

臺中市 113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫 申辦作業原則

中 華 民 國 1 1 2 年 8 月

臺中市 113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫申辦作業原則

壹、依據：體育運動政策白皮書第五章節暨「運動 i 臺灣 2.0」111 至 116 年全民運動推展中程計畫辦理。

貳、願景：本計畫願景在於「自發、樂活、愛運動」，其中「自發」為強化市民自發性、自主性的規律運動習慣；「樂活」為讓運動結合生活及文化，發展地方性的特色運動；「愛運動」為培養市民運動興趣，使市民從為個人健康而運動，提升為愛好運動而運動。

參、執行期程及申請期限：

一、活動辦理期程：自 113 年 2 月 1 日起至 113 年 10 月 31 日止。

二、申請期限：自即日起至 112 年 9 月 30 日止。

肆、推動策略：本專案推動策略為「全民參與」、「通路結合」及「專案串聯」，期落實全民運動計畫執行之公開性、擴散性及效益性，藉以達成計畫推動願景。

伍、申請方式：

一、各執行單位依本計畫推動策略與願景研擬計畫，於期限內上 i 運動資訊平臺填妥活動申請計畫書及支出機關分攤概算表(應逐級核章)，依行政程序備文檢送申請計畫書紙本及支出機關分攤概算表報臺中市政府運動局(以下簡稱本局)審核。

二、計畫名稱請統一為「113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫-○○○○○○○」，指導單位為「教育部體育署」，主辦單位為「臺中市政府運動局」，承辦單位為申請單位。

三、請確實填列各專案計畫相關表件，未填完整者本局得不予補助經費；另活動時間、地點為必填項目，未填列者不予補助。

※長期程(逾 4 個月以上)專案涉及提供申請或洽談合作規劃，未能填列明確時間、地點者，請預先填列專案辦理期程，並務請於各項活動確認時，上網填報活動資訊。

陸、經費核結：

一、本案應於活動辦畢後 2 週內檢附本局「辦理運動 i 臺灣 2.0 計畫補助付款檢核表」內之相關文件(含檢核表)送本局辦理核結結案，長期程(逾 4 個月以上)計畫請以季(3 個月)為週期辦理核結。

二、如未於時限內辦理核結程序完結者，計違規 1 次，將列入後續年度扣減經費補助依據。

三、本案核結原則及基準請依「教育部補(捐)助及委辦經費核撥結報作業要點」及教育部體育署基金相關作業要點規定辦理，為使經費得以有效運用於全民運動推展，相關核結規定如後附「教育部補助及委辦計畫經費編列基準表【運動 i 臺灣 2.0 計畫版】」(超過基準部分得自籌辦理)。

柒、注意事項：

一、輔導機制

(一)本局得自行遴聘學者專家進行轄區各活動訪視作業，協助提供各執行單位執行策略與問題處理諮詢建議。

(二)本市委員聘任原則如下：

1. 「合宜性原則」：視年度計畫件數及內容，遴聘合宜數量訪視委員。
2. 「專業性原則」：委員資格建議以大專校院或具備實務推動經驗之學者或專家為主。
3. 「迴避性原則」：上開人員服務機關(構)如獲補助推動內計畫應利益迴避(如實際參與規劃、授課等)情事者，應避免聘任或訪視相關專案。

二、活動宣導

(一)各執行單位應強化活動行銷，藉由各種媒體網路廣為宣導。活動現場布置應依活動性質明顯標示「教育部體育署」、「臺中市政府運動局」、「運動 i 臺灣計畫」等文字。旗幟及活動布條等宣傳物品，宜針對活動地點、入口及周邊明顯位置適當布置，以強化活動之行銷與宣傳。另辦理身心障礙專案須增加標示「愛運動·動無礙」等文字。

(二)各執行單位應落實活動資訊更新作業，相關內容(含時間、地點等)如有變更，請即時辦理修正及網路資訊更新作業，以利民眾參與或前往觀賞；並請依行政程序報本局同意。

(三)小型活動(100 人以下)建議插 2 至 6 面旗幟，中型活動(100-499 人)建議插 8 至 12 面旗幟，大型活動(500 人以上)建議插 13 面以上旗幟，並結合整體行銷。

三、整體計畫預期效益

(一)建立在地運動風潮；全市辦理多元體育活動數每年逾 2,200 場次。

(二)建立運動指導團隊，傳播民眾正確運動知識。

(三)全民運動推展機制制度化，提升政策推展自主性。

四、期程任務

辦理期程	工作注意事項
112 年 9 月 1 日至 112 年 9 月 30 日	1. 於期限內上「i 運動資訊平台」填妥申請計畫書後備文檢送以下資料至本局初審。 2. 申請計畫請備妥以下資料： (1) 公文。 (2) 線上計畫書紙本。 (3) 經費概算分攤表(須逐級核章)。 (4) 其他相關附件。
112 年 10 月 31 日前	本局於期限內確實完備初審作業後，依行政程序備文檢送申請總表紙本報教育部體育署審核。
112 年 12 月 31 日前	教育部體育署召開審查會議。
113 年 1 月 31 日前	本局依體育署核定結果，核定各計畫補助經費。

113 年 2 月 1 日至 113 年 10 月 31 日	1. 活動辦理與行銷宣傳及文宣品製作。 2. 執行各項活動計畫。 3. 確認「i 運動資訊平臺」各項活動資訊之正確性，俾利民眾參與。 4. 活動執行過程，如有活動內容變更或調整計畫者，請於活動辦理 2 週前送本局核辦。 5. 活動辦畢後應於 2 週內檢附本局「辦理運動 i 臺灣 2.0 計畫補助付款檢核表」內之相關文件(含檢核表)送本局辦理核結結案，長期程(逾 4 個月以上)計畫請以季(3 個月)為週期辦理核結。
112 年 12 月 7 日前	本局於期限內備文檢送全案收支結算表及活動總表至教育部體育署辦理核結。

捌、 附則：

- 一、各專案申請上限及預估執行經費，教育部體育署如指定增減相關經費或總經費時，本局得適時調整執行內容、專案申請上限及經費額度。
- 二、本計畫之執行涉及採購者應依政府採購法之規定辦理。
- 四、活動執行時，須注意場地設施及活動安全指導，每項活動均須辦理保險(應依活動性質及需求投保適當險種及保險額度，如壽險之團體傷害保險或產險之公共意外責任險等，以保障參與者之權益，不得以場館主管單位辦理之公共意外責任險替代)，未辦理保險者，應不予同意核結；教育部體育署或本市訪視委員實地瞭解現場情形時，請配合提供必要資料與協助。
- 五、核定之計畫如涉及內容變更或調整計畫者，請於活動辦理 2 週前送本局核辦。活動涉及內容變更或調整計畫後損及執行效益者(如：調降參與人次數或場次達 30%以上)，請於活動辦理 3 週前送本局，本局將於活動辦理 2 週前轉送教育部體育署核辦。
- 六、為使計畫資訊穩定及正確，各計畫以辦理日期計次，每辦理日有 2 次修正機會，修正超過 3 次，計違規 1 次。
- 七、為落實計畫活動之核實性、宣傳性與效益性，本案特殊扣減(或註銷)補助經費規定如下：

