

106 年辦理「教育優先區中小學生 寒假 暑假營隊活動」經費支出明細表

學校名稱 全銜：南亞技術學院 民間團體			
學校社團名稱：南亞柔道社 (民間團體不需填寫)			
營隊活動名稱：106 年柔道夏令營		團隊名稱： 團隊帳號：	
活動日期	106 年 07 月 10 日 106 年 07 月 13 日	服務之中小學	台南太子國中
活動總經費 (活動總經費等於本 專案補助加自籌及 其他單位補助)	新台幣 30,000 元整	本專案補助	新台幣 20,000 元整
		自籌及其他單位補助 (需達總經費的 百分之二十)	新台幣 10,000 元整
活 動 總 經 費 支 出 明 細			
項 目 名 稱	金 額	用 途	備 註
3 天活動保險費	1674 元	3 天 40 人保險費	
住宿費	15673 元	2 天住宿費	
紅布條	1400 元	活動用	
3 天活動膳食費	6060 元	3 天活動 10 人膳食費	
車費	2165 元	車油錢	
教材	3040 元	教學用	
總 計	30012 元		

學校社團或民間團體 (蓋章)：

經手人 (簽名)：

(本表如不敷填寫，請自行影印或依此格式印製填寫)

106 年辦理「教育優先區中小學生 寒假 暑假營隊活動」志工名冊

學校名稱全銜：南亞技術學院					
學校社團名稱：南亞柔道社					
營隊活動名稱：柔道夏令營				團隊名稱： 團隊帳號：	
姓名	性別	出生年	就讀學校 或任職單位職稱	Email	電話
吳國輝	男	61.04.19	南亞課指組組長	wu0926071872@gmail.com	0926-071-872
吳振宇	男	77.01.26	南亞柔道社社員	souter@liveail.tw	0980-953-171
洪成烽	男	87.06.15	南亞柔道社副社長	aa4440280@kimo.com	0911-488-877
李昆妮	女	88.05.02	南亞柔道社社員	a0983504937@gmail.com	0983-504-937
李毅恆	男	88.01.22	南亞柔道社社員	eljeng880122@gmail.com	0961-550-641
張政皓	男	87.10.14	南亞柔道社社員	zsc22663@gmail.com	0972-910-755
彭麗錕	女	84.06.15	南亞柔道社社員		0928-322-927
張逸傑	男	86.05.07	南亞柔道社社員		0911-873-066
劉柏希	男	87.10.25	南亞柔道社社員	bboy11love77@gmail.com	0916-078-189
范勝勛	男	81.09.20	南亞柔道社社員		0937-012-552

合 計： 10 人

106 年「教育優先區中小學生 寒假 暑假營隊活動」成果報告表

製表時間：106 年 07 月 27 日

學校名稱 全銜：南亞技術學院 民間團體			
學校社團名稱：南亞柔道社 (民間團體不需填寫)			
營隊活動名稱：柔道夏令營		團隊名稱： 團隊帳號：	
活動預定時間：106 年 07 月 10 日		實際執行時間：106 年 07 月 10 日	
活動地點：台南市新營區太北街 140-21 號		服務學校：台南太子國中	
青年志工	計畫人數 10 人	實際志工 人數(A)10 人	男 6 人 女 4 人
參加學員	總 人 數 30 人 其他服務人數 0 人	弱勢學生人數(中輟生、原住民、低收入戶、單親家庭、外籍配偶子女) 共 30 人	
營隊服務 時數(B)	36 小時	(A)×(B)= 360 服務總小時	
執行階段 時間	<input checked="" type="checkbox"/> 青年志工訓練： <input checked="" type="checkbox"/> 方案執行： <input checked="" type="checkbox"/> 檢討暨反思：	106 年 06 月 26 日起至 106 年 06 月 29 日 106 年 07 月 10 日起至 106 年 07 月 12 日 106 年 07 月 24 日起至 106 年 07 月 25 日	
計畫執行 成果與 評估	1. 青年志工訓練過程與影響 2. 計畫執行過程與成效 3. 活動檢討、評估與反思 請以 A4 紙張敘述並檢附相關資料，以 10 頁篇幅為限		
活動 照片集錦	(請附活動期間較活潑具代表性照片五張)		
負責人		填表人	

南亞技術學院 柔道社

辦理106年「教育優先區中小學暑假營隊活動」活動評估

1. 青年志工訓練過程與影響：

- (1)志工的理念：志工服務是由心出發，不是因為其他外在因素而去做，要當一個志工應該要培養良好的人際關係，人與人之間的互動是非常重要的，會影響相處時的情緒，好的人際關係有助於問題的解決與事情的處理。
- (2)計劃的撰寫：設計此計劃達到理想目標，在課程活動中教導學員健康常識，規劃所需之活動課程進行內容、器材設備編制、人員的編制及經費的分配。
- (3)經費核銷：在活動中，將收入與支出做記錄，以了解活動花費。
- (4)各隊計劃分享：大家計劃都擁有自我特色，在相同的主題上兩隊會不同的方式表現內容，吸收優點，改善缺點。

