蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（　B-01-歡樂桌球B班　）

課 程 簡 介	
桌球不僅是亞奧運競賽項目，在台灣也是一種相當受人喜愛的運動，桌球上手相對其他運動項目困難一點，不僅需要專注力訓練、手部細微動作訓練、腳步訓練，眼睛追球訓練（可預防近視）、甚至核心訓練等缺一不可，而一旦學會將終身受益匪淺。 本課程透過基本技術的訓練，融入初階比賽觀念，讓學生學會基本技術與競賽規則。同時課程中帶入一些有趣的體能活動，讓孩子在歡樂中學習、在訓練中學會打桌球。 一班招收喜愛桌球學員6人。	
自 備 用 品	招生對象
水壺、毛巾、替換衣物、球拍（可代購800）	1～6

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	熱身、球感訓練、持拍揮拍練習、體能訓練、上課規則講解
2	熱身、球感訓練、持拍揮拍練習、體能訓練、發球、正手攻球、收操
3	熱身、球感訓練、持拍揮拍練習、體能訓練、發球、正手攻球、反手推球、收操
4	熱身、球感訓練、持拍揮拍練習、體能訓練、發球、正手攻球、反手推球、收操
5	熱身、球感訓練、持拍揮拍練習、體能訓練、發球、正手攻球、反手推球、切球、收操
6	熱身、持拍揮拍練習、體能訓練、發球、正手攻球、反手推球、切球、接發球、收操
7	熱身、持拍揮拍練習、體能訓練、發球、正手攻球、反手推球、切球、接發球、收操
8	熱身、持拍揮拍練習、體能訓練、收操 發球、正手攻球、反手推球、切球、接發球、正手拉球
9	熱身、持拍揮拍練習、體能訓練、收操 發球、正手攻球、反手推球、切球、接發球、正手拉球、反手拉球
10	熱身、持拍揮拍練習、體能訓練、收操 發球、正手攻球、反手推球、切球、接發球、正手拉球、反手拉球、分組比賽

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（ B-02-籃球B班 ）

課 程 簡 介	
【籃球是一種可以鍛鍊到全身肌肉的運動之一，平常也能透過不斷練習個人動作來增進技術。在運動的過程當中我們可以改善情緒、提升睡眠品質、提升大腦功能、增強體力、幫助強壯骨骼和肌肉。最後也能在團體生活中找到自信及籃球的樂趣唷。	
自 備 用 品	**招生對象**
水壺 毛巾 籃球	3-6年級

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）

1	規則講解　球操活動　手感練習
2	敏捷性訓練
3	運球：換手運球　轉身運球　投籃
4	運球：跨下運球　背後運球　投籃
5	傳球：胸前傳球　過頂傳球　防守
6	傳球：地板傳球　單臂長傳　防守
7	綜合練習 三對三
8	綜合練習 三對三
9	綜合練習五對五
10	綜合練習 五對五

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（　B-03-足球B班　）

課 程 簡 介	
上課時氣氛輕鬆，讓小朋友容易適應課程，盡情投入，使他們發掘足球運動的樂趣，並成為持久的樂趣。 盤控足球，在提升移動足球的技術和靈敏度。訓練足球準確地傳送，加強傳球技術和增強肌肉的力量，更能提升團隊合作能力，讓孩童學習了解團隊及群體生活的重要性。 正確的射門技巧，並鍛鍊小朋友的決策能力及觀察。比賽的對抗亦是訓練重點之一，務求各小朋友獨當一面，還以體能及精力去完成整個賽事。 教練會於賽後與小朋友做檢討，利用提問方式來讓小朋友思考如何在各種情況下做出正確的動作，灌輸比賽該有的態度。	
自 備 用 品	招生對象
水壺、毛巾	幼大-六年級

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	足球訓練課程 暖身運動，熱身小遊戲，協調訓練，基礎體能，基本動作教學。
2	足球訓練課程 暖身運動，熱身小遊戲，協調訓練，基礎體能，基本動作教學。
3	足球訓練課程 暖身運動，熱身小遊戲，協調訓練，基礎體能，個人基礎技巧練習。
4	足球訓練課程 暖身運動，熱身小遊戲，協調訓練，基礎體能，個人基礎技巧練習。
5	足球訓練課程 暖身運動，熱身小遊戲，協調訓練，個人基礎技巧練習，小組傳球訓練。
6	足球訓練課程 暖身運動，熱身小遊戲，協調訓練，個人基礎技巧練習，小組傳球訓練。
7	足球訓練課程 暖身運動，熱身小遊戲，協調訓練，帶球訓練，小組對抗，分邊比賽。
8	足球訓練課程 暖身運動，熱身小遊戲，協調訓練，帶球訓練，小組對抗，分邊比賽。
9	足球訓練課程 暖身運動，熱身小遊戲，協調訓練，射門技巧練習，小組對抗，分邊比賽。
10	足球訓練課程 暖身運動，熱身小遊戲，協調訓練，射門技巧訓練，小組對抗，分邊比賽。

