

臺北市大安區幸安國小 115 年暑假夏令營活動介紹(第一梯次)

一、活動名稱：足球夏令營

- 授課老師：高凱恩 教練
- 課程簡介：培養小朋友對足球產生濃厚興趣, 並提升四肢協調發展
- 課程媒材：足球/足球影片(雨天)
- 課程目標：讓學生學會注重團隊合作以及可提升全面身體素質的運動，唯有同時兼顧速度、腳法和力量，才能在足球場上有更多持球的機會，並且讓學生有更多團體間相互分組對抗熟悉團隊合作達成共同目標向上的機會。
- 開課年級：1~6 年級
- 課程內容(課程內容會依實際上課狀況稍作調整)

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/6	1	基本動作的運用 1. 認識腳底 2. 球感訓練 3. 腳底拉球	
7/7	2	基本動作的運用 1 認識腳背 2. 球感訓練 3. 直線折返帶球	
7/8	3	基本動作的運用 1 認識內外側 2. 球感訓練 3. S 型帶球	
7/9	4	基本動作的運用 1 球感訓練 2. 對抗型帶球 3. 規則講解	

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/10	5	個人腳法的展現 1. 一對一盤帶球 2. 一對一對抗	
7/13	6	隊友間的默契配合 1. 腳底停球方式 2. 與隊友行進間傳控球	
7/14	7	模擬比賽展現團隊配合 1. 空中停球方式 2. 二對一對抗 3. 三對一對抗	
7/15	8	模擬比賽展現團隊配合 1. 講述規則 2. 二對二對抗 3. 三對二對抗	
7/16	9	小組間展示所學成果 五對五小型比賽	
7/17	10	小組間展示所學成果 五對五小型比賽	

二、活動名稱：扯鈴夏令營

- 授課老師：陳芊蓁 老師
- 課程簡介：傳承民俗技藝、發揚中華文化，本課程介紹扯鈴構造與技巧，培養手眼協調、專注與創意，並結合多元道具體驗，提升學習趣味與表演表現力。
- 課程媒材：扯鈴、鈴棍
需自備培鈴或於開課當天向教練代購培鈴\$550-\$1100，分單培、三培、磁浮鈴
- 課程目標：扯鈴基本構造認識、完成 15~20 招式，訓練手眼協調、耐心及邏輯思考、觀察的能力。
- 開課年級：1-6 年級
- 課程內容(課程內容會依實際上課狀況稍作調整)

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/6	1	<ul style="list-style-type: none"> ● 課程介紹、上課默契訂定。 ● 初階:起鈴、調鈴控鈴、疊棉被、狗急跳牆 ● 進階:揸書包系列變化 1~3 	 
7/7	2	<ul style="list-style-type: none"> ● 初階:單離手、金蟬脫殼、大衛魔術 ● 進階:揸書包系列變化 4~6 	 
7/8	3	<ul style="list-style-type: none"> ● 初階:鳳凰離手、十字架、天女散花 ● 進階:背後帶系列變化 ● 道具體驗：長繩 	 
7/9	4	<ul style="list-style-type: none"> ● 初階:提燈籠、地球自轉、愛心結網 ● 進階:繞腳系列變化 	 

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/10	5	<ul style="list-style-type: none"> ● 初階:提燈籠、地球自轉、愛心結網 ● 進階:繞腳系列變化 	 
7/13	6	<ul style="list-style-type: none"> ● 初階:抬頭望月、小輪迴、大輪迴 ● 進階:拋鈴系列變化 	 
7/14	7	<ul style="list-style-type: none"> ● 初階:上下運鈴、仰觀星斗、左右開弓 ● 進階:直立鈴、雙鈴 	 
7/15	8	<ul style="list-style-type: none"> ● 初階:迴旋運鈴、關渡大橋、過河拆橋 ● 進階:直立鈴、雙鈴 ● 道具體驗：單頭鈴 	 
7/16	9	<ul style="list-style-type: none"> ● 初階:金雞上架、八字甩 ● 進階:直立鈴、雙鈴 	 
7/17	10	<ul style="list-style-type: none"> ● 初階:東京鐵塔、鑽石結網 ● 進階:直立鈴、雙鈴 ● 道具體驗：呼拉圈 	 