- (一) 活動核實性：各活動如未能依原提報計畫日期或地點辦理者，須於原提報辦理日期 2 週前併同預計變更辦理日期提報本局辦理備查作業，如未能於活動辦理日期 2 週前辦理日期或地點變更備查作業或經抽查發現活動未依原提報日期、地點辦理者，除受補助單位報經本局專案同意外，將註銷補助經費。

※活動如因不可抗力因素導致無法辦理者，請各執行單位於第一時間與本局聯繫，並請更新 i 運動資訊平台等活動資訊，如未能於第一時間通知者，視同違反活動核實性原則。

- (二) 行銷宣傳性：活動現場經訪視或抽查發現無法辨識屬教育部體育署、臺中市政府運動局「運動 i 臺灣」年度計畫者(如：紅布條、旗幟與相

關場地布置均無運動 i 臺灣 logo 及字樣)，除受補助單位報經本局專案同意外，將註銷補助經費。

- (三) 活動效益性：如專案活動指定「參與對象」或「辦理方式」經訪視或抽查與原核定專案活動有嚴重落差者，除受補助單位報經本局專案同意外，將註銷補助經費。如：「原住民族專案」申請規範中明訂「參與對象(具有原住民族身分者應達 50%以上)」等，其活動參與對象如未包括原住民族(或比例有嚴重落差)，即屬違反本項原則。
- (四) 活動經專案報核同意者，除有特殊原因外，仍請依違反情節輕重核酌扣減活動補助經費(下限：20%；上限：50%)，計違規 1 次，列入隔年度初核作業之考評參據。
- (五) 活動執行單位違反情節重大，且經督導訪視後，仍無法符合專案相關規範者，本局得部分或全面註銷執行單位年度計畫所獲經費。
- (六) 本計畫各活動「經費決算與概算數」、「預期效益與執行成果」落差情形，請詳填列於成果報告中，如有落差較大(30%以上)者，本局計違規 1 次，列入隔年度經費初審之參據。

八、同一性質計畫已向教育部體育署其他單位申請並獲補助者，不得重複申請；反之亦同。

執行項目與內容

一、一般專案

(一) 一般體育活動

1. 運動有功團體及人員表揚典禮

執行內容	申請單位	經費預估
1. 辦理期程：113 年 9 月 1 日至 9 月 30 日擇日辦理。 2. 辦理內容：配合國民體育日辦理本市體育表揚活動。 3. 依本府表揚運動有功團體及人員要點，本市表揚獎項包括，傑出運動選手獎、優秀運動教練獎、績優團體及人員獎、運動推手獎、終身成就獎 4. 活動應透過廣宣平臺及結合既有整體行銷管道廣為宣導，鼓勵本市體育選手、教練及民間體育團體等踴躍參與。	民間團體、學校	本市至多補助 1 案，每案至多 40 萬元。

2. 國民體育日慶祝活動

執行內容	申請單位	經費預估
1. 辦理期程：113 年 9 月 1 日至 9 月 30 日擇日辦理。 2. 辦理內容：配合國民體育日辦理多元體育活動。 3. 多元體育活動規劃精神及原則： (1) 活動內容請以體育運動為活動主軸(得加入或融合文化、觀光、藝文或策展等周邊活動，惟本局補助經費限支應於辦理體育活動所需費用)，並以增進國民運動參與意願之精神規劃辦理。 (2) 相關活動以 1 日以上之大型系列活動及非高度競技性質為規劃辦理原則。 (3) 須結合本市全民運動推展理念及既有資源規劃具主題性之創意體育活動，並須開放本市民眾參與。 4. 多元體育活動建議規劃建議如下： (1) 辦理具本市特色元素之系列體育活動。 (2) 辦理具地方文化意涵之傳統或新興體育活動。 (3) 具地方串連性質之體育活動(如串聯各區辦理同一運動種類系列活動)。 (4) 規劃辦理系列運動體驗課程、營隊或嘉年華。 5. 活動應透過廣宣平臺及結合既有整體行銷管道廣為宣導，鼓勵本市民眾踴躍參與。	民間團體、學校	本市至多補助 1 案，每案至多 50 萬元。

3. 銀髮族運動樂活活動

執行內容	申請單位	經費預估
1. 規劃精神：推廣銀髮族運動，促進銀髮族走出家門運動。 2. 規劃辦理內容：辦理 1 日以上之大型系列銀髮族體育活動，參與人次須達 800 人次以上。	民間團體、學校	每案至多 50 萬元。

4. 推廣女性參與運動活動

執行內容	申請單位	經費預估
1. 目標：配合教育部體育署 106 年公布「推廣女性參與體育運動白皮書」之行動方案辦理。 2. 規劃精神：融入性別平等之概念，彈性開放及宣導男性參加。 3. 規劃辦理內容：辦理以 1 日以上之大型系列創意體育活動，並突顯女性參與，參與人次須達 800 人次以上。 4. 參加對象如包括新住民，請務必於線上計畫註明。 5. 不補助辦理競賽性活動（如：錦標賽）。	民間團體、學校	每案至多 50 萬元。

5. 外籍移工及新住民運動樂活活動

執行內容	申請單位	經費預估
1. 實施目的：建構外籍移工運動交流管道，推動移工運動會或相關體育嘉年華活動，透過在地體育運動之推展，協助外籍移工與在地文化交流，共同體驗運動之樂趣。 2. 推動策略： (1) 體育主軸：各該活動應以體育運動為辦理主軸，非以體育運動為主軸者，不予補助經費。 (2) 廣納資源：建議結合外籍辦事處(代表處)、勞工局、工業區、加工出口區及各相關企業等資源共同推動。 (3) 契合需求：本計畫辦理運動種類或推動方式，建議得契合移工之需求或習慣，以達計畫推動效益。 (4) 多元交流：建議計畫推動內容服務對象包括本市內各國籍移工及新住民，全面提供參與運動機會。 3. 建議辦理內容： (1) 提供運動交流平臺：辦理移工及新住民運動會或交流性體育文化活動，提供外籍移工及新住民運動交流平臺。 (2) 提升運動知能：製作運動知能文宣。請於文宣品製作前，將文宣品設計內容以公文檢送本局備查。	民間團體、學校	每案至多 30 萬元。

6. 登山健行運動活動

執行內容	申請單位	經費預估
1. 請針對不同季節規劃辦理適合民眾登山健行之系列活動，以達到提升登山健行運動人口、全民運動之目標。 2. 登山區域須至少涵蓋本市 1 個行政區，參與人次須至少達 1,000 人次以上，並建議結合旅遊觀光行銷活動辦理。 3. 請於計畫書中敘明登山健行活動安全規劃。	民間團體、學校	每案至多 30 萬元。

