

臺中市政府警察局第二分局暨臺中市柔道協進會

109 年暑期柔道體驗成長營

# 活動計畫

主辦單位：臺中市政府警察局第二分局

承辦單位：臺中市柔道協進會

協辦單位：臺中市政府警察局第一分局、朝陽科大體育室、南開科大體育組、錦江堂文教基金會、臺中市區公所

指導單位：中華民國柔道總會、臺中市政府教育局、臺中市政府警察局、臺中市政府運動局

# 目錄

- 一、臺中市政府警察局第二分局暨臺中市柔道協進會109年  
暑期柔道體驗成長營活動計畫--第2-3頁
- 二、附件一：活動流程表--第4頁
- 三、附件二：活動報名表--第5頁

# 臺中市政府警察局第二分局暨臺中市柔道協進會

## 109年暑期柔道體驗成長營活動計畫

- 一、活動目的：提倡暑假期間少年正當休閒娛樂，藉由本活動抒發少年無窮體力，進而舒緩生活及課業壓力，並在學習過程中灌輸反霸凌、反詐欺、反吸毒、反飆車、反援交、反幫派、菸害防治、婦幼安全等法律常識，學習保護自己避免誤觸法網，特舉辦柔道育樂營活動結合體適能活動，鍛鍊體魄、培養運動精神、學習柔道精神，期強化少年身心健全發展以達預防之目的。
- 二、主辦單位：臺中市政府警察局第二分局
- 三、承辦單位：臺中市柔道協進會
- 四、協辦單位：臺中市政府警察局第一分局、朝陽科大體育室、南開科大體育組、錦江堂文教基金會、臺中市中區區公所。
- 五、指導單位：中華民國柔道總會、臺中市政府教育局、臺中市政府運動局、臺中市政府警察局。
- 六、活動內容：青少年預防犯罪宣導、學習柔道禮儀及柔道基本動作教學、體適能遊戲暨有獎徵答等活動。(如附件一)
- 七、活動教官：
  - (一) 預防犯罪法令宣導，由第二分局偵查隊少年防制官授課。
  - (二) 柔道基本介紹、基本動作應用、體適能遊戲等活動，統由臺中市柔道協進會教練授課。
- 八、活動時間：
  - (一) 109年07月16、17日(星期四、五)，共計2日。
  - (二) 分為上午9時起至11時00分止及晚上19時30分起至21時30分止等2時段，擇一參加。
- 九、活動地點：臺中市中區興中街90號(柔道協進會)。
- 十、招生對象、人數：設籍本市未滿18歲之青少年學生，每班招生30人，每日二班合計60人、工作人員10人，共計70人。

十一、 課程費用：全程免費。

十二、 報名辦法：即日起至109年07月8日(三)17時止，由臺中市政府教育局、運動局網站及臺中市政府警察局第二分局網站(最新消息-活動訊息)下載報名、加line報名(ID: judops)或至臺中市柔道協進會現場報名。(如附件二)

十三、 辦理本計畫有功人員俟活動結束後依規定敘獎。

十四、 本計畫未盡事宜，得隨時補充修正之。

附件一：

109 年暑期柔道體驗活動流程表		
時間	活動程序	說明
08：40~08：55	柔道館報到、集合	
08：55~09：50	熱身運動、柔道禮儀介紹、護身倒法及基本動作示範教學	由教練進行
09：50~10：00	場地整理	
10：00~10：15	活動開始、致詞	貴賓致詞
10：15~10：25	柔道表演	
10：25~10：40	青少年預防犯罪暨法令宣導、有獎徵答	少年防制官
10：40~11：00	體能遊戲	由教練進行
11：00~11：10	結業式、師生交流、賦歸	心得分享

時間	活動程序	說明
19：15~19：30	柔道館報到、集合	
19：30~20：30	熱身運動、柔道禮儀介紹、護身倒法及基本動作示範教學	由教練進行
20：30~20：40	休息時間	
20：40~21：20	體能遊戲	由教練進行
21：20~21：30	休息時間	
20：30~21：00	青少年預防犯罪暨法令宣導、有獎徵答	少年防制官
21：00~21：30	結業式、師生交流、賦歸	心得分享

附件二：

## 臺中市政府警察局第二分局暨臺中市柔道協進會

### 『109年暑期柔道體驗成長營』活動報名表

- ※ 活動內容：預防犯罪宣導暨有獎徵答、學習柔道禮儀及柔道基本動作教學、體適能遊戲等活動、成果發表比賽。
  - ※ 活動時間：109年07月16、17日，共計2日。
  - ※ 活動地點：臺中市柔道協進會（臺中市區興中街90號）。
  - ※ 參加對象：設籍本市未滿18歲之青少年學生，每班招生30人。
  - ※ 課程費用：全程免費。
  - ※ 報名辦法：即日起至109年07月08日17時止，經家長同意並自行負責接送，加line報名(ID:judops)報名或親至臺中市柔道協進會（臺中市區興中街90號）報名。（額滿即止）。
- 聯繫專線：0926-895696（張維志老師）
- ※ 請到場的學生、家長配合當天活動規定。
  - ※ 為響應環保，請學員自備杯子。

姓名		出生日期	年 月 日
性別		身分證字號	
就讀學校 及年級			
家長同 意簽名			
聯絡電話	家用：	行動：	
通訊地址			
班別	<input type="checkbox"/> 上午班 9：00-11：00 <input type="checkbox"/> 晚上班 19：30-21：30		