

中華民國殘障體育運動總會

108 年身心障礙體適能活動營實施辦法

- 一、宗旨：提供我國身心障礙者參與各項體育運動的機會，協助其參與各種體育教育項目，並提供其適當的專業體育運動訓練及復健諮商，開拓其體育運動空間，以增進其身心健康，發揮適應社會生活的能力，使運動全面普及於身心障礙者，助其走向陽光繼而獨立自主。
- 二、指導單位：教育部體育署
- 三、主辦單位：中華民國殘障體育運動總會
- 四、承辦單位：中華民國腦性麻痺協會、中華地板滾球運動協會
- 五、活動日期及地點：108 年 8 月 1 日至 8 月 2 日龍潭渴望園區（二天一夜）
（桃園市龍潭區渴望路 428 號）
電話：03-4072999
- 六、參與對象：
- （一）凡具有中華民國國籍持有身心障礙（視、聽、智、肢障）手冊者。
（未滿 18 歲參加者需由家長或監護人簽寫同意書）
- （二）一位身心障礙者，可有一位陪同人員（直系親屬-父母或監護人）。
- 七、報名相關內容：
- （一）報名日期：自即日起至 7 月 12 日截止報名
（以郵戳為憑，額滿報名提前截止）。
- （二）預定人數：100 人（含工作人員）。
- （三）費用：每人新台幣 500 元
郵政劃撥帳號：16788258 號。
戶名：中華民國殘障體育運動總會。
- （四）報名地點：中華民國殘障體育運動總會
（台北市朱崙街 20 號 1 樓）
聯絡電話：(02)87711450、87711502 傳真：(02)27782409
聯絡人：黃鈺惠、盧素貞
- （五）報名方式：採郵寄方式（將填妥報名表及身心障礙手冊影本、報名費匯款單據影本附上）。
- 註：1. 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。
2. 本活動參加人員及工作人員投保 300 萬元人身保險（含死亡、

傷殘及醫療給付)，但亦要以政府規定保險公司投保額度為準

八、集合及解散時間、地點：龍潭渴望園區

(一)集合地點、時間：於出發當日上午 09:00~10:00 至桃園高鐵站完成報到，集合後準時出發搭乘專車至目的地。

(如要自行前往龍潭渴望園區報到者，請在報名表上註明)

(二)解散地點、時間：於第 2 天回程下午 5 時至桃園高鐵站解散。

體適能活動行程表—桃園

時 間	第 一 天 (8 月 1 日)	第 二 天 (8 月 2 日)
07:00-08:00	自行前往桃園高鐵站車程	美食佳餚、生活禮儀課程
08:00-09:00		暖身操、運動傷害防治課程
09:00-10:00	相見歡報到	體適能活動暨趣味競賽 籃球/地板滾球
10:00-12:00	車程~默契培養 分組及活動須知及安全說明	
12:00-13:00	迎賓午宴	美食佳餚、生活禮儀課程
13:00-14:00	始業式	知性文化體適能運動
14:00-15:00	1. 戶外自然探索體驗 2. 親子大地遊戲	(小人國主題樂園體驗)
15:00-16:00		活動檢討與心得
16:00-18:00		17:00 結束活動
18:00-20:00	美食佳餚、生活禮儀課程 歡迎晚會課程	
20:00-21:00	親子律動課程	
21:00-22:00	點心時間、生活禮儀及安全課程	
22:00~	盥洗、報平安、睡覺	

九、預期效益：

- (一)讓全國身心障礙者及親屬、特殊學校師生、身心障礙者協會、機關、團體工作人員了解教育部推展全國身心障礙者運動休閒政策。
- (二)增進身心障礙者親子間的關係，不因身心障礙產生家庭生活陰霾。
- (三)使身心障礙者藉此項活動提高參與休閒運動意願，幫助身心障礙者迎向陽光。
- (四)讓身心障礙者在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。
- (五)透過本項活動，使全國身心障礙者能有機會參與各項運動休閒活動，並增進其身心健康，達到身心障礙者能獨立自主。