7. 水域運動樂活活動

執行項目	執行內容	申請單位	經費預估
7-1. 水域自救觀摩與宣導活動	1. 目的：以自救防溺為活動核心，宣導民眾水域安全。 2. 方式：以下兩項可擇一規劃辦理。 (1) 辦理水域安全記者會，並發布水安新聞稿。 (2) 結合消防海巡、救生團體辦理講座或觀摩會，對象應包括社區民眾。水中活動學員與教練比例以 15 比 1 為原則。 3. 請於計畫書敘明辦理方式及內容，並應確實執行。	民間團體、學校	每案至多補助 10 萬元。
7-2. 水域活動體驗營	1. 目的：增加民眾親水體驗機會，推廣多元水域活動。 2. 方式：以下兩項可擇一規劃辦理。 (1) 體驗活動以龍舟、滑水、獨木舟、輕艇、帆船、划船及風浪板等無動力種類為主。 (2) 配合國家海洋日（6 月 8 日）或於前後一週內辦理之海洋活動，並以無動力種類為主。 3. 請於計畫書中敘明水域活動安全規劃（例如：已備妥水域救生器材、聘請陸上醫護人力或水中救生人力等）。	民間團體、學校	每案至多補助 20 萬元。
7-3. 水上運動嘉年華	1. 目的：推廣健康親水運動環境，規劃水域競賽活動，擴增水域運動參與人口。 2. 辦理以 1 日以上之大型系列水上運動嘉年華活動，參與人次須達 1,000 人次以上。 3. 方式：以下兩項可擇一規劃辦理。 (1) 水上展演會：規劃水上運動演示及水陸體驗活動（如水上分列式、水球比賽等）。 (2) 救生技能趣味賽：設計救生水上漂（如水母漂、仰漂、直立漂浮等）、水域救生（如拋繩袋救援、獨木舟救援、泛舟艇救援）等競賽及闖關活動。 4. 請設計製作防溺宣導品並於現場發放宣導正確水域安全知識。 5. 請於計畫書中敘明水域活動安全規劃（例如：已備妥水域救生器材、聘請陸上醫護人力或水中救生人力等）。	民間團體、學校	每案至多 80 萬元。

7-4. 端午龍舟競賽	1. 目的：推展民俗體育活動，擴增水域運動參與人口。 2. 方式：規劃龍舟趣味競賽。 3. 請於計畫書中敘明水域活動安全規劃(例如：已備妥水域救生器材、聘請陸上醫護人力或水中救生人力等)。	民間團體、學校	本市至多補助 1 案，每案至多 120 萬元。
-------------	--	---------	-------------------------

8. 單車運動樂活活動

執行內容	申請單位	經費預估
1. 目的：為落實全民運動之推展，培養國人運動習慣，藉由單車活動，宣導民眾體會城鄉自然環境之美，深入在地，連結文化、休閒、生態及奇景等主題式騎乘活動，吸引更多民眾以不同方式持續參與單車運動。 2. 辦理事項： (1) 參與對象應包含各年齡層。 (2) 每場次騎乘路線至少須涵蓋 2 個區級行政區域，其中 1 個區域須為本市所屬。 (3) 實際報到參加騎車者（不含工作人員）：至少達 1,200 人次以上。 3. 本項申請計畫須規劃內容如下： (1) 行前安全說明：參加之學員須全程參加行前安全說明(含基本單車安全騎乘教育、認識地方特色等內容)。未列該項內容，不予納審。 (2) 整體規劃須以安全為優先考量，含緊急應變措施、雨天備案及整體活動工作人員配置；未盡列各項內容者，不予納審，主辦單位須提供參加者騎乘單車安全須知之素材。 (3) 須就本案提出整體推展及行銷策略規劃、設計及執行，使用數位、社群、文宣、平面或電子媒體等宣傳通路，鼓勵民眾參與本活動。	民間團體、學校	每案至多補助 150 萬元，依活動亮點、活動規模、效益、行政配合度等審酌核予補助。

9. 臺中市體育總會專案

執行項目	執行內容	申請單位	經費預估
9-1. 多元運動休閒活動	1. 規劃辦理趣味運動競賽、球類競賽或其他提高個人體適能運動休閒活動等。 2. 每場次至少 300 人以上為原則，每場補助 5 萬元，逾 350 人以上酌予增加額度，最高補助 10 萬元。 3. 活動名稱務必載明活動種類。 4. 競技類型或錦標賽性質活動不予補助。	臺中市體育總會	每案至多補助 10 萬元。
9-2. 體育嘉年華活動	1. 集結本市體育運動團體，依運動組織特性，務必結合至少 3 種以上運動種類，規劃辦理 1 場次之年度大型觀摩表演、展演趣味或綜合型體育活動。 2. 每場參與人數至少 2,000 人以上為原則。	臺中市體育總會	每案至多補助 130 萬元。

10. 臺中市各區體育會專案

執行項目	執行內容	申請單位	經費預估
10-1. 運動嘉年華活動	- 計畫名稱請統一為「113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫-臺中市○○區○○○嘉年華」，如有跟其他活動併案者可於後加「…暨○○活動」。 - 辦理團體性、趣味性、普及性及綜合性之全民運動嘉年華。 - 補助基準： - 各區體育會至多補助 4 場運動嘉年華活動，每場活動至少須包括 3 種運動種類(含體驗活動)，以建立社團交流平臺。 - 預計活動規模參加人數(含觀賞人數)近 250 人(至少須達 200 人)者，至多補助經費 5 萬元；近 500 人者(至少須達 450 人)，至多補助經費 8 萬元。	臺中市各區體育會	每案至多補助 8 萬元。
10-2. 社區聯誼賽	- 計畫名稱請統一為「113 年運動 i 臺灣 2.0 計畫-臺中市○○區○球社區聯誼賽」，如有跟其他活動併案者可於後加「…暨○○活動」。 - 社區聯誼賽事活動係以趣味化且涵蓋各年齡層之分組，並以樂趣化、創意活動內容為號召，結合地方特色、觀光產業、地方企業等，以鼓勵民眾參與。 112 年度辦理種類如後：桌球、羽球、網球、籃球、足球、棒球、慢速壘球、木球、槌球及其他經本局指定專案核准之運動種類，每區以申請 2 種運動種類為上限。 - 比賽補助經費上限原則如下： - 比賽報名人數(含體驗營參與人數)達 250 人：至多核定補助 10 萬元。(報名人數未達 250 人者，得合併鄰近行政區共同辦理)。 - 比賽報名人數(含體驗營參與人數)達 400 人：至多核定補助 12 萬元。 - 注意事項： - 分組：本賽事活動全部皆以團體方式進行，比賽分組朝向趣味化、不同年齡層、不同性別搭配，如夫妻組、親子組、百齡組、婦女(女性)及職工(企業)組別等多元方式。 - 活動申請內容須包含活動計畫、競賽規程(含社區聯誼賽與趣味競賽內容)、經費概算表等。 - 本案得酌收報名費，另請結合社會資源、地方媒體與企業贊助辦理，以擴大活動成效與規模。	臺中市各區體育會	每案至多補助 12 萬元。

