣球同樂會	
16:00-17:00	閱讀、作業時間					
17:00-17:30	歸赴~					

第二梯-拳腳出雲 | 10人開班，30人滿班 | 出遊地點：臺中東勢-雄鷹探索園區

日期/時間	7月14日(一)	7月15日(二)	7月16日(三)	7月17日(四)	7月18日(五)	
08:30-09:00	集合					
09:10-10:40	破冰遊戲	(基本動作、踢擊技巧、防守與反擊、禮儀與規範)				
10:50-11:50	童軍 (基礎技能)	昆蟲課 (基礎知識)	童軍 (團隊合作)	童趣扯鈴 (基礎動作)	童軍 (技能實施)	
11:50-13:30	午餐時間/休息					
13:30-14:30	趣味團康	兒童舞蹈 (舞蹈基礎)	兒童體適能 (熱身伸展)	逢甲公園 (寫生)	兒童體適能 (敏捷性訓練)	
14:30-15:00	點心時間				點心時間	
15:00-16:00	魔術	氣候大解密	積木		魔術	
16:00-17:00	閱讀、作業時間					
17:00-17:30	歸赴~					

日期/時間	7月21日(一)	7月22日(二)	7月23日(三)	7月24日(四)	7月25日(五)
08:30-09:00	集合				
09:10-10:40	法式滾球 (基本姿勢)	跆拳道 (綜合實戰)	雄鷹基地 探索教育	飛盤 (跑位與接盤)	法式滾球 (瞄準挑戰)
10:50-11:50	昆蟲課 (進階研究)	飛盤 (投擲姿勢)		童趣扯鈴 (進階技巧)	體力團康
11:50-13:30	午餐時間/休息			午餐時間/休息	
13:30-14:30	兒童舞蹈 (節奏感訓練)	競賽團康		律動遊戲	兒童舞蹈 (熱身與伸展)
14:30-15:00	點心時間			點心時間	
15:00-16:00	流體熊彩繪家	黏土	閱讀、作業時間	魔幻漂浮球	氣球同樂會
16:00-17:00					
17:00-17:30				歸赴~	

第三梯-全能訓練 10人開班，30人滿班 出遊地點：南投草屯-九九峰動物樂園					
日期/時間	7月28日(一)	7月29日(二)	7月30日(三)	7月31日(四)	8月1日(五)
08:30-09:00	集合				
09:10-10:40	破冰遊戲	飛盤 (投擲技巧)	足球 (球感訓練)	記憶力團康	足球 (控球技巧)
10:50-11:50	競賽團康	律動遊戲	童趣扯鈴 (基礎動作)	跆拳道 (基本動作)	兒童舞蹈 (舞蹈基礎)
11:50-13:30	午餐時間/休息				
13:30-14:30	魔法星空瓶	兒童體適能 (熱身伸展)	兒童體適能 (協調訓練)	逢甲公園 (寫生)	律動遊戲
14:30-15:00	點心時間				點心時間
15:00-16:00	桌遊	兒童體操 (動作技巧)	卡通拼豆		兒童體操 寶貝龍
16:00-17:00	閱讀、作業時間				
17:00-17:30	歸赴~				
日期/時間	8月4日(一)	8月5日(二)	8月6日(三)	8月7日(四)	8月8日(五)
08:30-09:00	集合				
09:10-10:40	攀岩 (基本姿勢)	足球 (團隊合作)	九九峰 動物樂園 恐龍動物 探險趣	攀岩 (握力訓練)	足球 (攻防結合)
10:50-11:50	記憶力團康	跆拳道 (踢擊技巧)		跆拳道 (防守與反擊)	大地團康
11:50-13:30	午餐時間/休息			午餐時間/休息	
13:30-14:30	馬賽克杯墊	兒童體適能 (速度與敏捷)		魔幻瀑布	槓桿投石器
14:30-15:00	點心時間			點心時間	
15:00-16:00	魔術方塊	兒童體操 (團隊合作)		兒童體操 (動態伸展)	氣球同樂會
16:00-17:00	閱讀、作業時間			閱讀、作業時間	
17:00-17:30	歸赴~				