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（ B-04-輪板運動(蛇板、雙龍) ）

課 程 簡 介	
使孩童除輪板技巧增進外，能了解如何"安全並正確"的使用輪板。並使其在練習團隊隊形及競賽的過程中，理解使團隊成功的要素，以增進其團隊能力。須自備輪板(蛇板或雙龍)、全套護具(護腕、護肘、護膝)、運動安全帽。	
自 備 用 品	**招生對象**
水壺、輪板(蛇板或雙龍)、全套護具(護腕、護肘、護膝)、運動安全帽。	1-6

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	上課安全須知，認識蛇板及雙龍及護具穿戴介紹。
2	了解輪板運作模式及保護自身與他人的重要性。
3	認識上板要領。雙龍基礎移行訓練、蛇板進階訓練(S型、側溜)。
4	認識轉彎要領，練習大弧度轉彎技巧。輪板隊形演練及熟悉(順向隊形)。
5	熟悉轉彎要領，練習小弧度轉彎技巧。輪板隊形演練及熟悉(逆向隊形)。
6	熟悉轉彎要領，練習八字型轉彎技巧。輪板隊形演練及熟悉(隊形換邊)。
7	熟悉轉彎要領，練習蹲溜技巧。輪板隊形演練及熟悉(內外圈)。
8	熟悉轉彎要領，練習S型技巧。輪板隊形演練及熟悉(太極圖)。
9	熟悉轉彎要領，S型過彎訓練。各類競賽實行演練(九宮格、鬥牛)。
10	輪板隊形綜合演練。

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（　B-05-快樂舞蹈班　）

課 程 簡 介	
以專業的舞蹈訓練開發學生身體的潛能和肢體協調性，培養優美體態和氣質，運用多元的教材搭配活潑有創意的現代舞和流行舞及中國民俗舞蹈，搭配使用彩帶、呼拉圈、球、飄扇等道具做編排，提升學生對舞蹈的興趣和藝術技能。	
自 備 用 品	**招生對象**
舞鞋，水壺，毛巾	1～6年級

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	肢體開發，體能訓練。
2	（一）舞蹈小品～Maroon 5。
3	（二）舞蹈小品～Maroon 5。
4	中國舞蹈～長飄扇。
5	中國舞蹈～長飄扇。
6	雙彩帶。
7	雙彩帶。
8	流行舞蹈。
9	流行舞蹈。
10	舞蹈呈現。

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（ B-06-卡通漫畫B班 ）

課 程 簡 介	
漫畫是啟蒙孩子對繪畫喜好的基礎。無論動畫、卡通，都是從漫畫衍生出來的，本課程透過簡單的一張畫紙，教導學員繪製卡通或漫畫裡的各種人物及角色造型等，將人物表情運用各種繪畫技巧表達，同時學習為漫畫設計場景，讓學員初步掌握單幅漫畫的創作，課程內容幽默有趣，透過實踐培養學員的藝術興趣，孕育無限盡的繪畫天份，創作出天馬行空的卡通作品。	
自 備 用 品	**招生對象**
色鉛筆、雙頭黑色麥克筆、水壺	**1～6年級**
課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	任天堂《星之卡比》之卡比系列角色繪製。
2	畫出夢幻Q版寶可夢神獸：仙子伊布、皮卡丘、原始蓋圖超夢、超級噴火龍…等數十隻可愛神奇寶貝(上節)。
3	畫出夢幻Q版寶可夢神獸：仙子伊布、皮卡丘、原始蓋圖超夢、超級噴火龍…等數十隻可愛神奇寶貝(下節)。
4	三麗鷗十大人氣卡通明星大耳狗喜拿、布丁狗、酷洛米、帕洽狗、美樂蒂、Hello Kitty、雙星仙子、人魚漢頓、小麥粉精靈、山姆企鵝等之肖像繪製。
5	人氣動漫《小小兵》三主角凱文、鮑勃、史都華等三人滑稽Q版人像繪製。
6	手繪原創於美•加州【達菲熊家族•Duffy and Friend】即《迪士尼小熊》，而在日本東京發揚光大的玩偶，有達菲、雪麗玫、傑拉多尼、史黛拉…等其角色之繪製。
7	日本動漫《工作細胞》主角血小板之Q版人像繪製。
8	日本動漫《航海王》主角魯夫人像繪製（魯夫是一位勇氣十足，同時具有不可思議能力的動漫主角，他的身體可隨意延展，因此造型更具誇張性）。
9	日本動畫《名偵探柯南》主角，不同時期的畫風變化，其Q版角色繪製。
10	其他另有知名動漫《偶像學園》、《阿神Q版》、《超人力霸王(奧特曼)》…等系列圖像繪製及手鉛筆上色過程。