11. 酷運動專區

執行內容	申請單位	經費預估
1. 目的：培植本市新興發展之體育運動，以達推展全民運動之宗旨。 2. 本市 113 年度推展種類如：匹克球、袋棍球、飛盤、定向越野、冰壺、攀岩、街舞、迷你網球、迷你足球、迷你棒壘球、roller ski、pushbike…等及其他經本局專案核准之運動種類。 3. 辦理團體性、趣味性、普及性及綜合性之全民體育活動。 4. 每個承辦活動團體以 1 案為原則。若該團體為本市指定彙辦窗口，則不受前項限制，惟其辦理內容應避免過度集中單一運動種類。	民間團體、學校	每案至多補助 10 萬元。

(二) 一般體育運動課程

1. 社區體適能促進課程(一般常態性體育運動課程)

執行內容	申請單位	經費預估
1. 計畫目標：使本市之民眾藉由體適能促進課程，提升對自我體適能的認知與重視，進而產生運動動機，養成規律運動習慣。 2. 目標對象：23-64 歲一般民眾、65 歲以上銀髮族。 3. 執行策略： (1) 藉由辦理體適能促進課程的過程檢視體適能促進效益。 (2) 知能提升：知能傳遞與促進課程結合，提升民眾對體適能及運動的正確認知。 (3) 通路結合（例：23-64 歲－主動出擊與機關企業、公司行號合作；65 歲以上銀髮族－與樂齡中心、長青學苑、社區關懷據點、老人文康中心等單位合作）。 4. 注意事項 (1) 每課程（班）期程至少 8 週，上課總時數至少 1,440 分鐘，參加學員至少 20 人，且參加學員固定，每位學員須年滿 23 歲。 (2) 為檢視自我參與課程體適能效益，應配合針對學員實施國民體適能前、後檢測。分為一般民眾 23 至 64 歲者，須配合參加國民（科技）體適能檢測；65 歲以上者，須參加銀髮族（科技）體適能檢測。請依國民、銀髮族體適能檢測年齡分別開立課程。 (3) 課程指導人員（講師）以聘任具合格國民體適能指導員尤佳，可於「體育雲全民運動資訊系統」媒合運用人才。 (4) 體適能檢測部分，屆時由縣市政府所擇定之檢測單位提供服務；執行課程單位須開課日 1 個月前主動聯繫體適能檢測單位，提供常態性課程期程（開始及結束日期）、學員人數及地點等資訊，以利檢測單位安排施測。 (5) 每學員參加課程堂數須達 60%，且有 60%學員參與體適能檢測之前、後測，前、後測間隔須達 8 週（至少 50 天）。每課程（班）第一堂課的前、後 7 日內完成前測，該課程（班）最後一堂課的前、後 7 日內完成後測。	民間團體、學校	本市至多補助 80 萬元。

2. 銀髮族運動樂活課程

執行內容	申請單位	經費預估
1. 規劃精神：以促進銀髮族自發性規律運動為主軸。 2. 規劃辦理內容： (1) 結合各區域樂齡學習中心、社區照顧關懷據點、老人文康中心、長青學苑等至少 5 個以上據點規劃辦理常態性體育運動課程。辦理據點請注意地域資源與受眾資源之分配性，以避免計畫之推動過度集中部分行政區，並擴大計畫受眾範圍(如：多元群體)及辦理效益。 (2) 透過系列創新活動規劃或策略，吸引銀髮族投入、持續或規律參與運動。例如：辦理運動集點換生活用品等活動，輔以教育宣導，吸引銀髮族投入、持續或規律參與運動。 3. 針對銀髮族肌少症部分，提出相關訓練課程者，請於線上計畫註明。 4. 本案授課講師請優先聘用具銀髮族運動指導能力者(如：國民體適能指導員)。 5. 常態性課程注意事項 (1) 每課程(班)期程至少 8 週，上課總時數至少 1,440 分鐘，參加學員至少 20 人，且參加學員固定，每位學員須年滿 23 歲。 (2) 為檢視自我參與課程體適能效益，應配合針對學員實施國民體適能前、後檢測。分為一般民眾 23 至 64 歲者，須配合參加國民(科技)體適能檢測；65 歲以上者，須參加銀髮族(科技)體適能檢測。請依國民、銀髮族體適能檢測年齡分別開立課程。 (3) 課程指導人員(講師)以聘任具合格國民體適能指導員尤佳，可於「體育雲全民運動資訊系統」媒合運用人才。 (4) 體適能檢測部分，屆時由縣市政府所擇定之檢測單位提供服務；執行課程單位須開課日 1 個月前主動聯繫體適能檢測單位，提供常態性課程期程(開始及結束日期)、學員人數及地點等資訊，以利檢測單位安排施測。 (5) 每學員參加課程堂數須達 60%，且有 60%學員參與體適能檢測之前、後測，前、後測間隔須達 8 週(至少 50 天)。每課程(班)第一堂課的前、後 7 日內完成前測，該課程(班)最後一堂課的前、後 7 日內完成後測。	民間團體、學校	每案至多 50 萬元。

3. 推廣女性參與運動課程

執行內容	申請單位	經費預估
1. 目標：配合教育部體育署 106 年公布「推廣女性參與體育運動白皮書」之行動方案，以促進女性族群規律運動為主軸，以達規律運動習慣之養成。 2. 規劃精神： (1) 通路結合：以直接結合各族群通路進行互動。 (2) 資源整合：結合既有資源(行政、經費、行銷、政策等)共同推廣，以發揮綜效。 (3) 請注意地域與受眾資源之分配性，避免計畫過度集中部分行政區，並擴大計畫受眾範圍(如：多元群體、各年齡層)及辦理效益。 (4) 融入性別平等之概念，彈性開放及宣導男性參加，並提供孩童活動空間。 3. 規劃辦理內容： (1) 運動休閒場館辦理家庭或親子常態性體育運動課程。 (2) 進駐企業規劃辦理職工常態性體育運動課程，並突顯女性參與。 (3) 透過創新活動策略，吸引女性投入、持續或規律參與運動。 ※例：鼓勵家人陪伴、攜子女參加互動課程、提供臨時托育服務、參與滿意度問卷調查、運動紀錄回傳、辦理運動集點換生活用品等活動，輔以教育宣導，吸引女性投入、持續或規律參與。 4. 參加對象如包括新住民，請務必於線上計畫註明。 5. 常態性課程注意事項 (1) 每課程(班)期程至少 8 週，上課總時數至少 1,440 分鐘，參加學員至少 20 人，且參加學員固定，每位學員須年滿 23 歲。 (2) 為檢視自我參與課程體適能效益，應配合針對學員實施國民體適能前、後檢測。分為一般民眾 23 至 64 歲者，須配合參加國民(科技)體適能檢測；65 歲以上者，須參加銀髮族(科技)體適能檢測。請依國民、銀髮族體適能檢測年齡分別開立課程。 (3) 課程指導人員(講師)以聘任具合格國民體適能指導員尤佳，可於「體育雲全民運動資訊系統」媒合運用人才。 (4) 體適能檢測部分，屆時由縣市政府所擇定之檢測單位提供服務；執行課程單位須開課日 1 個月前主動聯繫體適能檢測單位，提供常態性課程期程(開始及結束日期)、學員人數及地點等資訊，以利檢測單位安排施測。 (5) 每學員參加課程堂數須達 60%，且有 60%學員參與體適能檢測之前、後測，前、後測間隔須達 8 週(至少 50 天)。每課程(班)第一堂課的前、後 7 日內完成前測，該課程(班)最後一堂課的前、後 7 日內完成後測。	民間團體、學校	每案至多 50 萬元。

