

社團法人桃園市自閉症協進會

成星計劃 自主性團體-IN 1 課程 DM



課程活動四大主題(邀請成年身障者參與)

- (一)心靈支持(同儕支持、家庭生活、情緒支持…等課程)，引導心靈存在不安、不適感，在友善的環境，學習放鬆。
- (二)敬老公益行動-關懷在地獨居老人，讓公益支持公益的互助精神。
- (三)園藝治療是一種幫助個案的輔助治療，與一般大眾蒔花弄草、怡情養性、非結構性的休閒活動不同；它轉變成一系列根據明確目標、有系統執行的結構性活動，可增加個體與生活事件互動。
- (四)排球夏令營-以排球工具及精神，用遊戲、比賽的互動，建立團體合作目標

成星計劃 自主性團體-IN 1 報名方式

一、課程地點：

- 室內課程：本會教室(桃園市桃園區中山路 1000-1 號 2 樓-2)
- 排球課程：大成國小(桃園市桃園區八德區和平路 638 號)
- 公益參與：安排於桃園市區的公園集合及活動(地點再公布)

二、參加對象及人數：(人數 15-20 人)

- 凡居住或戶籍在桃園之身障者，其障別不設限
- 目前正在找工作之身障者
- 年齡 18 歲(含)以上，符合條件者

三、報名方式：(報名期間：109.06.22~109.06.30 至名額額滿為止)

- 電話 03-2170919 傳真 03-3920351
- 現場報名：桃園市桃園區中山路 1000-1 號 2 樓-2
- 活動費用：免費(此活動不收取任何費用)

四、活動聯絡人:周正敏 社工

成星計劃 自主性團體-IN 1 課程內容

	日期	時間	星期	課程內容
課程 1	7 月 04 日	09:00~12:00	(六)	桌遊-認知學習
課程 2	7 月 11 日	09:00~12:00	(六)	合作無間-同儕互動
課程 3	7 月 18 日	09:00~15:00	(六)	親子歡樂-排球夏令營 1
課程 4	7 月 19 日	09:00~15:00	(日)	親子歡樂-排球夏令營 2
課程 5	8 月 01 日	09:00~12:00	(六)	愛與包容-家庭關係
課程 6	8 月 06 日	09:00~12:00	(四)	製作伴手禮
課程 7	8 月 07 日	09:00~12:00	(五)	敬老活動(訪視獨老)
課程 8	8 月 15 日	09:00~12:00	(六)	電影教我們的事
課程 9	8 月 15 日	13:00~16:00	(六)	心靈花園 1
課程 10	8 月 22 日	09:00~12:00	(六)	心靈瑜珈-釋放壓力
課程 11	8 月 22 日	13:00~16:00	(六)	心靈花園 2
課程 12	8 月 29 日	09:00~12:00	(六)	夢想-生涯規劃
課程 13	8 月 29 日	13:00~16:00	(六)	心靈花園 3

