

國立臺灣戲曲學院 106 年度寒假”活力系列”冬令營推廣課程 簡章

報名資訊：即日起請上本校網站首頁之「研習公告」或「推廣教育」區查詢及下載報名表。

1. 傳真報名：傳真 (fax)：2792-2114。
2. 線上報名：請至學校首頁／推廣教育，點選「線上報名」。
3. 現場報名：於上班時間至內湖校區推廣辦公室報名。
4. 以上均請於報名後，以電話確認，以維權益。

上課時間：106 年 1 月 20 日(五)~1 月 26 日(四)(不含週六日)、2 月 6 日(一)~2 月 10 日(五)

報名期限：即日起至 106 年 1 月 13 日(五)前完成報名程序，請儘速報名。

優惠辦法：1.本校推廣班舊生或曾報名本營隊舊生、2 人同行(如報不同班需 2 班均開班)或 1 人報 2 班(2 班均開班)者 9 折優惠。
2.本校教職員子女 85 折優惠、本校學生 8 折優惠。

繳費方法：請勿先行繳費，等各班報名人數達開班人數後，將通知開始繳費。

1. 請匯款至**第一商業銀行 (007) 內湖分行**，戶名：**國立臺灣戲曲學院推廣教育專戶**，帳號：150-502-505-00
2. 現場繳費。

注意事項：

- (一) 學員請衡量自我身體狀況，如有不適於從事本運動活動者請勿報名。
- (二) 全程參與者頒授結業證書。
- (三) 上課服裝：一律著體育服、運動鞋。攜帶：水壺、毛巾、替換衣服。
- (四) 如因故無法參加活動者，請最晚於活動開始前 5 日 (1/13) 持收據至原報名地點辦理全額退費，活動前 4 日或活動開始後無法參加活動者，依本校推廣教育退費辦法辦理。
- (五) 若因天候狀況、人數不足或其他不可抗拒因素影響時，主辦單位將以活動安全為考量，有權暫停、取消或延期活動課程，並將扣除已支出之活動行政費用後，退還已繳交活動代辦費之差額。

洽詢電話：2796-2666 轉 1242、1243

傳真 (fax)：2792-2114

學校網址：www.tcpa.edu.tw (至首頁/研習公告 或推廣教育 項下查詢)

106 年寒假 班別總表

內湖校區									
序號	班別名稱	師資	開課日期 不含六日	時間	時數	費用	最低開 班人數	對象資格	教室
1	雜技體驗營第一梯次	如課表	1/20(五)~1/26(四)	09:00~17:00	40	5,000(含中餐)	12 人	國小 2-6 年級	戲曲樓 603
2	雜技體驗營第二梯次	如課表	2/6(一)-2/10(五)	09:00~17:00	40	5,000(含中餐)	12 人	國小 2-6 年級	戲曲樓 603
活力系列課程 (共 10 班，上課日期共 10 堂課，不含週六週日)									
A1	體操基礎	黃英瑋	1/20~1/26 ,2/6~2/10	09:00~10:30	15	2,800	7	國小 1-6 年級	嘯雲樓 1 樓
A2	幼兒肢體律動	黃英瑋	1/20~1/26 ,2/6~2/10	10:30~11:30	10	2,500	6	3-6 歲	嘯雲樓 1 樓
A3	武術基礎	姜雅萍	1/20~1/26 ,2/6~2/10	10:30~12:00	15	2,800	7	國小 1-6 年級	音樂樓一樓
A4	扯鈴基礎(初學者)	洪佩玉	1/20~1/26 ,2/6~2/10	10:30~12:00	15	2,800	7	國小 1-6 年級	戲曲樓 604
A5	扯鈴進階	廖曼君	1/20~1/26 ,2/6~2/10	10:30~12:00	15	2,800	7	需有基礎者	戲曲樓 605
A6	花式跳繩(自備跳繩)	宋虹蒲	1/20~1/26 ,2/6~2/10	10:30~12:00	15	2,800	7	國小 1-6 年級	戲曲樓 704
A7	砌磚	周鈞翔	1/20~1/26 ,2/6~2/10	10:30~12:00	15	2,800	7	國小-國中	戲曲樓 705
A8	造型氣球	黃齡漁	1/20~1/26 ,2/6~2/10	13:30~15:00	15	2,800(材料費另計)	7	國小 1-6 年級	戲曲樓 401
A9	科學魔術	宋虹蒲	1/20~1/26 ,2/6~2/10	15:30~17:00	15	2,800(材料費另計)	7	國小 3 年級-國中	戲曲樓 401
A10	MV 流行舞	黃齡漁	1/20~1/26 ,2/6~2/10	15:30~17:00	15	2,800	7	國小-國中	戲曲樓 604