4. 臺中市體育總會專案：運動健身指導班

執行內容	申請單位	經費預估
1. 職工運動健身班： 以職工(含青壯年)族群為對象。 2. 婦女運動樂活班： 以婦女(得含配偶)族群為參與對象，依本市人口分布得選擇適當閒置空間辦理。 3. 銀髮運動指導班： (1)依本市人口分布選擇老人文康中心或長青學苑或社區大學等適當場地辦理。 (2)以 65 歲以上銀髮族(含失能者)為對象，教導適合從事的運動休閒活動，引導自我健康管理，有效降低健保支出。 4. 新住民運動融合班： 以外籍配偶為對象並得含眷屬，教導適合從事的運動休閒活動，融入各地風俗文化，認識不同區域性各式傳統運動。 5. 運動能力推廣班： 強化地方運動場館營運，教導不同對象擇定一項運動種類，從事運動教學活動，並於結業後頒發研習結業證明。 6. 活動辦理原則： (1)每 1 梯次參與人數至少 20 人，活動成果應以人次進行統計，如柔力球新住民運動融合班辦理 1 梯次(6/1-7/30)每週 2 次計 16 次，活動參與人數 30 人，則活動辦理完畢人次總計應為 480 人次(8 週 x 每週 2 次 x 每次上課 30 人)，以此類推。 (2)為利民眾明確了解各活動辦理之內容及活動參與對象，活動辦理時除懸掛教育部體育署、臺中市政府運動局等相關旗幟，亦務必懸掛該活動名稱布條或海報(如同活動辦理多梯次，應加列辦理順序，如第一梯、第二梯、第三梯等)，其活動名稱務必包含活動種類及參與對象，如：柔力球(活動種類)新住民運動融合班(參與對象)。 (3)活動場地若為大型戶外場地或戶外公共空間(如公園、學校操場等)，建議研擬兩備場地，以免遇雨無法上課導致課程延期或扣款之情事。 7. 常態性課程注意事項 (1) 每課程(班)期程至少 8 週，上課總時數至少 1,440 分鐘，參加學員至少 20 人，且參加學員固定，每位學員須年滿 23 歲。 (2) 為檢視自我參與課程體適能效益，應配合針對學員實施國民體適能前、後檢測。分為一般民眾 23 至 64 歲者，須配合參加國民(科技)體適能檢測；65 歲以上者，須參加銀髮族(科技)體適能檢測。請依國民、銀髮族體適能檢測年齡分別開立課程。 (3) 課程指導人員(講師)以聘任具合格國民體適能指導員尤佳，可於「體育雲全民運動資訊系統」媒合運用人才。 (4) 體適能檢測部分，屆時由縣市政府所擇定之檢測單位提供服務；執行課程單位須開課日 1 個月前主動聯繫體適能檢測單位，提供常態性課程期程(開始及結束日期)、學員人數及地點等資訊，以利檢測單位安排施測。 (5) 每學員參加課程堂數須達 60%，且有 60%學員參與體適能檢測之前、後測，前、後測間隔須達 8 週(至少 50 天)。每課程(班)第一堂課的前、後 7 日內完成前測，該課程(班)最後一堂課的前、後 7 日內完成後測。	臺中市體育總會	5 萬元/每梯次。

5. 推動體育運動志願服務工作

執行內容	申請單位	經費預估
1. 計畫目標：輔導及培育本市體育運動志願服務運用單位，落實體育運動志工服務業務之推展。 2. 規劃辦理內容： (1) 辦理至少 2 場次教育訓練(其中一場應為體育運動類特殊訓練 6 小時課程)。 志工訓練包含基礎訓練及特殊訓練，為使基礎訓練課程一致且達其品質，有關基礎訓練部分，請鼓勵志工使用臺北 e 大網路課程授課；特殊訓練應辦理體育運動類 6 小時之課程，包括體育運動志工應具備的相關知能，另亦可針對已受過基礎及特殊訓練之志工，規劃辦理增能、在職訓練，以強化體育運動勤務內容、專業能力等，以切合體育運動志工執勤之需求。 (2) 志工獎勵表揚活動 依據「臺中市政府運動局志工獎勵及管理要點」第 11 點，本局得視志工值勤狀況，並就下列標準予以鼓勵： a. 服務時數超過 10、50、100 小時，頒發感謝獎狀乙張。 b. 服務滿 1 年公開辦理表揚活動。 依據要點彙集本局轄下各運用單位符合條件之志工予以公開表揚，以感謝勤奮付出的志工，更藉此展現本市推展體育運動志願服務之決心。 (3) 投保志工保險：依據志願服務法第 16 條規定略以：「志願服務運用單位應為志工辦理意外事故保險…」，運用單位均應協助志工投保，使加入志工獲得基本的保障。 3. 補助經費支用標準： (1) 志工訓練課程費用：其核支之經費項目包括：講師費、交通費、誤餐費、保險費、場地費、印刷費用及雜支(如水、文具及紙張等)等，主要課程建議於 113 年上半年度辦理完畢，以利實際運用需求。 (2) 志工獎勵表揚活動：其核支之經費項目包括：交通費、誤餐費、保險費、場地費、印刷費用、紀念品費用及雜支(如水、文具及紙張等)等，建議於 113 年下半年度辦理，以利彙整各運用單位志工之執勤成果 (3) 志工意外事故保險費：保險期間為 113 年 1 月 1 日至 12 月 31 日止。	民間團體	本市至多補助 1 案，每案至多補助 40 萬元。

6. 巡迴運動指導團

執行內容	申請單位	經費預估
1. 計畫目標：成立本市「巡迴運動指導團」，深入各通路及場域傳授運動知能及觀念，藉以提升民眾運動參與意識。 2. 實施策略： (1) 通路結合，擴增效益：主動結合本市內各族群(如銀髮族、職工、新住民等)既有通路(如：樂齡學習中心、長青學苑、社區照顧關懷據點、家庭教育中心、衛生局、老人文康中心等)提供運動知能及觀念講座，藉以直接接觸目標族群，並廣納通路資源。 (2) 主動出擊，直達受眾：主動派駐運動指導人力於本市既有運動場域或活動現場，傳播正確運動觀念，使本專案得與現有場域結合，藉以提升受	民間團體、學校	本市至多補助 1 案，每案至多補助 60 萬元。