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（　　B-07-多漾手工藝術B班　　）

課 程 簡 介
為孩子量身打造的手作美學創意課程，體驗「玩中學」的滿滿樂趣及成就感。本課程包含紙雕藝術、點心烘焙、黏土、飾品、繪畫及其他進階DIY手作類課程，帶領孩子體驗學習創造歡樂。

自 備 用 品	招生對象
水壺	1~6

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	可愛水晶+ 石塑黏土小掛飾
2	DIY手作捏捏球
3	美味點心DIY
4	旋轉海星貝殼掛件
5	小小魔法師（許願瓶DIY）
6	美味點心DIY
7	扭扭棒發財樹製作（一）
8	扭扭棒發財樹製作（二）
9	創意流沙畫
10	美味點心DIY

備注：美味點心由小朋友前一堂課多數決通過而作之，課程如下：

蘋果派、大阪燒、一口酥熱狗捲、雞蛋仔、玫瑰吐司禮盒、燒肉漢堡、卡通棒棒糖、創意披薩(pizza)、韓式麵包、珍珠奶茶、香蕉冰凍巧克力棒、創意冰淇淋杯、韓式壽司卷… …等。

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（　B-08-輕黏土創意捏塑課　）

課 程 簡 介

歡迎有興趣的小朋友\來報名!!
兒童藉由黏土遊戲中，在搓.揉.擠.捏.拍.壓等動作,訓練手的觸覺和眼的刺激並手眼協調，加深觀察能力與專注力及耐心.創造力,激發孩子的思考,能創作出屬於自己獨一無二的個人作品。
使用材料:
使用環保無毒輕質土,質地輕巧不黏手,製作技巧簡單快速,不需要燒烤,自然風乾,即可永久保存。

自 備 用 品	招生對象
水壺	一年級~六年級

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）

1	佩佩豬磁鐵
2	寶可夢溫度計
3	海底世界門掛牌
4	花風鈴
5	小廚師吉他信插筒
6	小廚師吉他信插筒
7	瑪莉歐迴力車
8	瑪莉歐迴力車
9	新年快樂吊飾
10	新年快樂吊飾

以上課程暫定，並依實際情況作調整

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（　B-09-原木機關工坊　）

課 程 簡 介
課程中運用各式雷射雕刻木片讓孩子學習其中設計原理 融合手作、機械結構、齒輪馬達等元素 創造出各式獨特作品~

自 備 用 品	招生對象
無	1-6

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	日地月模型
2	戰鬥機
3	穿越火線
4	陸地履帶坦克
5	液壓機械手臂（簡易版）
6	橡皮筋槍
7	吸塵器
8	霸王龍
9	投石機
10	軌道滾珠蹺蹺板

蘆洲國小 115 學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（ B-10-樂高智能機器人 ）

課 程 簡 介	
用樂高動手做機器人，學簡單程式，從中學習如何使用感應器，輕鬆學科技、玩創意！ 使用教材:Lego SPIKE 45678 以及 EV3 等	
自 備 用 品	**招生對象**
水壺	幼大 - 6

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）

1	熟悉樂高盒組以及介紹撰寫程式的網頁
2	程式實作 **利用馬達控制輪胎順、逆時針轉動**
3	專題實作 **出租車！出租車！**
4	熟悉感應器(顏色感應器)
5	程式實作 **透過顏感器偵測不同顏色的積木**
6	專題實作 初級彈珠遊戲
7	專題實作 **積木分類器**
8	專題實作 高階彈珠遊戲
9	熟悉蜂鳴器
10	程式實作 **利用蜂鳴器發出各種不同聲音**

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（　　B-11-頂尖疊杯營　　）

課 程 簡 介	
藉由和同學一起學習疊杯，培養團體合作能力和訓練個人手眼協調能力。	
自 備 用 品	**招生對象**
水壺	1-6 年級

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	333 疊杯練習
2	363 疊杯練習
3	363 疊杯練習
4	66 疊杯練習
5	66 疊杯練習
6	1-10-1 疊杯練習
7	1-10-1 疊杯練習
8	Cycle 疊杯練習
9	Cycle 疊杯練習
10	疊杯歌練習

以上為本次育樂營預計課程內容，實際教學內容會依照學生程度做調整

蘆洲國小 115 學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（ B-12-Bloxels 遊戲設計 ）