第四梯-團隊大挑戰 10人開班，30人滿班 出遊地點：臺中大甲-葵海農場						
日期/時間	8月11日(一)	8月12日(二)	8月13日(三)	8月14日(四)	8月15日(五)	
08:30-09:00	集合					
09:10-10:40	破冰遊戲	足球課 (球感訓練、控球技巧、團隊合作、攻防結合)				
10:50-11:50	大地團康	昆蟲課 (基礎知識)	法式滾球 (基本姿勢)	童趣扯鈴 (基礎動作)	飛盤 (投擲訓練)	
11:50-13:30	午餐時間/休息					
13:30-14:30	童軍 (基礎技能)	彩繪涼扇	兒童體適能 (熱身伸展)	逢甲公園 (寫生)	兒童體適能 (敏捷性訓練)	
14:30-15:00	點心時間				點心時間	
15:00-16:00	魔術	水陸兩用車	積木		魔術	
16:00-17:00	閱讀、作業時間					
17:00-17:30	歸赴~					
日期/時間	8月18日(一)	8月19日(二)	8月20日(三)	8月21日(四)	8月22日(五)	
08:30-09:00	集合					
09:10-10:40	攀岩 (基本姿勢)	足球 (友誼賽)	葵海農場 農村體驗	攀岩 (握力訓練)	競賽團康	
10:50-11:50	昆蟲課 (進階研究)	飛盤 (跑位與接盤)		律動遊戲	法式滾球 (瞄準挑戰)	
11:50-13:30	午餐時間/休息					
13:30-14:30	童軍 (團隊合作)	跳繩 (跳繩技巧)		跳繩 (節奏控制)	童軍 (技能實施)	
14:30-15:00	點心時間					
15:00-16:00	點銅成金	黏土		魔法結晶	氣球同樂會	
16:00-17:00	閱讀、作業時間					
17:00-17:30	歸赴~					

第五梯-開學夏一跳 10人開班，30人滿班					
日期/時間	8月25日(一)	8月26日(二)	8月27日(三)	8月28日(四)	8月29日(五)
08:30-09:00	集合				
09:10-10:10	破冰遊戲	兒童舞蹈 (舞蹈基礎、節奏感訓練、熱身與伸展、重心控制)			
10:20-11:20	大地團康	法式滾球	飛盤 (投擲訓練)	童趣扯鈴 (基礎動作)	飛盤 (跑位與接盤)
11:30-13:00	午餐時間/休息				
13:00-14:00	跳繩 (跳繩技巧)	律動遊戲	海洋拼貼畫	逢甲公園 (寫生)	跳繩 (節奏控制)
14:00-14:30	點心時間				點心時間
14:30-15:30	魔術	風向指示標	拼豆		氣球同樂會
15:30-17:00	閱讀、作業時間				
17:00-17:30	歸赴~				

動態課程	課程內容
破冰遊戲	迅速打破陌生感，增進彼此了解與信任。
攀岩	在教練安全與專業的指導下，讓孩童克服恐懼，挑戰自我極限。
足球	從基礎訓練到戰術應用，幫助孩童提升球技，培養競技精神與合作意識。
跆拳道	身體訓練與自衛技巧，強化體能、平衡及反應力，適合各年齡層學習。
飛盤	專注於基本技巧，讓孩童提升投擲精度、反應速度。
舞蹈	跟著音樂學習基本舞步，提升節奏感與協調能力。
法式滾球	孩童將學習精準投擲和隊伍合作，享受競技樂趣。
兒童體操	受歡迎的寶貝龍，教導孩童基本翻滾技巧，提升柔軟度增強身體控制能力。
童趣扯鈴	培養孩子的協調性、專注力、平衡感、手眼協調。
兒童體適能	通過多樣化的運動項目，幫助孩童建立健康的體能基礎，增強身體素質。
童軍	領導力訓練幫助孩童培養責任感、解決問題能力，學習尊重與互助精神。
跳繩	掌握基本跳繩技巧，同時促進心肺健康，享受運動的樂趣。
律動遊戲	透過多樣情境教具，結合音樂遊戲，帶領孩子進行有趣的律動學習。
大地團康	結合大自然的戶外活動，挑戰孩童的協作精神。
體力團康	強調體能鍛鍊與團隊協作，透過體力競賽增進體能力量。
競賽團康	設計競賽形式的團體活動，挑戰孩童的速度與智慧，並激發團隊的競爭力。
記憶力團康	設計記憶挑戰活動，訓練孩童的記憶力、專注力。

靜態課程	課程內容
魔術	教導各種簡單且富有創意的技巧，並讓孩子們在表演中享受驚奇與樂趣。
氣球同樂會	透過氣球造型讓孩童發揮想像力，增進動手能力。
昆蟲課	探索昆蟲的特徵與生活習性，培養觀察力與環保意識。
海洋拼貼畫	運用各種材料創作海洋主題的拼貼藝術，增進對海洋環境的認識與關愛。
雪泥壓畫	雪泥在紙上創作出立體效果，孩童可以體驗不同的藝術表現方式。
彩繪涼扇	將涼扇變成獨特的彩繪藝術品，享受繪畫的樂趣。
魔幻拼貼畫	使用不同媒材拼貼，讓孩子們在藝術中發現無限可能，培養藝術感知。
桌遊	以多種桌遊提升邏輯思維、策略規劃與團隊合作能力，適合各年齡層。
卡通拼豆	拼裝卡通角色，提升手眼協調與專注力，訓練細心和耐心的有趣手工。
魔術方塊	經典益智遊戲，挑戰邏輯思維與空間想像力，訓練專注力。
積木	通過拼砌不同形狀和顏色的積木，孩童能夠訓練空間概念。
黏土	學習捏塑技巧，創作自己喜歡的事物。