三、活動名稱：桌球夏令營

- 授課老師：王仁良教練、許力仁教練
- 課程簡介：安全舒適的室內球類，不受氣候環境影響訓練，只需桌球拍. 桌球，輕巧運動傷害低此項運動需動腦，反應及手眼協調能力，充分達到運動鍛鍊，小學小肌肉發展為優，更由於專注度的需求，達到視力保健課程方面，分為平衡. 反應. 基本動作. 旋轉，故變化性大教學方式擺脫傳統式苦練基本功，以團康趣味闖關的遊戲帶入，初學門檻簡易，活潑有趣
- 課程媒材：桌球/球拍（需自備球拍）
- 課程目標：培養孩子的身體協調性、節奏感與自信表達能力。
- 開課年級：1-6 年級
- 課程內容(課程內容會依實際上課狀況稍作調整)

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/6	1	認識桌球：球具介紹，握拍，反手平衡對抗，子彈打兵	
7/7	2	反手擊球：反手動作講解，反手擊球的連續對打 分組對抗：投籃，反手對抗魔王站	
7/8	3	正手擊球：正手動作講解，揮空拍 初步了解正手動作結構 誰是神射手：正手上桌	
7/9	4	比賽講解，發球說明 正反手銜接：正反手拍的銜接技巧 楚漢相爭：兩隊比賽對抗	
7/10	5	基礎動作檢測：發球，反手，正手，正反手 攻城堡 循環戰	

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/13	6	認識桌球：球具介紹，握拍，反手 製造弧線：對推來回，反拍接力	
7/14	7	反手擊球：反手動作講解，反手擊球的連續 與線路 線路規劃：目標線路擊打，反手兩點跑位	
7/15	8	正手擊球： 正手動作講解，揮拍了解正手動作結構 速度力量挑戰： 進台正手快攻球 中遠台發力	
7/16	9	比賽講解，發球說明 正反手銜接：正反手拍的銜接技巧 左右橫移，太極正反手轉換	
7/17	10	結訓成果發表 基礎動作檢測：發球，反手，正手，正反手 單雙打循環賽練習 分組排點對抗賽練習 結訓合影+檢測頒獎	

四、活動名稱：兒童霹靂舞夏令營

- 授課老師：劉承德 老師
- 課程簡介：專為兒童設計的霹靂舞（Breaking）暑期體驗營，透過循序漸進的教學方式，讓孩子在輕鬆的氛圍中認識街舞文化與身體律動。包含基礎律動（Top Rock）、地板動作（Footwork）、定格（Freeze）與簡單動作串接，並搭配音樂節奏訓練與自由發揮練習
- 課程目標：培養孩子的身體協調性、節奏感與自信表達能力。
- 開課年級：1-6 年級
- 課程內容(課程內容會依實際上課狀況稍作調整)

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/6	1	課程介紹＋安全觀念 基礎律動（Bounce / Rock） Top Rock 入門 簡單 Freestyle 體驗	
7/7	2	律動複習＋節奏感練習 Top Rock 變化 Footwork 入門（6-step） 小組練習	
7/8	3	Footwork 基礎強化 手腳協調練習 簡單 Freeze（定格）入門 動作串接練習	
7/9	4	Top Rock＋Footwork 串接 Freeze 穩定度練習 音樂拍點應用 Freestyle 引導	
7/10	5	本週動作總複習 小組排練 基礎 Battle 體驗	

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/13	6	動作複習＋流暢度提升 Footwork 變化 Freeze 進階（簡單轉換） 短組合練習	
7/14	7	Power 基礎觀念（安全版） 地板動作控制 Top Rock 風格練習 Freestyle 引導	
7/15	8	動作串接與過渡 個人風格探索 小組合作練習 音樂應用	
7/16	9	組合熟練與變化 Battle 練習（互動式） 團隊合作遊戲 自由練習時間	
7/17	10	全週動作輕鬆複習 Breaking 遊戲（節奏／反應） Cypher（自由進圈跳） 課程回顧	

五、活動名稱：腦力大作戰－桌遊棋藝班

- 授課老師：曾嘉信 老師
- 課程簡介：在漫長的暑假帶領孩子接觸各式棋類遊戲，引領孩子借棋藝養成靜心思考每一步的好習慣，進而訓練孩子的耐心與專注力。同時，搭配熱鬧有趣的桌上遊戲，發掘孩子記憶力、觀察力、反應力及計算力等各項特質。
- 課程媒材：桌遊組
- 課程目標：結合桌遊與棋藝，讓小朋友度過兼具歡樂與益智的暑假。
- 開課年級：1-6 年級
- 課程內容(課程內容會依實際上課狀況稍作調整)