課程簡介		
像素藝術-Bloxels 遊戲設計-滑板少年的冒險 風和日麗的早晨，滑板少年即將展開他的尋寶冒險。陰暗的洞穴、天空宮殿、祕密通道等著你探索，路上要小心四處遊走的魔物蝙蝠、哥布林。以上遊戲元素都將由你打造，創作屬於你自己的遊戲冒險世界吧！		
自 備 用 具		**招生對象**
筆電 W11 以上、個人文具、著色用具		3-6 年級
次	**主題**	**課 程 內 容(為達最佳教學品質，課程內容將依實際情況調整。)**
1	Bloxels 初體驗 -滑板少年的冒險	風和日麗的早晨，滑板少年展開他的冒險旅程，一路上會遇到什麼有趣的事情呢？
2	Bloxels-我是主角	設計你專屬的遊戲主角，前進、後退、跳躍、翻滾等等動作，都將由你自己完成！發揮你的創意，讓主角變得生動又有趣~
3	Bloxels-雙刀河馬人	凶暴的河馬人，小心他揮舞著的雙刀。
4	Bloxels-神奇裝備	閃爍的米字圖案，讓人更想打開一窺究竟。
5	Bloxels-終點旗幟	一路上的辛苦冒險，最終要讓旗幟來檢驗我們努力的成績。
6 7	Bloxels 關卡設計 -地下世界	通道下果然別有洞天，雖然有不少的敵人，但許多金幣也讓我滿載而歸。
8 9	Bloxels 關卡設計 -遨遊天際	打開噴射背包，順著近景的箭頭飛往天際。
10	遊戲大冒險- 發表與挑戰	紀錄並展示個人遊戲作品，分享關卡設計理念與創作特色，並透過實際試玩、互動交流與作品回饋，培養表達能力、創意思考及問題解決能力，為 Bloxels 遊戲設計課程畫下精彩句點。

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（　B-13-創藝DIY　）

課 程 簡 介
「在手作中舒壓療癒，在實作中扎根自信。」 探索創意，舒壓療癒，啟發潛能，塑造未來；引導式學習，認識食材，淬煉生活技能，培養能力，讓孩子在成就感中茁壯，成就全人教育的基石。

自 備 用 品	招生對象
水壺，環保碗筷，剪刀，白膠，資料夾	幼大~6年級

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	暖呼呼手指圍巾
2	創意黏土小夜燈（上）
3	創意黏土小夜燈（下）
4	編織泡芙小提袋
5	香烤雞蛋糕
6	繽紛珍珠畫
7	蛋糕疊疊樂
8	香氛雪花蠟
9	拓印藝術提袋
10	卡哇依萬花筒

新北市蘆洲國小115-寒假冬令「贏」課程簡介與計畫大綱

班名：（　B-14-動漫周邊創作　）

課 程 簡 介	
本課程由台大團隊設計，跳脫單純的繪畫練習，將孩子對角色的熱情導向「實體創作」。透過多樣化的工藝媒材，親手打造出屬於自己的限定周邊。	
自 備 用 品	**招生對象**
水壺	幼大～六年級
課 程 內 容 計 畫 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	戳戳毛線：三麗鷗
2	畫中有沙：漫威
3	數字油畫：寶可夢
4	鑽石貼畫：迪士尼
5	積木設計師：排球少年
6	數字油畫：吉伊卡哇
7	毛球畫：星之卡比
8	紙漿畫：哆啦A夢
9	積木設計師：寶可夢
10	數字油畫：鬼滅之刃

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（　　B-15-歡樂桌遊社　　）

課 程 簡 介	
思考在團隊合作下創造勝利的方程式，每堂課會玩不同款的桌遊並融入團康大地遊戲，啟發學員領導力及溝通力	
自 備 用 品	**招生對象**
水壺	1-6 年級

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	閃靈快手
2	Red7
3	睡皇后
4	數字急轉彎
5	很久很久以前
6	分數沙拉
7	終極密碼
8	怒海求生
9	搶尾刀
10	諾亞鬧方舟

蘆洲國小115學年度寒假冬令「贏」課程簡介與內容大綱

班名：（ B-16-立體幾何摺紙 ）

課 程 簡 介
立體幾何摺紙是將數學中的幾何概念與摺紙工藝結合。 透過親手摺疊紙張，可以具象化抽象的空間概念、多面體結構與對稱性。 我們會從單元數量少、摺法對稱且有明確空間變化的作品開始， 讓你在動手過程中自然建立「點、線、面」與「平面轉立體」的幾何直覺。

自 備 用 品	招生對象
尺、剪刀、口紅膠或雙面膠	五、六年級

課 程 內 容 大 綱（仍會因學員學習狀況適當調整）	
1	四面體：方法1//方法2//大容量彩筆筒
2	六面體：方法1//方法2//變化六面體
3	正八面體，正十二面體
4	二十面體
5	二十四面體
6	紙球
7	紙花球
8	中空正方體：方法1//方法2
9	中空八方體
10	立體紙足球//統整