眾人數。 (3)廣納申請，提供專業：提供各執行單位、企業及相關需求單位提出知能講座申請管道，透過多元結合，將運動知能及觀念散布於基層(建議提供申請服務時數達總服務時數四分之一)。 (4)為擴增計畫辦理效益，實施策略中所述推動方式，均為必辦。 3. 辦理期程至少達 4 個月，總辦理時數達 120 小時。 4. 活動規劃精神及原則： (1)本案須組成工作團隊辦理規劃、執行及行政作業，授課講師並以具備運動指導能力者(如：國民體適能指導員等)為限。 (3)講授內容以提升民眾運動觀念及知能，激發民眾投入、持續參與運動或針對特定族群(如銀髮族、職工、婦女等)設計專屬講座為規劃原則。 (4)辦理據點請注意地域資源與受眾資源之分配性，以避免計畫之推動過度集中部分行政區，並擴大計畫受眾範圍(如：多元群體)及辦理效益。 (5)活動之規劃以擴大受眾為辦理原則，與臺中市體育總會專案運動健身指導班針對同一團體提供週期性運動指導課程概念不同。 (6)本案服務範疇請勿結合既有代表隊訓練、運動社團活動等內容，應以「加值」服務及擴增運動人口為推動核心；若僅結合既有活動推廣者，其服務時數不列入計算，並不得核支本案補助經費。 (7)為免資源及推動效益重疊，本案推動服務場域，請勿規劃於「運動熱區」辦理。 (8)本執行項目非為單次性活動，為能建立持續性推動機制，並使推動效益最大化，建請結合本府資源辦理。 (9)須針對參與人員辦理滿意度調查(如：建議未來授課內容、地點及課程滿意度等)，並分析其結果，以作為後續延伸計畫研修之參考。 (10)周邊活動規劃：除正式講座外，建議於課程間或周邊規劃辦理運動相關周邊活動。 5. 建議辦理內容如下： (1)辦理運動知能宣導(講座)。 (2)辦理運動項目指導(如：跑步、健走運動觀念指導)。 (3)運動常識及健康觀念宣導(講座)。 (4)其他(請列明於申辦計畫中，以可激發民眾投入或持續參與運動之課程內容為規劃原則)。		
---	--	--

7. 運動熱區

執行內容	申請單位	經費預估
擇定現有公立或非營利運動場域設立本市「運動熱區」，透過系列活動之舉辦，形塑本市運動熱區意象，藉以提升本市居民運動風氣，相關規劃重點及注意事項如下： 1. 實施策略：選定特色運動總類辦理多元、系列活動或課程，讓熱區形塑該特色項目「聖地」之意象，鼓勵更多同好參與。 2. 活動規劃精神及原則： (1)運動熱區地點擇定原則：運動熱區擇定原則除考量該場域是否具備合宜運動參與設施外，並須考量其交通便利性及現有場地運動參與人口數	民間團體、學校	本市至多補助 140 萬元，依活動亮點、活動規模、效益、行政配合度等審酌核予補

等，並以戶外、室內運動場地兼具之地點為擇定原則，以因應氣候調整活動辦理地點(不建議設立於學校，熱區地點僅限1處，不得分散各地辦理)。 (2)請以體育運動為主軸，並以增進本市居民運動參與意願之精神規劃系列活動，並以強調全民參與為原則。 (3)本執行項目非為單次性活動；為擴大宣傳效果並形塑熱區意象，運動熱區應合宜布置或針對推廣內容進行宣傳(如：公佈欄、跑馬燈等)。 (4)辦理期程：自112年1月1日起至10月31日止。 3. 建議規劃辦理內容(至少擇3項以上)： (1)運動知能宣傳(必辦項目)：透過運動熱區現有實體宣傳管道(如：公佈欄、跑馬燈等)協助宣傳體育署及本局發送之運動知能文宣或資訊(不列入辦理時數計算)。 (2)諮詢服務：結合運動熱區現有場地，設立常態性(如每週六18時至19時；周一及五7時至8時)運動或運動傷害防護諮詢服務等。 (3)多元性運動指導或體驗課程：課程內容請依參與民眾年齡、運動參與程度等做分級，以廣納多元族群(如每週二晚間8時辦理路跑指導課程；每週六中午辦理室內體驗課程)。 (4)運動文化或運動藝文活動：須以體育運動為主軸，相關規劃辦理細節請列明於申辦計畫中。 (5)運動知能或運動經驗分享講座：如運動營養課程、運動心理學課程、超馬經驗分享等。 4. 每熱區核定補助上限原則如下： (1)系列活動總辦理時數達320小時：至多核定補助140萬元。 (2)系列活動總辦理時數達280小時：至多核定補助120萬元。 (3)系列活動總辦理時數達240小時：至多核定補助100萬元。 (4)系列活動總辦理時數達200小時：至多核定補助80萬元。 (5)系列活動總辦理時數未達200小時：原則不予補助。 5. 其他注意事項： (1)本執行項目是否達成預期效益之關鍵，在於熱區活動資訊是否傳播予民眾，爰請透過本市廣宣管道廣為宣傳，藉以鼓勵市民踴躍參與熱區活動。 (2)請確保運動熱區活動資訊的正確性，如有修正，請注意資訊更新之即時性，並請將服務資訊廣泛公告於熱區環境中。 (3)須針對參與人員辦理滿意度調查(如：建議未來系列活動內容及課程滿意度等)，並分析其結果，以作為後續延伸計畫研修之參考。 (4)請於成果報告中呈現活動辦理總時數、滿意度調查結果與未來改善措施。 (5)本案不補助辦理競賽性活動經費。 (6)為擴大服務質量，各項服務得酌收報名或課程費。 (7)本案服務範疇請勿結合既有代表隊訓練、運動社團活動等內容，應以「加值」服務及擴增運動人口為推動核心；若僅結合既有活動推廣者，其服務時數不列入計算，並不得核支本案補助經費。		助。
---	--	----