日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/6	1	數字戰爭 ：玩家必須合作將手牌依序填入四個牌堆，雖然規則簡單，但在不能透露具體數字的限制下，極度考驗默契與邏輯。 孔明棋 ：單人益智棋，透過跳吃方式移除棋子，目標僅留一子於中央。	
7/7	2	出包魔法師 ：玩家看得到別人的法術卻看不見自己的，必須透過邏輯推理與觀察對手反應，猜測並施放正確咒語來擊敗敵方。 動物棋 ：模擬動物捕食規則，強弱分明，目標吃掉對方獅或進入獸穴。	
7/8	3	跳跳棋 ：經典的位移棋盤遊戲，利用自己或對手的棋子當「跳板」連跳前進，目標是搶先將所有棋子移入對面的陣地。 英國跳棋 ：在 8×8 棋盤斜走跳吃，升王後可前後移動，重視進攻與防守。	
7/9	4	小小村莊 ：輕量級的工放置遊戲，玩家在領地上建造建築並採集資源，需精準計算工人的位置，以發揮資源生產的最大效益。 黑白棋 ：又稱翻轉棋，透過夾擊翻轉對方棋子，最後以多數決勝。	

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/10	5	<p>卡卡頌：拼放地形板塊建構城市、道路與農田，派出隨從得分，策略與運氣兼具的經典拼圖桌遊。</p> <p>葡萄棋：以連線方式爭取連成一串「葡萄」，考驗佈局與連線策略。</p>	
7/13	6	<p>髒小豬：充滿歡樂的卡牌遊戲，玩家目標是將自己的小豬弄髒，並利用雨水或蓋豬圈等手段，防止小豬被別人洗乾淨。</p> <p>葡萄棋：以連線方式爭取連成一串「葡萄」，考驗佈局與連線策略。</p>	
7/14	7	<p>骰子街：輕快的建設遊戲，透過擲骰獲取金幣，並購買不同功能建築。玩家需決定要走保守穩定流派，還是高風險高回報路線。</p> <p>版塊棋：版塊棋為集積木、拼圖、智慧盤、圍棋等多項遊戲之特性於一身的教具，有多項智力啟發功能。</p>	
7/15	8	<p>鐵道大亨：經典的地圖運輸遊戲，玩家收集不同顏色的火車卡，規劃並佔領各城市間的路線，完成秘密任務以獲得最高積分。</p> <p>陸軍棋：模擬軍隊作戰，棋子代表階級與地雷，須推理敵方布局奪旗獲勝。</p>	
7/16	9	<p>超級犀牛：考驗平衡的疊塔遊戲。玩家依序搭建牆壁、屋頂並移動犀牛，樓層愈高愈晃，弄塌大樓即落敗，過程緊張刺激。</p> <p>西瓜棋：台灣民間棋戲，棋盤如西瓜形雙方輪流移動棋子以圍困對手。</p>	
7/17	10	<p>拉密：有「德國麻將」之稱，玩家需將手牌組合成連號或同號排列。靈魂在於可以拆解並重組場上已有的牌組，極具挑戰性。</p> <p>暗棋：源自中國象棋，以覆蓋棋面隨機翻子對戰，講求運氣與推理並重。</p>	

六、活動名稱：美術-飛進風車國

- 授課老師：外聘教師
- 課程簡介：使用複合媒材與基本傳統顏料，用故事的方式帶領孩子們快樂繪畫
- 課程媒材：水彩，壓克力顏料，廣告顏料，複合媒材
- 課程目標：認識荷蘭風景與文化：風車田野、彩色花海、木鞋故事
發現藝術大師：小小梵谷、幾何大師蒙德里安
動手創作超豐富：拼貼畫、立體書、扭扭棒鬱金香、黏土角色、木鞋雕塑…讓孩子用色彩說故事、用創意蓋出自己的「小荷蘭」！不只是畫畫課，是一場會讓孩子眼睛發亮的藝術冒險！
- 開課年級：1-6 年級
- 課程內容