※以上課程除另有規定加收材料費及自備器材者，其餘上課器材由本校提供。

※對象資格以報名時之現在年級為準。

※有關材料費於上課時依實際購買之物品為準，上課時繳交授課老師。

材料費說明如下：造型氣球：氣球(約 100 元)。科學魔術：魔術道具(約 600 元)，請於上課時繳交。請勿加在報名費中匯款。

課程介紹

A1 體操基礎：從基礎地板動作開始，循序漸進探索開發肢體的潛能，在各式體操道具、輔具的配合下，學習各種體操動作，慢慢地使肢體達到柔軟度，進而強化肌耐力，透過有趣好玩的遊戲方式，讓身體充分達到運動效果。

A2 幼兒肢體律動：您家裡有足 3-6 歲幼稚園小朋友嗎？是否對於家裡活蹦亂跳的寶貝感到招架無力！如何讓小孩從群體互動及體操中獲得成就感，同時培育小孩的全能統合，本課程主要訓練包括：地板、彈簧床等各類項目，還包括多項不同的兒童體操訓練項目，讓幼兒鍛鍊自身肌力以及耐力，藉以加強身體協調性及控制力，同時增加動作敏捷性！

A3 武術基礎：教授武術基本概念，以身心靈合一為主要精神內涵，包含各種武術套路及拳腳等。強調強身健體的基本功效。

A4 扯鈴：扯鈴是中國傳統雜耍的表演藝術，是一種老少咸宜的休閒活動，也是最簡單易學的一種雜耍，也是各種場合中表演的常勝軍。從最基本的扯鈴動作開始學習，進而挑戰各種進階花式技巧，從一顆鈴開始，到二顆鈴，除了可以挑戰自我的極限，還可以帶給觀賞者驚奇與讚嘆！

A6 花式跳繩：跳繩訓練對國小學童健康體適能有幫助，尤其是瞬發力和心肺耐力最顯著，其中以每週訓練頻率三次以上的組別在立定跳遠和 800 公尺跑走有顯著進步，因此建議以跳繩為訓練方法，改善心肺耐力。

A7 砌磚：砌磚並不是真的磚塊，是中國傳統民俗雜技利用日常生活器具衍生而成，既好玩又有趣，可促進手眼協調、提升身體反應靈活度，可做出花樣繁複的技巧動作，是一項好玩的民俗雜技。

A8 造型氣球：無須言語，即能拉近彼此距離，只因一顆氣球~扭扭捏捏，也能帶給別人歡樂。也是一顆氣球，學會卡哇伊的造情氣球，幫你我搭起一道友誼的橋樑！

A9 科學魔術：想要利用魔術增加自信心及拉近人與人間的距離嗎？一起窺探魔術的奧秘！讓您有品質、有效率的學習各種魔術技巧，了解魔術表演的原理，要讓您成為真正的魔術達人！

A10 流行舞：舞蹈教學是結合了音樂與肢體伸展的美感教學，融入肢體探索、肢體訓練，由點-線-面，完成一個舞蹈小品，展現學習的自信與歡悅。課程透過遊戲、模仿、肢體延展、舞曲教學等方式，讓學生認識自己身體的張力與柔軟度，進而了解自己、建立自信，大方參與舞蹈表演。