(三)體適能檢測

執行內容	申請單位	經費預估
1. 計畫目標：使本市之民眾藉由體適能檢測，提升對自我體適能的認知與重視，進而產生運動動機，養成規律運動習慣，並透過定期體適能檢測追蹤自己的運動效益，強化運動健身之實際功效。 (1) 提升民眾對體適能的認識。 (2) 幫助民眾瞭解自我體適能狀況。 (3) 以運動促進民眾體適能提升。 (4) 養成民眾規律運動習慣。 2. 目標對象：23-64 歲一般民眾、65 歲以上銀髮族。 3. 申請單位需彙整本市「運動 i 臺灣 2.0」常態性體育運動課程場次後統一提出申請「前測－後測」檢測服務，並優先配合本市運動 i 臺灣 2.0 計畫之體育活動及體育課程辦理檢測服務。 4. 執行策略： (1) 檢測服務：於本市「運動 i 臺灣 2.0」常態性體育運動課程現場(如：身心障礙體驗營、運動健身指導班等)辦理「前測－後測」檢測服務。 (2) 促進課程結合檢測：藉由「前測－課程促進(由各專案執行單位申請)－後測」的過程檢視體適能促進效益。 (3) 知能提升：知能傳遞與促進課程結合，提升民眾對體適能及運動的正確認知。 5. 補助基準原則：檢測每人每年 1 次為限，補助 300 元，惟常態性課程每人每年以 2 次為限。 6. 注意事項 (1) 體適能檢測項目、方式及執行之專業人力需依「國民體適能檢測實施辦法」或「科技體適能檢測試辦計畫」規劃辦理。 (2) 檢測資料應於檢測結束後 3 週內上傳「體育雲全民運動資訊」，以利民眾上網檢視相關數據，檢測人數之統計以上傳人數為準。前述檢測資料上傳作業須由國民體適能指導員資格者(證照需於有效期限內)統籌辦理。 (3) 本案所需合格國民體適能指導員可於「i 運動資訊平台」媒合運用人才。 (4) 本案之補助依據上傳至「體育雲全民運動資訊」完整檢測人數計之，超過核可補助額度之人數及未施以完整檢測之人數，均視為各執行單位之額外服務績效，將納入明年度補助經費之參考依據。 (5) 請運用既有之宣傳管道，進行本案之推廣與宣傳。	大專校院、民間團體	本市至多補助 50 萬元。

(四)培育及媒合國民體適能指導員

執行內容	申請單位	經費預估
1. 計畫依據：「國民體適能指導員資格檢定辦法」相關規定辦理。 2. 計畫目標：透過國民體適能指導員在地培育與檢定，以順利媒合本市體育運動活動及相關課程所需之專業運動指導人才，並提升體育運動專業人員之工作就業機會，進而廣宣民眾正確運動知識，俾達全民運動健康之目標。 3. 目標對象：體育運動等相關系所學生及滿 18 歲民眾。 4. 執行策略：辦理體適能相關強化課程，每梯次課程至少 20 人，請洽教育部體育署「113 年推動企業聘用運動指導員季國民體適能專業人才提升計畫」之委辦廠商，請其派遣強化課程講師級檢定考試考官辦理課程講授及考生成績評核事宜。 5. 未來檢定合格人員可媒合協助本市活動或課程運動指導，推動國民體適能指導員在地化。 6. 請運用既有之宣傳管道，進行本案之推廣與宣傳。	大專校院	8 萬元/每梯次。

(五)一般競爭型計畫

執行內容	申請單位	經費預估
1. 計畫須符合以下條件之一： (1) 活動歷史悠久(知名人文古蹟與人文風情)，具固定參與人口與知名度，已成為體育文化活動。 (2) 結合特殊自然地理環境(山、河、海、季節產生自然現象等)：如水域、山域運動等。 (3) 多元特色之競爭型元素：如馬拉松(路跑)、游泳(泳渡)、鐵人三項等。 (4) 週、月、季等帶狀活動：參與人次達 5,000 人次，如自行車、登山健行等。 (5) 以主題連結的跨縣市體育活動，且參加人次達 5,000 人次。 2. 本案為中央競爭型計畫，申請計畫時，請一併提送活動計畫亮點簡報，包括活動規模、規劃、行銷宣傳方式、特色符合度等，並於本市審查會議上安排簡報說明。	民間團體、學校	每案至多補助 250 萬元。

二、 原住民族專案

(一)原住民族體育活動

執行項目	執行內容	申請單位	經費預估
1. 原住民族綜合運動會	1. 以原住民為參賽對象，辦理綜合性運動會，至少 3 種原住民族傳統運動競賽（包括傳統射箭、傳統拔河、傳統角力、傳統舞蹈、鋸木、負重接力、撒網捕魚、走山長跑、背籐籃負重、搗小米、擲矛、爬竿等）。 2. 所附計畫書須含運動會舉辦運動種類競賽規程。 3. 參與人次須達 500 人次以上。	民間團體、學校	每案至多補助 40 萬元。
2. 原住民族傳統地方特色體育活動	1. 辦理原住民族群單一種類傳統特色體育展演、活動或研習推廣為主（例如：達悟族得結合文化及習俗所辦理之收穫祭圓藤舞及甩髮舞、阿美族豐年祭、布農族射耳祭、卑南族豐年祭、鄒族戰祭、魯凱族小米祭、賽夏族矮靈祭、撒奇萊雅族火神祭、賽德克族收穫祭等體育性活動）。 2. 活動時間以 1 天為原則。 3. 參加人員以具有原住民族身分者為主，應達 50% 以上，且參與人次須達 500 人次以上。	民間團體、學校	每案至多補助 40 萬元。
3. 原住民族單項運動比賽	1. 比賽以 1 天為原則。 2. 參賽人數須達 100 人以上，且具有原住民族身分者為主，應達 50% 以上。	民間團體、學校	每案至多補助 10 萬元。

(二)原住民族體育運動課程

執行項目	執行內容	申請單位	經費預估
原住民族傳統運動樂活營	1. 以推廣為原則，提升原住民體驗參與傳統運動之機會，以樂趣化方式規劃辦理。 2. 運動課程以原住民族傳統特色運動為限。 3. 每梯次至少 5 天，且參加人數至少 20 人（運動種類如有特殊性，得酌以調減人數）。 4. 參加人員以具有原住民族身分者為主，應達 50% 以上。	民間團體、學校	每案至多補助 10 萬元。

2-2. 巡迴運動指導團	1. 計畫目標：成立本市原住民族「巡迴運動指導團」，深入各通路及場域傳授運動知能及觀念，藉以提升民眾運動參與意識。 2. 實施策略：主動結合本市內原住民族群既有通路（以官方為原則，如原住民族文化健康站、原住民族機構等）提供運動之能及觀念講座，藉以接接觸目標族群，並廣納通路資源。 3. 活動規劃精神及原則： (1) 本案須組成工作團隊辦理規劃、執行及行政作業，授課講師並以具備運動指導能力者(如：國民體適能指導員等)為限。 (2) 辦理據點請注意地域資源與受眾資源之分配性，以避免計畫之推動過度集中部分行政區，並擴大計畫受眾範圍及辦理效益。 (3) 須針對參與人員辦理滿意度調查(如：建議未來授課內容、地點及課程滿意度等)，並分析其結果，以作為後續延伸計畫研修之參考。 (4) 周邊活動規劃：除正式講座外，建議於課程間或周邊規劃辦理運動相關周邊活動。 4. 建議辦理內容如下： (1) 辦理運動知能宣導(講座)。 (2) 辦理運動項目指導(如：跑步、健走運動觀念指導)。 (3) 運動常識及健康觀念宣導(講座)。 (4) 其他(請列明於申辦計畫中，以可激發原住民族投入或持續參與運動之課程內容為規劃原則)。 5. 辦理期程至少達 4 個月，參與人次須達 1,000 人次以上，且具有原住民族身分者應達 50% 以上。	民間團體、學校	本市至多補助 1 案，每案至多補助 40 萬元。
--------------	--	---------	--------------------------

