

113年運動i臺灣2.0計畫介紹表

專案	項次	活動性質	執行項目	申請單位	執行內容及注意事項	備註
一般專案	1	體育活動	地方特色運動	臺南市政府 體育局	(競爭型計畫) (一)本市辦理具地方特色的代表性賽事或活動，並擬訂結合本市特色與活動之整合行銷宣傳計畫據以執行。 (二)本案為中央競爭型計畫，經費採簡報方式審查，其審核項目包括活動規模、特色符合度、行政配合度、簡報及計畫內容等。	參閱第7頁
	2	體育活動	國民體育日系列活動	體育總會	一、國民體育日體育表揚活動 (一)辦理期程：113年9月1日至9月30日擇日辦理。 (二)配合國民體育日辦理體育表揚活動，本市表揚獎項如下： 1. 體育有功人員。 2. 傑出教練。 3. 傑出運動員。 4. 終身成就人員。 5. 體育績優團體。 6. 體育績優單位。 7. 推手獎。 (三)至多補助1案，至多補助12萬元。	參閱第8頁
	3	體育活動		體育總會	二、國民體育日多元體育活動 (一)辦理期程：113年9月1日至9月30日擇日辦理。 (二)配合國民體育日辦理多元體育活動，活動內容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，增進國民運動參與意願之精神規劃辦理。 (三)至多補助1案，至多補助85萬元。	參閱第8頁
	4	體育活動	運動種子倍增計畫	臺南市政府 體育局	<b>臺南400年-超馬400公里挑戰賽</b> (一)臺南有依山傍海之天然優勢，同時為臺灣建設最早城市之一，文化淵源深厚，賽事以山線及海線規劃4日賽程，由8人組成一隊，分4日完成400公里，透過設計山、海、古蹟路線，以雙腳踏巡臺南深厚紋理，帶動臺南各區景點觀光發展。 (二)至多補助120萬元。	參閱第9頁
	5	體育活動		區公所 大專校院、 體育運動團體 運動類型相關基金會	一、Go Sport 趣運動專區： (一)發展本市多元休閒之體育運動，以達推展全民運動之宗旨。 (二)推展種類如：Push Bike、街舞、滑板、極限運動、匹克球、飛盤、定向越野、體操、冰壺、武術、民俗體育、漆彈、登山、健行等。 (三)辦理團體性、趣味性、普及性及綜合性之全民體育活動。 (四)各單位至多補助2案，預計活動規模參加人數250人者，至多補助經費5萬元；500人者，至多補助經費7萬元。	參閱第9頁
	6	體育活動		臺南市各區體育會	二、各區運動嘉年華活動 (一)辦理團體性、趣味性、普及性及綜合性之全民運動嘉年華。 (二)各區體育會至多補助4場運動嘉年華，經費補助原則如下： 1. 每場活動至少須包括3種運動種類(含體驗活動)。 2. 預計參加人數250人者，至多補助經費5萬元；500人者，至多補助經費7萬元。 (三)活動規劃以所在行政區域之場地及民眾為活動地點及對象，如有跨區或連結其他單位之需求，請以承辦單位之所在行政區域及民眾為主。 (四)依活動規模參加人數核定補助經費，每案至多補助7萬元。	參閱第9頁
	7	體育活動		區公所 大專校院、 體育運動團體	三、體育運動課程專案： (一)以公園、里民活動中心等生活圈為軸心，教導不同對象擇定一項運動種類，從事運動教學活動。 (二)以推廣全齡運動項目，如：木球、滾球、槌球等運動。 (三)每案計畫以申請1梯次活動為原則，如有2梯次以上活動，請另案申請計畫。 (四)每單位申請2案為限，至少辦理8週以上，每週至少180分鐘，至少辦理24小時，每堂參與人數至少30人為原則。 (五)活動名稱應包含活動種類及參與對象，如：籃球銀髮運動指導班。(如同活動辦理多梯次，應加列辦理順序，如第一梯、第二梯等) (六)活動場地以公園、里民活動中心者優先核定，並建議結合樂齡學習中心辦理。 (七)課程如達8週以上，每週上課至少180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，應配合「社區體適能檢測計畫」實施體適能檢測。由113年核定之檢測單位提供服務。執行課程單位須每學員參加課程堂數達60%，且有60%學員參與體適能檢測之前、後測，得予以核撥經費。 (八)每案至多補助5萬元，若課程結束後辦理成果發表活動，將參酌辦理方式及規模，至多增加核定2萬。	參閱第10頁