106 度寒雜技體驗營 第一梯次課程表

日期 時間	1/20	1/23	1/24	1/25	1/26
	(星期五)	(星期一)	(星期二)	(星期三)	(星期四)
08:30~09:00	報到	集合點名			
09:00~10:00	蜘蛛結網 跳繩+走繩	蜘蛛結網 跳繩+走繩	蜘蛛結網 跳繩+走繩	體操	蜘蛛結網 跳繩
10:00~10:10	休息	休息	休息	休息	休息
10:10~11:00	砌磚	砌磚	砌磚	舞獅 平衡技巧	旗開得勝 耍大小旗
11:00~11:10	休息	休息	休息	休息	休息
11:10~12:00	撥拉棒	撥拉棒	撥拉棒	扯鈴	旗開得勝 耍大小旗
12:00~13:00	午餐				
13:00~13:30	午休				
13:30~15:00	體操+呼拉圈 平衡技巧	體操+呼拉圈 平衡技巧	體操+呼拉圈 平衡技巧	蜘蛛結網 砌磚+呼拉圈	總彩排
15:00~15:30	休息	休息	休息	休息	休息
15:30~17:00	扯鈴	扯鈴	扯鈴	旗開得勝 耍大小旗	成果展
17:00	賦歸	賦歸	賦歸	賦歸	賦歸

106 年度寒假雜技體驗營 第二梯次課程表

日期 時間	2/6	2/7	2/8	2/9	2/10
	(星期一)	(星期二)	(星期三)	(星期四)	(星期五)
08:30~09:00	報到	集合點名			
09:00~10:00	蜘蛛結網 跳繩	蜘蛛結網 跳繩	蜘蛛結網 跳繩	蜘蛛結網 跳繩	蜘蛛結網 跳繩
10:00~10:10	休息	休息	休息	休息	休息
10:10~11:00	踩球	踩球	踩球	踩球	旗開得勝 耍大小旗
11:00~11:10	休息	休息	休息	休息	休息
11:10~12:00	雜耍球技	雜耍球技	雜耍球技	旗開得勝 耍大小旗	旗開得勝 耍大小旗
12:00~13:00	午餐				
13:00~13:30	午休				
13:30~15:00	體操+呼拉圈 平衡技巧	體操+呼拉圈 平衡技巧	體操+呼拉圈 平衡技巧	蜘蛛結網 砌磚+呼拉圈	總彩排
15:00~15:30	休息	休息	休息	休息	休息
15:30~17:00	扯鈴	扯鈴	扯鈴	扯鈴	成果展
17:00	賦歸	賦歸	賦歸	賦歸	賦歸

106 度寒假「活力系列」冬令營推廣課程報名表

學員姓名：		身分證字號：	
報名課程	<input type="checkbox"/> 雜技體驗營	<input type="checkbox"/> 第一梯次 <input type="checkbox"/> 第二梯次	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素
	其他課程		
	請寫課程名稱及代號 課程代號：_____		
課程名稱：_____			
<input type="checkbox"/> 全程參與 <input type="checkbox"/> 第一週 <input type="checkbox"/> 第二週 (請勾選可參與時間)			
出生日期：民國_____年_____月_____日		性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
就讀學校：_____縣/市_____學校 就讀年級：_____年級			
通訊住址：			
聯絡 E-mail：			
家長姓名：			
住家電話：		手機 1 (必填)：	
		手機 2：	
身分	<input type="checkbox"/> 舊生 <input type="checkbox"/> 2 人同行 <input type="checkbox"/> 本校學生 <input type="checkbox"/> 本校教職員子女 <input type="checkbox"/> 新生		
報名方式	1. fax : (02) 2792-2114 2. 線上報名 3. 電子信箱 ab6488@tcpu.edu.tw		
※ 報名表務必於 1/13 (五) 前回傳，請再以電話確認，以完成報名，謝謝。			
※ 報名費請於接到繳費通知後，再行繳費。			

國立臺灣戲曲學院

推廣教育退費辦法

(依專科以上學校辦理推廣教育實施辦法第十七條訂定)

- 一、報名繳費後因不可抗拒之因素，得於一定期間內請求退費。
- 二、完成報名手續至開課前退費者：退還應繳金額 90%。
- 三、開課後未超過全期三分之一者，退還應繳金額 50%。
- 四、開課後超過全期三分之一者，恕不予退還費用。
- 五、各班別若因人數不足，未能開班上課，全額退還已繳學費。
- 六、辦理退費之學員請檢附繳費收據，未檢附者恕不受理。