

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 (小人國主題樂園體驗)
14:00-15:00	1. 戶外自然探索體驗 2. 親子大地遊戲	活動檢討與心得
15:00-16:00		
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：_____

相
片
黏
貼

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一台東」，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：

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