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/6	1	認識荷蘭地理、人文風景（風車、鬱金香、運河）拼貼創作：立體風車與鬱金香田野場景	
7/7	2	認識荷蘭木鞋，彩繪一雙獨一無二的木鞋裝飾品	
7/8	3	認識荷蘭鬱金香的特色與花田文化 扭扭棒的基礎彎折技巧/鍛鍊觀察能力	
7/9	4	探索阿姆斯特丹城市風貌與運河文化 繪製城市立體書 or 折頁風景長卷	
7/10	5	認識梵谷生平與《星夜》《向日葵》 粉彩畫 or 點彩畫模仿梵谷風格	

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/13	6	運用視覺錯視的原理製作立體藝廊 透視原理與色彩搭配	
7/14	7	運用視覺錯視的原理製作立體藝廊 透視原理與色彩搭配	
7/15	8	認識荷蘭插畫家迪克·布魯納與角色設計 米飛兔黏土雕塑	
7/16	9	認識蒙德里安的抽象幾何風格 色塊拼貼畫／幾何設計燈箱	
7/17	10	認識蒙德里安的抽象幾何風格 色塊拼貼畫／幾何設計燈箱	

七、活動名稱：餅乾小達人

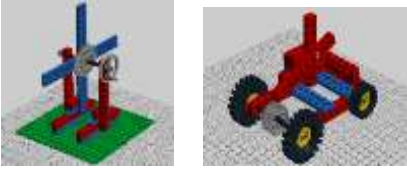
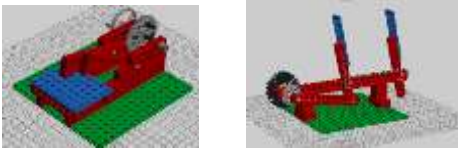
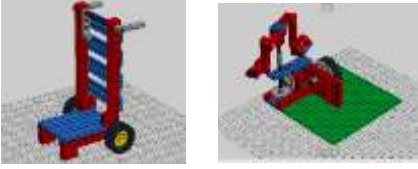
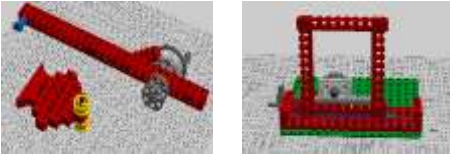
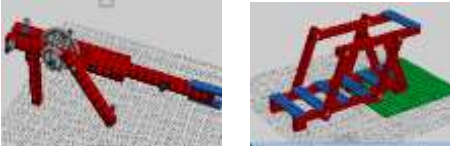
- 授課老師：許文慈
- 課程簡介：動手做餅乾
- 課程媒材：PPT 及影片
- 課程目標：讓孩子學會自己做各式基礎餅乾
- 開課年級：3-4 年級
- 課程內容

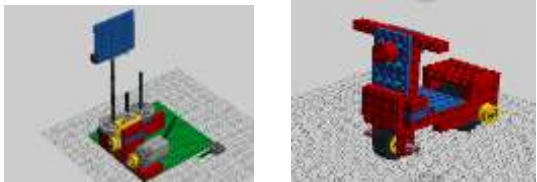
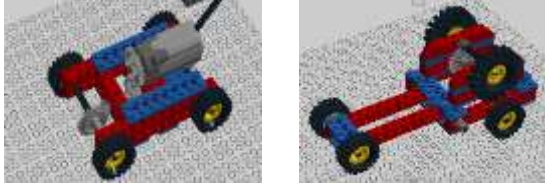
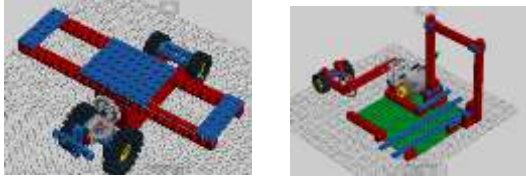
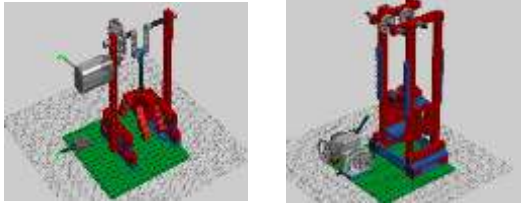
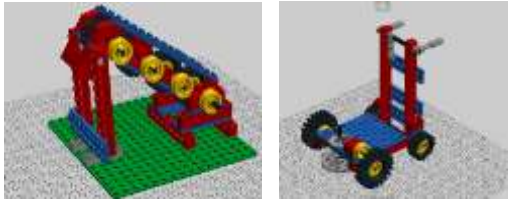
日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/6	1	原味餅乾	
7/7	2	巧克力餅乾	
7/8	3	蔓越莓餅乾	
7/9	4	燕麥餅乾	
7/10	5	雙色格子	