我們在準備的過程中，由於本社團部分幹部未曾有帶團經驗，因此我們也替這些志工安排了一系列輔導課程，加強他們帶領學員的各種小技巧。而我們所輔導的課程有：隊輔教育、團康及情緒管理等。且訓練期間密集培訓他們在教學與遊戲帶領的部分，目的是希望他們可以給予小朋友們最好的一面。另在此次活動中，可以讓我們全體團員了解到，在志工的活動中是由心而發的，不因為此活動可證明對未來升學就職可加分，才下去執行，另外在出隊的工作人員需經挑選過，是所須之人才，在經費的使用上才不會造成浪費。本系會是將整個活動要培養人才延續理想為一個目標，將理想傳承給下屆，而理想計劃的構思從計劃、組織、用人、控制、領導及經費運用對本系傳承都有重大的涵義，有目標的深思熟慮之計劃，如何有效的發揮每個人的能力，如何把對的人擺在對的位置上，取得平衡點的控制，帶「人」要帶「心」之領導，編制需求之經費，如有一切之基礎，這樣在未來發展都是無可限量的。

2. 計畫過程評估：

一、計畫訂定與進行：

行前說明會：

說明此次出團需要注意事項及一些帶團經驗分享，另重要的經費核銷怎麼做記錄並了解活動花費等一些重要事項。

籌備前的準備：

1. 實地的探路：在106年07月10日，由柔道社、有參加這次營隊的所有隊員，到台南探路，經由國中的老師介紹場地能提供的設備、營隊期間所能用的場地、附近

能買便當的店面，我們評估小朋友們所需的教學及一些課程活動，最重要的就是當面溝通該校希望我們所達成的目標為何。

2. 與太子國中的聯繫：在探路後，總召必須負責繼續與該校老師保持電話聯絡。
3. 會議：定期舉行小隊會議。總召向團員們說明探路的結果，使全體團員了解該校的狀況，出隊時主要工作為何，以及說明此次暑假營隊之目標。在出隊之前已在會議中，討論出此次教學課程、活動編排等實施內容大綱。

籌備會議(一)：

會議中，報告此次進度概況，確定時間、地點，一些注意事項及籌備會工作各職掌分配及討論出所需輔導之課程大綱和各個課程負責人，由與此次合作國中自行到警察局，國中的交通部分沒問題，至於我們的交通、住宿與晚餐需要自行處理，所以需要有人訂船票、住宿，另外訂定場勘時間及到警察局的交通工具討論。

籌備會議(二)：

會議中，報告此次進度概況，場勘問題討論及研究學校可使用空間配置，討論活動期間各職掌工作分配及各個課程負責人報告課程大綱進度。

籌備會議(三)：

會議中，請各位全體團員提出寶貴意見，使本社團申辦計畫能確實落實教育優先區之精神，達成平衡城鄉差距，發揮教育機會均等之精神。

營隊期間：

1. 訂定整體工作流程：由總召評估當地狀況，訂出工作的內容大綱以及目標進度，每日的工作分配再視實際工作情況而定。
2. 工作時間：由於澎湖縣的國中生早起或父母親工作時間早，所以國中生都會早到，而我們志工大約工作時間是 07:30~16:00。
3. 工作方式：此次營隊工作大致上分為教學組、課程組、器材組，各組會互相協助，所以工作中每個志工都能學到不同的東西。
4. 小隊教學：此次隊員大部分隊員都是第一次參加營隊，經驗還不夠，所以大家必須行前不斷的練習、請教老師。
5. 每日小隊檢討會：總召與副總召報告當天工作進度及優缺點，訂出隔天的工作目標及志工的工作分配。

進行方式：

由於社會上有越來越多的殺童案件，所以我們藉由觀念傳導、動作示範、讓國中生能照著我們所教的東西加以練習，我們所教的是護身倒法、柔道基礎動作、遇到壞人基本的逃脫術，讓國中生以兩人一組、在道場上確實練習我們所教的柔道技術，為了不讓國中生們無聊、中間會穿插小遊戲給他們玩、甚至讓他們體驗寢技對抗、讓他們體驗到人與人在對抗上所需要的技巧、體能、力量、觀念上的重要性，結束後我們會跟他們分析剛剛在對抗的過程中有何缺失、也讓他們跟我們分享對抗心得、練習心得，一方面是讓他們練習表達能力、另一方面是看他們有無收穫，總結：整個課程主要是以實做為主、讓他們能遇到危機時能有所判斷、能保護自己的生命。

