

臺北市112年度成德國民小學雙語課程夏令營實施計畫

壹、計畫概述

一、依據：臺北市國中小雙語課程計畫。

二、目的

(一) 提供學生多樣化的學習課程，豐富學生雙語學習機會。

(二) 培養學生創造、探索的能力，建立良好的英語學習經驗。

三、參加對象：設籍本市112學年度之國小三、四年級學生，預計招收15人，若有多餘名額則開放新北及基隆學生。

四、實施期間：112年7月17日(星期一)至112年7月20日(星期四)，早上9時至中午12時。

五、實施方式

(一)上課方式：實體上課

(二)報名及錄取方式

1. 採全市不分區方式進行辦理。

2. 國小學生家長逕自選擇本市核定之國小雙語教育學校，六年級畢業生及國中學生家長逕自選擇本市核定之國中雙語教育學校。

3. 每名學生至多可報名**2場次**，每場次至少15人，視開課學校課程規劃狀況及教學資源設定人數上限。

4. 雙語教育學校得保留三分之一名額予校內學生參與(校內安心就學方案名單之弱勢學生優先)，若校外報名人數不足三分之二，可以校內學生遞補，若遞補後仍有名額，開放新北市及基隆市學生報名。

5. 於**112年6月26日(星期一)上午8:00至112年6月30日(星期五)下午4:00**期間至**臺北市英語教學資源中心雙語專區**(<https://ecamp.tp.edu.tw/bilingual/index.php>)或**臺北市青少年發展暨家庭教育中心網站**(<https://ydfc.gov.taipei/>)，完成網路線上報名。逾期不受理報名，報名將依各場次人數及參加意願自動排序，若報名人數過多，採系統亂數抽籤錄取，並列備取排序。

(四)錄取通知：於**112年7月7日(星期五)**前，公告於**臺北市英語教學資源中心雙語專區**(<https://ecamp.tp.edu.tw/bilingual/index.php>)和**臺北市青少年發展暨家庭教育中心網站**(<https://ydfc.gov.taipei/>)。

(五)參加費用：由教育局補助各校雙語經費項下支應，**不收取報名費**。

六、辦理經費：由雙語教育學校經費中勻支。

貳、課程設計理念

本次雙語夏令營主題為「The Joy of Movement」。

Body Stretch, Twist and Freeze 讓孩子跟著遊戲與故事動起來；Shadow Games 藉由遊戲體驗光影在生活中的多樣特色與感受；Party Animals 用英語律動身體，體會持續運動帶來的愉悅感；Yoga I/II/III 用雙語來學瑜珈基本體適，訓練孩子的身體意識、行動力的控制和平衡情緒；Music and Movement 透過身體來學習、體驗，以日常生活的元素為課程主題，引導孩子跳出屬於自己的舞蹈，讓孩子對於生活尋常的事物有更深的體會。呼吸與瑜珈課程更有助於孩子從小培養自我覺察練習正念 mindfulness 的習慣，引導孩子能夠將外放的精力變成內在的動能，能動能靜，從容自如，藉由練習呼吸與冥想 meditation 體會靜心，感受到壓力減輕、疲憊減輕，培養接納並喜愛自己的內在質素，幫助抒解壓力焦慮，體驗達到平靜與滿足。

課堂中引導孩子感受與想像，從音樂、美術、戲劇、語文、人際、情緒等啟發孩子多元智能，蘊釀內在的能量與建構孩子獨特的身體語彙。帶領孩子重新在生活中發揮創意、找到勇氣、學得更好、重塑人際連結。藉由此次雙語夏令營「The Joy of Movement」一系列課程體會比爾蓋茲 Bill Gates 所言：「對我來說，冥想其實就是簡單的腦部運動，大概就跟運動時使用肌肉的方式類似。我所做的，其實就是每天撥出幾分鐘的時間，練習如何專注，遠離腦中各種思緒。」

參、雙語夏令營課程表

一、課程表

日期	7月17日(一)	7月18日(二)	7月19日(三)	7月20日(四)
主題	The Joy of Movement			
08:50-09:00	報到			
09:00-09:40	Body 莊本岳 老師	Shadow Game-1 江旻翠 老師	Yoga-1 陳芃伶 老師	Breathing Exercises 李孝儀 老師
09:40-10:00	break			
10:00-10:40	Stretch and Twist 莊本岳 老師	Shadow Game-2 江旻翠 老師	Yoga-2 陳芃伶 老師	Music and Movement 李孝儀 老師
10:40-11:00	break			

11:00-11:40	Party Freeze 潘昇伶 老師	Party Animals 潘昇伶 老師	Yoga-3 陳芃伶 老師	Farewell Party 潘昇伶 老師
11:40-	賦歸			

二、課程活動說明

主題	活動簡要說明
Body	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識自己的身體及運動相關的部位。 2. 認識遊戲時的動作名稱。 3. 動作相關的小遊戲。
Stretch and Twist	動作遊戲：分2組，運用顏色骰子，並在地上放上有顏色的板塊，讓小朋友依擲骰子的顏色的順序，把左手左腳右手右腳放在顏色板塊上面，看看自己和別人身體伸展及扭轉，還要保持平衡的樣子。
Party Freeze	運用前堂課身體及肢體動作跟著音樂指令來伸展和舞蹈。
Shadow Game-1	認識光影原理及介紹肢體、手勢構成的各種影子形狀。
Shadow Game-2	分組運用第一節介紹或自行創造之影子表演影子短劇。
Party Animals	跟隨音樂以肢體表現出動物及其動作，並且認識不同動物之英文。
Yoga-1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Yoga Basic: 介紹15個基本體適(Power Point)，能夠聽懂並且說出動物名稱，例如: Dog Pose. 2. Let' s do it: 墊上練習，能夠聽到指令或者跟著老師做出動作，例如: Tree Pose. <p>Yoga Hunt Story: 聽故事做瑜珈。</p>
Yoga-2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Yoga Medium: 介紹15個基本體適的變化式，能夠聽懂並且說出身體部位，例如: Upward Dog Pose. 2. Let' s do it: 墊上練習，能夠聽到指令或者跟著老師做出動作，例如: Flamingo Pose. <p>Let' s draw it: 畫出一個很厲害的瑜珈體適!</p>
Yoga-3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Yoga Game: 兩人一組完成雙人瑜珈，能夠聽懂指令並且連結兩人的身體部位，例如: Big Tree Pose. 2. Yoga Freeze Dance: 聽到音樂跳舞，音樂停止要做出一個今天學到的瑜珈體適。 3. Let' s draw it: 畫出一個最喜歡的瑜珈體適!
Breathing Exercises	體驗6種呼吸練習幫助身心平衡：Relax 放鬆、Balance 平衡、Restore 恢復、Energize 提振與 Unwind 抒解。

Music and Movement	搭配音樂，體驗身體律動與瑜珈、呼吸練習達到身心放鬆。
Farewell Party	將這幾天所學做總結與回顧，為此次夏令營旅程做個完美的結尾。

肆、預期成效

- 一、提高學生學習動機，增加雙語學習的興趣。
- 二、將課程與生活連結，學生轉化學習知識為生活經驗。
- 三、建立雙語學習情境，提升學生英語聽說能力。

伍、本計畫經呈臺北市政府教育局核備後實施，修正時亦同。