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/13	6	巫婆手指餅乾	
7/14	7	雪球餅乾	
7/15	8	杏仁瓦片	
7/16	9	蛋黃小饅頭	
7/17	10	雪Q餅	

八、活動名稱：樂高科學創意機器人

- 授課老師：侯俊宇 老師
- 課程簡介：動力機械組，搭配馬達電池盒的「創意科學系列課程」。設計“動手做、做中學”課程，激發孩子創造力和執行力。由淺入深教學方式，結合生活經驗及科學概念，增進科學知識和數理能力。每堂課程會拍攝學生作品，最後一天發下作品集及小禮物。
- 課程媒材：樂高(LEGO 原廠)
- 課程目標：理解科學原理並應用於日常生活中/主動提問及增進自我表達能力/培養思考創作、動手操作及解決問題能力
- 開課年級：1-4 年級
- 課程內容

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/6	1	風車:齒輪和滑輪的應用 彈力車:體驗彈性與彈力	
7/7	2	電動鋼琴:認識第一類槓桿 汽車雨刷:了解平行運動	
7/8	3	手推車: 第一類槓桿原理, 讓重物輕易的推動 飛天旋轉椅: 知道怎麼使用齒輪轉動並且改變方向	
7/9	4	釣魚竿:認識第三類槓桿 電動窗:陽光強時候可以自動合起窗簾	
7/10	5	樂高手槍:複習彈性與認識位能與動能 活動吊橋:樑的應用與建築結	

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/13	6	旋轉招牌:感受旋轉的運動 摩托車:做出時尚的摩托車	
7/14	7	吉普車:四輪驅動系統介紹 飛輪車:複習位能與動能	
7/15	8	滑翔機:裝上大大的翅膀遨遊天空 平交道:利用減速裝置讓柵欄升降	
7/16	9	升降木馬:培養複雜機械結構組裝能力 電梯:複習齒輪組，滑輪組	
7/17	10	滾輪輸送機:複習滑輪傳動系統 除草機:斜齒輪應用	

九、活動名稱：大家一起來玩烏克麗麗

- 授課老師：羅友廷 老師
- 課程簡介：藉由烏克麗麗是個好上手的一項樂器，在學習中將會學到基本的音樂理論、音樂常識、烏克麗麗的彈唱以及樂團合奏。隨著演奏能力和耳朵音感的進步，進而喜愛音樂並且學習聆聽各種不同類型的音樂，使得音樂可以在生活中陪伴著每位小朋友。
- 課程媒材：烏克麗麗與自編教材
- 課程目標：
 - 一、**基礎認知**：烏克麗麗的歷史及介紹、認識唱名、音名與簡譜。
 - 二、**基礎彈奏能力**：烏克麗麗演奏姿勢與樂器的調音、彈奏空弦音和音階以及童謠旋律。
 - 三、**基本樂理**：認識拍號、五線譜與指法譜、基礎樂理與和聲學、節奏練習、撥和刷奏和弦。
 - 四、**自彈自唱**：民歌、流行、老歌、兒歌、搖滾、抒情…等各式風格曲目。
- 開課年級：1- 6 年級
- 課程內容(課程內容會依實際上課狀況稍作調整)

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/6	1	自我介紹、認識樂器、音名，唱名，簡譜與彈奏音階	
7/7	2	彈奏單音旋律：瑪莉有隻小綿羊、小星星、小蜜蜂和小毛驢	
7/8	3	認識節拍器由來以及刷奏四大和弦 (C Am F G7)	
7/9	4	剛好遇見你 自彈自唱	
7/10	5	白月光與硃砂痣 自彈自唱	

日期	日數	授課內容簡述	作品示意圖／其他備註
7/13	6	失眠飛行 自彈自唱	
7/14	7	因為你所以我 自彈自唱	
7/15	8	小城夏天 自彈自唱	
7/16	9	學生自選曲（讓學生票選兩首想彈奏的曲子）	
7/17	10	小型成果發表： 練習個人上台演出禮儀、台下觀眾禮貌，音樂會注意事項…等	