*7/18、7/19 排球營為夏令營模式，時間 09:00~15:00，也邀請家長一同參與，其星兒中午便當錢及點心費，無需負擔，讓我們與寶貝歡樂快樂的放暑假。

報名表

填寫好報名表請回傳給協會工作人員

基本資料	想來參加課程的原因 (可以複選 3 個)		目前狀況 (選 1 個)	
姓名： 生日： 聯絡電話： 畢業學校： 居住區域： 區	<input type="checkbox"/> 家人幫我報名 <input type="checkbox"/> 自己想來參加課程 <input type="checkbox"/> 覺得課程有興趣 <input type="checkbox"/> 我想找工作 <input type="checkbox"/> 和朋友一起參加 <input type="checkbox"/> 認識新朋友，建立人際互動 <input type="checkbox"/> 其它：		<input type="checkbox"/> 在家 <input type="checkbox"/> 小作所 <input type="checkbox"/> 剛離職 <input type="checkbox"/> 剛畢業 <input type="checkbox"/> 其它：	
我會參加	日期	時間	星期	課程內容
<input type="checkbox"/>	7月4日	09:00~12:00	(六)	桌遊-認知學習
<input type="checkbox"/>	7月11日	09:00~12:00	(六)	合作無間-同儕互動
<input type="checkbox"/>	7月18日	09:00~12:00	(六)	親子歡樂-排球夏令營 1
<input type="checkbox"/>	7月19日	09:00~12:00	(日)	親子歡樂-排球夏令營 2
<input type="checkbox"/>	8月1日	09:00~12:00	(六)	愛與包容-家庭關係
<input type="checkbox"/>	8月6日	09:00~12:00	(四)	製作伴手禮
<input type="checkbox"/>	8月7日	09:00~12:00	(五)	敬老活動(訪視獨老)
<input type="checkbox"/>	8月15日	09:00~12:00	(六)	電影教我們的事
<input type="checkbox"/>	8月15日	13:00~16:00	(六)	園藝治療-心靈花園 1
<input type="checkbox"/>	8月22日	09:00~12:00	(六)	心靈瑜珈-釋放壓力
<input type="checkbox"/>	8月22日	13:00~16:00	(六)	園藝治療-心靈花園 2
<input type="checkbox"/>	8月29日	09:00~12:00	(六)	夢想-生涯規劃
<input type="checkbox"/>	8月29日	13:00~16:00	(六)	園藝治療-心靈花園 3

※8/22、8/29 課程為一天，中午可以代訂便當。

我要代訂便當 ○ 葷 ___ ○ 素 ___ 位

※7/18、7/19 排球營為夏令營模式，時間 09:00~15:00，也邀請家長一同參與，其星兒的午餐及點心費，無需負擔，讓我們與寶貝歡樂這個快樂放暑假。

排球營夏令營-活動內容

109.07.18(六)		
時段	活動內容	活動方式
08:30~09:00	報到	拿名牌
09:00~09:10	●理事長鼓勵的話 ●老師向大家打招呼及說明這兩天的課程	
09:10~10:30	1、相見歡 2、星手上路	●學員自我介紹 ●認識排球 ●分組及對呼呼喊
10:30~11:10	活動 1：排球舞	所有的學員繞成一圈唱歌，將球「拋」給對方，對方要接球，每一首歌唱完後，最後接到球的同學，要抽籤回答問題，自己的組別，要幫他喔，展現團隊精神！
11:10~12:00	教學 1：簡易的排球傳遞姿勢教學	A 與 B 組先分別練習「拍打」、「扣球」
12:00~13:00	~用餐及休息~	
13:00~14:00	活動 2：我托你丟	AB 組比賽，由學員丟球，另一方接球，看那一組進球數最多
14:00~14:40	活動 3：推大球 (5 人 1 組)	5 人一組，排隊「推」大球，要繞關卡，最先回到終點的組別，可以得到小獎品
14:40~15:00	星得分享	由老師說明今天 AB 兩組團隊合作的分析，給予回饋，同時也請參與的學員上台回饋

109.07.19(日)		
時段	活動內容	活動方式
08:30~09:00	報到	拿名牌
09:00~09:30	活動 1：有氣體適能	●用活力舞蹈，讓 AB 組學員上台唱跳，在唱跳過程中，手上的排球要邊唱邊傳，唱完歌，最後接到球的人，要抽籤回答，自己的組別，要幫他喔，展現團隊精神！
09:30~10:30	教學 1：排球知識	●情境演練(用各種示範，腳受傷要如何處理，做運動時，如何保護好自己安全。 ●老師在授課的過程中，會提問題，答題越多的組別，會有小獎品。
10:30~11:10	活動 2：肺盡星力	●吹氣球(有人負責吹氣球)，吹完後，將球交給下一位，把球托出去，看那一組進球數最多
11:10~12:00	活動 3：靜態體適能遊戲	●坐下來，好好的深呼吸，靜靜的聽者自己的呼吸聲
12:00~13:00	~用餐及休息~	
13:00~13:40	心得分星	☆大家坐下來，分享兩天的心得
13:40~14:30	你丟我撿	☆場地恢復
14:30~15:00	歡樂再見(擁抱及祝福)	

109 親子歡樂排球夏令營

- 我要訂便當 葷___ 素___位(星兒免費)
參與天數：2 天 只有 7/18 只有 7/19
是否有家長陪同參與 是 否，陪同者關係：_____
參與活動的交通工具 開車 摩托車 走路/公車