十、本活動若有修正，將另行通知。

十一、本活動經陳報教育部體育署核備後實施。

108 年身心障礙者體適能活動營報名表

姓名：_____ 性別：_____

出生年月日：_____年____月____日 年齡：_____

身分證字號：_____ 血型：_____

服務機關：_____

殘障障別及程度：_____

有無特殊病史：_____

(請詳實填報，如有隱瞞請自行負責)

通訊地址：_____ 電話：_____

緊急聯絡人：_____ 電話：_____

用餐：葷 素 (*務必填寫，以方便安排，現場無法更動*)

家長同意書

本人同意敝子弟_____參加_____年____月____日至_____年____月____日止貴會舉辦之「108 年身心障礙者體適能活動營—台東」，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：1. 請加簽家長同意書，否則報名無效。

2. 報名表不敷使用時，請自行影印。

(以上資料本人同意作為大會辦理活動使用) 簽名：

相
片
黏
貼

108 年身心障礙者體適能活動營報名表

(參加家長或監護人報名表)

帶領學員姓名：

性別：

姓名：_____ 性別：_____

出生年月日：_____年_____月_____日 年齡：_____

身分證字號：_____

服務機關名稱：_____

通訊地址：_____

電話：_____ 手機：_____

緊急聯絡人：_____ 電話：_____

參加日期：

參加地點：

用餐：葷 素（務必填寫，以方便安排）

註：一、參加家長或監護人請詳填以上資料，以便辦理保險。

二、報名表不敷使用時，請自行影印。

(以上資料本人同意作為大會辦理活動使用)

簽名：

【附件】

108 年身心障礙體適能活動營實施辦法

日常生活功能評估表

學員姓名：

性別：

就讀學校或機關：

科系/年級：

填寫人(學員或監護人)：請在適當的欄位內 " 打勾 " 及填寫

	自主程度 項目	完全不能	需他人協助	可獨自完成	使用輔具為何
手 功 能	1	右手抓握			
	2	左手抓握			
	3	單手提物			
	4	雙手提物			
	5	單手取物			
	6	雙手取物			
	7	右手靈巧			
	8	左手靈巧			
	9	雙手協調			
	10	寫字			
移 位	1	床上翻身			
	2	起床			
	3	坐			
	4	下床			
	5	跪			
	6	蹲			
	7	站立			
	8	走路			
	9	上下樓梯			
	10	上下汽車			
	11	腳踏車			
	12	穿越馬路			
	13	攜物走路			
	14	跑步			
	15	上下斜坡			
飲 食	1	使用筷子			
	2	使用湯匙			
	3	拿碗			
	4	拿杯			
	5	倒開水			
	6	盛飯			

	自主程度 項目	完全不能	需他人協助	可獨自完成	使用輔具為何
漱 洗	1	洗臉			
	2	刷牙			
	3	洗手			
	4	擰乾毛巾			
	5	梳頭			
	6	洗頭			
	7	洗澡			
	8	大便處理			
	9	小便處理			
穿 著 處 理	1	穿脫外套			
	2	穿脫套衫			
	3	穿脫褲 (裙)			
	4	穿脫襪子			
	5	穿脫鞋子			
	6	穿脫內衣			
	7	扣鈕扣			
	8	拉拉鍊			
	9	綁鞋帶			
	10	穿脫鐵鞋			
其 他 手 功 能 活 動	1	開.關開關			
	2	轉門鈕			
	3	開鎖			
	4	開抽屜			
	5	開水龍頭			
	6	開關窗戶			
	7	打開瓶蓋(汽水)			
	8	打開瓶罐(果醬)			
	9	使用開罐器			
	10	拿刀切物			
	11	使用剪刀			
	12	使用指甲刀			



請參照上圖描述勾選符合您障礙程度的項目：

符合 Level 1

符合 Level 2

符合 Level 3

符合 Level 4

符合 Level 5