(三)原住民族競爭型計畫

執行內容	申請單位	經費預估
1. 計畫目的：舉辦傳統民俗運動活動，發揚原住民族傳統文化與傳統技能，藉以提升原住民族運動參與意識。 2. 辦理期程至少達 4 個月，參與人次須達 1,000 人次以上，且具有原住民族身分者為主，應達 50% 以上。 3. 實施策略：建議主動結合本市內原住民族群既有通路(以官方通路為原則，如：原住民族文化健康站、原住民族機構等)，藉以直接接觸目標族群，並廣納通路資源，擴增效益。 4. 活動規劃精神及原則： (1) 辦理活動請注意地域資源與受眾資源之分配性，以避免計畫之推動過度集中部分行政區，並擴大計畫受眾範圍及辦理效益。 (2) 須針對參與人員辦理滿意度調查(如：建議未來授課內容、地點及課程滿意度等)，並分析其結果，以作為後續延伸計畫研修之參考。 5. 本案為中央競爭型計畫，申請計畫時，請一併提送活動計畫亮點簡報，包括服務多元性、課程規劃、計畫完整度(含行銷作業、資源整合情形、專案團隊人力)等，並於本市審查會議上安排簡報說明。	民間團體、大專院校	每案至多補助 110 萬元。

三、身心障礙專案

(一)身心障礙體育活動

執行項目	執行內容	申請單位	經費預估
1. 身心障礙運動大集合	1. 運動大集合應包括 5 個承辦活動團體，並包含 2 種身心障礙類別。 2. 每個承辦活動團體以 1 案為原則。若該團體為本市指定彙辦窗口，則不受前項限制，惟其辦理內容應避免過度集中單一運動種類。 3. 參與人次須達 250 人次以上。	民間團體、學校	每案至多補助 30 萬元。
2. 身心障礙單項運動比賽	1. 單項運動比賽以 1 天為原則，每梯次至少 40-60 人參。 2. 每個承辦活動團體以 2 案為原則。若該團體為本市指定彙辦窗口，則不受前項限制，惟其辦理內容應避免過度集中單一運動種類。	民間團體、學校	每案至多補助 10 萬元。
3. 身心障礙綜合運動會	1. 至少有身心障礙運動種類 4 種。 2. 該運動會應規劃含 2 種以上障礙類別者參與。 3. 參與人次須達 750 人次以上。	民間團體、學校	每案至多補助 200 萬元。

(二)身心障礙體育運動課程

執行項目	執行內容	申請單位	經費預估
1. 身心障礙運動體驗營	1. 體驗營以規劃常態性(每週至少 1 次，期程至少達 2 個月)規律運動養成班為優先，每梯次至少 20 人。 2. 每個承辦活動團體以 2 案為原則。若該團體為本市指定彙辦窗口，則不受前項限制，惟其辦理內容應避免過度集中單一運動種類。 3. 常態性課程注意事項：每課程(班)期程至少 8 週，上課總時數至少 1,440 分鐘，參加學員至少 20 人，身心障礙身分者應達 30%以上，且參加學員固定。	民間團體、學校	每案至多補助 10 萬元。
2. 身心障礙運動活力養成班	1. 為達資源共享之效益，落實政府照顧身心障礙族群運動參與權，請善用本市公有空間，辦理身心障礙運動常態性養成班課程。 2. 每案課程規劃：每週至少 1 次 60-90 分鐘運動課程，期程至少達 6 個月。 3. 常態性課程注意事項：每課程(班)期程至少 8 週，上課總時數至少 1,440 分鐘，參加學員至少 20 人，身心障礙身分者應達 30%以上，且參加學員固定。	民間團體、學校	每案至多補助 30 萬元。
3. 身心障礙	1. 為培育推展身心障礙運動人才，辦理各運動種類裁判、教練、	民間團體、學校	每案至

運動推動觀摩(研習)會	指導員之研習或體位分級認知研習會。 2. 每一研習會時間至少 2 天。並結合本市身心障礙運動會或單項運動比賽辦理研習人員實習，以建置本市推動身心障礙運動相關專業人才。 3. 承辦研習會之團體須依相關規定申請學習時數認可作業。 4. 每梯次參加人數應有 20 人以上。	體、學校	多補助 10 萬元。
4. 身心障礙游泳樂活課程	1. 與學校或游泳池機構合作辦理游泳體驗營，辦理時間至少規劃 5 天為一期，每班身心障礙者至少 8 人。 2. 助理教練及身心障礙學員比，原則應達 1：3 比例配置，以保障學習安全。 3. 各活動執行單位給付教練費、助理人員費應辦理所得申報。 4. 常態性課程注意事項：每課程(班)期程至少 8 週，上課總時數至少 1,440 分鐘，參加學員至少 20 人，身心障礙身分者應達 30%以上，且參加學員固定。	民間團體、學校	每案至多補助 10 萬元。

(三)身心障礙競爭型計畫：「愛運動・動無礙」巡迴運動指導團

執行內容	申請單位	經費預估
1. 推動目的：成立本市「愛運動・動無礙」巡迴運動指導團，透過通路結合及資源整合等實施策略，營造「我愛運動・運動無礙」之社會氛圍。 2. 辦理期程至少 4 個月，總辦理時數至少達 100 小時。 3. 活動規劃及原則： A. 模式一：將指導團結合本市內可運動場域(含運動中心)開辦各項身障體育活動，打造在地運動據點，提升身障參與運動之機會及可見度，讓身障參與運動之觀念成為社會主流。 B. 模式二：將指導團專業人力送入各身心障礙運動需求機構或活動通路，提供加值服務或體驗課程。應以加值及擴增身障運動人口為推動核心；若僅結合既有活動，而未提供加值服務者，時數不列入計算，並不得核支經費。 4. 本案為中央競爭型計畫，申請計畫時，請一併提送活動計畫亮點簡報，包括服務多元性、課程規劃、計畫完整度(含行銷作業、資源整合情形、專案團隊人力)等，並於本市審查會議上安排簡報說明。 5. 其他注意事項： (1)本計畫系列課程得結合運動單項體驗辦理，並請以提升身心障礙者體適能為方向規劃。 (2)活動參與對象以身心障礙者及其陪伴者為主，整體計畫服務人次，身心障礙者應達 30%以上，並應以鼓勵更多身心障礙者參與為原則，避免資源過度集中。 (3)本計畫須組成工作團隊辦理規劃、執行等作業，講師以具備運動指導能力或相關證照者(如：國民體適能指導員、身心障礙特定體育團體教練、物理治療師、運動傷害防護員、大學教授相關課程講師等；並請視需要於同一課程場域配置跨域人才共同授課)為限。	民間團體、大專院校	每案至多補助 150 萬元。