科學課程	課程內容
彈力球	認識純物質與混合物，混合出可愛的七彩彈力球。
魔法磁力秀	磁極吸引與排斥的力量，產生出魔法般的效果。
創客變向車	認識創客精神與所需能力，製作掃地機器人模型。
魔法星空瓶	亮粉的點綴與膠水的運用調製出夢幻星空、雪花瓶。
馬賽克杯墊	運用腦力激盪法，將自己的創意拼貼成型。
魔幻瀑布	虹吸力量無限大，魚缸換水、彩虹瀑布樣樣難不倒。
槓桿投石器	將常見槓桿趣味化，課本知識輕鬆帶入生活中。
氣候大解密	製作晴天娃娃與溫度計，一同探索氣象的奧秘。
流體熊彩繪家	調配絕美色彩，展現獨樹一幟的藝術氣息。
魔幻漂浮球	附壁現象的康達效應，隔山滅火、漂浮球樣樣不是問題。
水陸兩用車	在水陸之中自由穿梭，成為最獨特的存在。
點銅成金	認識氧化還原、電鍍的魔法，將銅幣幻化成銀幣。
魔法結晶	調製過飽和溶液，產生有如急凍水的視覺饗宴。
風向指示標	觀察風的習性，一年四季穿著都靠它。

出遊地點介紹	
地點	主題介紹
南投-集元果觀光工廠	產銷履歷山蕉園區，多達110款蕉種，傳承集集的在地故事，帶來不同反響的美好體驗。
東勢-雄鷹探索園區	探索活動精神就是行動學習，親身參與，做中學，學中做!
南投-九九峰動物樂園	號稱亞洲規模最大【鳥類主題動物園】數十種珍奇鳥類與動物互動區，一秒進入侏儸紀公園場景!
大甲-葵海休閒農場	徜徉在大自然之中體驗鄉村風情，認識在地的農業、正確的飲食生活方式和其所形成的文化。

7/10出遊行程：集元果-香蕉生態探索					7/23出遊行程：雄鷹探索園區-行動學習				
時間/分組(中區)	A	B	C	D	時間/分組(中區)	A	B	C	D
08:30-09:40	愉快車程				09:30-09:50	雄鷹園區報到			
10:00-11:30	蕉你DIY-手作點心				10:00-12:00	全民健康操及低空探索			
11:30-12:00	大地遊戲					旱地龍舟/賞鯨船/ 克里斯交叉/攻防箭等主題			
12:00-13:20	午餐-蕉兒餐便當/午休					午餐-園區便當/午休			
13:30-13:50	果園尋寶趣		園區生態教育		12:00-13:20				
13:50-14:40	園區生態教育		果園尋寶趣		13:30-15:00	地空探索與關卡挑戰			
14:40-15:00	自由活動/點心時間				15:00-15:30	大地遊戲/頒獎			
15:00	大合照/賦歸				15:30	大合照/賦歸			
8/6出遊行程：九九峰動物樂園-探索教育					8/20出遊行程：葵海休閒農場-鄉村風情				
時間/分組(中區)	A	B	C	D	時間/分組(中區)	A	B	C	D
09:00-09:50	愉快車程				08:30-09:20	愉快車程			
10:00-12:00	分區導覽與體驗				09:30-10:30	米食DIY(菜包糰)			
	可愛動物區駝鳥區恐龍之丘				10:30-11:10	農作體驗		生態旅遊	
	戲水天地...等暢遊				11:10-11:50	鑰匙圈DIY		農作體驗	
12:00-13:20	午餐-園區便當/午休				11:50-12:30	生態旅遊		鑰匙圈DIY	
13:30-14:40	團體大地遊戲活動				12:30-13:30	午餐-園區餐點/午休			
14:50-15:00	頒獎/點心時間				13:30-14:30	河口生態教室-濱海之旅			
15:00	大合照/賦歸				14:30-15:00	自由活動/點心時間			
					15:00	大合照/賦歸			

出遊日注意事項

1. 出遊依照遊覽車輛進行人數限制，額滿為止，即時人數統計請洽中心營隊官方LINE@或FB *家長如欲同行需自行前往並支出活動費用。
2. 報名日歸營已包含出遊所有費用(門票/車資/餐食/保險...等)，報名單日出遊需於出遊日前三天完成報名及繳費。
3. 學員須穿著中心營隊制服、運動鞋、運動服裝並攜帶水壺、環保餐具碗筷，如有需求可自備帽子、防蚊液、換洗衣物及外套。
4. 如常有暈車症狀之學員請務必於出發前服用暈車藥，並攜帶備用藥品。
5. 請勿攜帶貴重物品或玩具，中心不付任何保管責任。
6. 出遊日如遇天災、雨天或不可抗力之因素，活動內容或場地將由本中心臨時調動。
7. 回程抵達時間約17:00前，惟仍須視交通狀況調整，敬請多加利用營隊官方LINE@詢問。
8. 出遊日行程依中心最終公告為主。