二、 此次參與人員：

南亞技術學院柔道社，本社團指導老師吳國輝老師及柔道社部分幹部、社員 名單如下：

社團	姓名	社團幹部職稱
柔道社	洪成烽	副社長
柔道社	李昆妮	社員
柔道社	李毅恆	社員
柔道社	吳振宇	社員
柔道社	張政皓	社員
柔道社	范勝勛	社員
柔道社	彭麗鈿	社員
柔道社	張逸傑	社員
柔道社	劉柏希	社員

3. 計畫實行成效評估：

對象	效果與貢獻
參加學員	<ol style="list-style-type: none"> 1. 藉此次營隊活動使太子國中的同學在暑假有個正當的運動習慣。 2. 使同學們能在這次活動裡學會遇到危機的應變觀念、逃脫技巧，與其他小朋友做更深的接觸，並能在活動中學習團體生活、互助練習，能信任身旁的隊友。 3. 藉由兩人一組的練習，達到互相信任、互相保護的觀念、讓他們了解到練武不只可以讓自己身強體壯、更重要的是要有禮貌、要幫助比自己弱小的人。
太子國中	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提高太子國中校外知名度。 2. 藉著三天的活動，體驗不一樣的運動。 3. 培養同學們有正確的防身觀念、練習柔道基本技術。 4. 建立危機意識，遇到危險時、有更多的逃跑觀念、攻擊技巧。
南亞技術學院	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提高南亞技術學院校外知名度。 2. 使更多單位了解南亞技術學院學生社團的多元性。 3. 營造友善校園的氣氛，以校走入社區服務，不僅可以獲得社區民眾對學校的認同與肯定，亦可為學校宣傳知名度及增進優質的形象。
柔道社	<ol style="list-style-type: none"> 1. 凝聚社團向心力及增加社員的服務熱忱。 2. 為社團招募新的工作人員。 3. 藉由此次營隊活動提升各幹部之活動能力以及培養未來幹部彼此之默契。 4. 提升社團知名度及曝光率。 5. 藉由社團的對外服務學程，讓社團了解自己的優劣之處，了解柔道社不只可以練習、還可以以自身所學教導別人。 6. 為社團培訓優良幹部做基石，以續傳承。 7. 強化學生公民素養，讓學生藉由活動的參與，體會從服務中獲得學習與成長，並且在潛移默化中實踐學校全人教育的理念。 8. 符合社區服務的發展目標，增進社團上活動的廣度與提高社團上活動的重要性。 9. 找出可以強化活動的品質與深思檢討改善，了解更多的校內外資源可加以運用與合作。

4. 反思過程評估：

這次所舉辦的暑假夏令營活動，是我們出隊以來的第一次經驗，還是有些部分缺失與成長的空間。

主要尚須改善的地方有：

- (1)這次的活動在國中道場舉辦，道場沒有冷氣、有電風扇、窗戶也全開，可是在室內練習、又穿道服、導致整體很悶熱。
- (2)由於是第一次教學、有很多動作上的教學、教的不是很清楚，讓國中生們有聽沒有懂的感覺。

改善方法：

- (1)下次如果有再辦理同樣活動、可能要選擇有冷氣的場地，如果沒有、我們可以準備毛巾、冰塊，以防同學中暑。
- (2)教學部分，平常老師上課時、多多學習，也在老師上課時，去當助教、多練習教學部分、想想怎麼教可以讓學生淺顯易懂。

志工的收穫：

從這次的活動中，我們接觸了平常很少會相處到的年齡層，學習著如何與他們溝通，如何才能讓他們真正了解我們所說的、做的，所以我們必須先克服年齡上的障礙，雖然我們也曾經是國中生、可是畢竟業畢業了好久，而且國中也是最叛逆的一個階段，原本我們以為這群國中生會很難教導，可是經過相處過後、我們發現他們很乖、很配合我們的流程、過程也很活潑、整體表現以國中生來看、已經表現得非常好了，也謝謝學校、謝謝教育部給我們經費、讓我們在經費上減輕了很大的負擔，這次我們學到非常多，我們的教學方式可以變得更好、與學生上的互動也可以變得更有意思，雖然大家一開始會有些爭執、可是也因為有爭執、讓我們思考要如何解決許多的問題、我們這次最大的收穫不只是教學上的經驗，有更多是我們的思想、我們的溝通、互相理解、互相扶持、互相成長…太多太多了，這次的營隊體驗，一定是我們未來想起來最令感動的其中一段精采回憶啊!未來有機會、我們一定會做得更好的!!

南亞技術學院 柔道社

【柔道暑假夏令營】活動照片集錦



【圖一】早上第一次見面老師跟學員打聲招呼



【圖二】做操！熱好身才不容易受傷



【圖三】教學貼紮。



【圖四】準備來個體能小遊戲啦！



【圖五】柔道基礎練習-掃腰！



【圖六】柔道基礎練習-過肩摔！



【圖七】寢技教學！



【圖八】複習前面教過的寢技



【圖九】被國中生壓住啦!!



【圖十】活動順利完成