113年運動i臺灣2.0計畫介紹表

專案	項次	活動性質	執行項目	申請單位	執行內容及注意事項	備註
	8	體育運動課程	社區聯誼賽專案計畫	體育總會	(一)活動分為鄉鎮市區層級(預賽)及縣市層級(決賽)，辦理該項目聯誼賽及趣味體驗活動。 (二)辦理種類：桌球、羽球、網球、籃球、足球、棒球、慢速壘球、木球、槌球或其他經本處專案核准之運動種類。 (三)至少辦理5鄉鎮市區層級賽事。 (四)分級制：各區前幾名晉級參與決賽，須明列於計畫中。 (五)分組：以團體方式進行，比賽分組朝向親子或家庭式組合編置，並以趣味化、不同年齡層、不同性別搭配。 (六)參與者僅能參加1區預賽，嚴禁一人重複報名多區或多隊等情形。 (七)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)、各區預賽及決賽參與人次數、經費概算表等，相關資訊均採線上填報。 (八)核定補助原則：依辦理場次數、活動規模及參加人數核定補助經費，每案至多補助120萬元，合計至多補助300萬元。	參閱第11頁
	9	體育活動	水域運動樂活計畫	大專院校、水域活動相關民間團體	<b>一、水域自救觀摩與宣導：</b> (一)以自救防溺為活動核心，宣導民眾水域安全。 (二)協同相關局處辦理聯合記者會，或發布水安新聞稿。 (三)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。以上兩項可擇一規劃辦理。 (四)合計至多補助30萬元。	參閱第12頁
	10	體育活動		大專院校、水域活動相關民間團體	<b>二、水域活動體驗營：</b> (一)增加民眾親水體驗機會，推廣多元水域活動。 (二)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。 (三)請於計畫書中敘明水域活動安全規劃。 (四)合計至多補助30萬元。	參閱第12頁
	11	體育活動		大專院校、水域活動相關民間團體	<b>三、水上運動嘉年華：</b> (一)水上展演會：規劃水上運動演示及水陸體驗活動。 (二)救生技能趣味賽：設計救生水上漂、水域救生等競賽及闖關活動。以上兩項可擇一規劃辦理。 (三)請於計畫書中敘明水域活動安全規劃。 (四)合計至多補助20萬元。	參閱第12頁
	12	體育活動	單車運動樂活計畫	大專院校、體育運動團體	(一)規劃不同季節、路線、地區辦理適合民眾單車運動之系列活動。 (二)參與對象應包含各年齡層，不僅限於學生。 (三)實際報到參加騎車者(不含工作人員)合計至少達1,000人次以上。 (四)規劃結合教育部體育署補助本市自行車道建設計畫者，優先納審，如5條自行車路線：佳里、官田、柳營、東山、後壁。 (五)須提供單車安全須知之素材：交通部《愛上安心騎-自行車生活禮儀與安全騎乘指南》官網載有電子檔。 (六)計畫書須包含，行前安全說明，緊急應變措施，雨天備案及活動工作人員配置，未列出前述項目不予納審。 (七)至多補助60萬元。	參閱第13頁
	13	體育活動		大專院校、體育運動團體	<b>一、銀髮族運動樂活計畫</b> (一)辦理期程：113年1月1日起至10月31日止(辦理期程至少達8個月)。 (二)以促進銀髮族規律運動習慣為核心，參與對象為銀髮族民眾為主。 (三)活動辦理據點至少5個；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鄉(鎮、市或區)，並擴大計畫受眾範圍(如：多元群體)及辦理效益。 (四)不補助辦理競賽性及一次性活動。 (五)課程如達8週以上，每週180分鐘以上，參加學員至少20人，且參加學員固定每位學員須年滿23歲，應配合「社區體適能檢測計畫」針對銀髮族實施體適能檢測。由113年核定之檢測單位提供服務。執行課程單位須每學員參加課程堂數達60%，且有60%學員參與體適能檢測之前、後測，得予以核撥經費。 (六)至多補助2案，合計至多補助70萬元。	參閱第14頁
	14	體育運動課程		大專院校、體育運動團體	<b>二、推廣女性參與運動計畫</b> (一)辦理期程：自113年1月1日起至10月31日止(於該期程辦理，採常態、週期或累計的方式執行，例：為期6個月每週2次)。 (二)請擴大服務範疇與對象、融入性別平等概念，彈性開放男性、孩童參與；參加對象如包括新住民，請務必於線上系統勾選，將優先納審。 (三)6項辦理事項中，至少擇3項以上辦理。建議進駐企業規劃辦理職工運動課程(活動)，並突顯女性參與。 (四)不補助競賽性及一次性活動。 (五)課程如達8週以上，每週180分鐘以上，參加學員至少20人，且參加學員固定每位學員須年滿23歲，應配合「社區體適能檢測計畫」實施體適能檢測。由113年核定之檢測單位提供服務。執行課程單位須每學員參加課程堂數達60%，且有60%學員參與體適能檢測之前、後測，得予以核撥經費。 (六)至多補助1案，合計至多補助60萬元。	參閱第15頁

113年運動i臺灣2.0計畫介紹表

專案	項次	活動性質	執行項目	申請單位	執行內容及注意事項	備註
一般專案	15	體育運動課程	規律運動推廣計畫	大專校院、醫療院所、運動中心	<b>三、社區體適能促進計畫</b> (一)主要對象23-64歲一般民眾、65歲以上銀髮族。 (二)體適能促進課程每班每期需達至少8週，每周須3次每次60分鐘(或每周2次每次90分鐘)，人數至少達20人，出席率須達60%以上。 (三)須搭配社區體適能檢測計畫實施。 (四)至多補助1案，合計至多補助15萬元。	參閱第16頁
	16	體育運動課程		大專校院、體育運動團體	<b>四、巡迴運動指導團</b> (一)辦理期程：113年1月1日起至10月31日止(辦理期程至少達8個月)。 (二)實施策略： 1. 通路結合，擴增效益：主動結合本市各族群既有通路提供運動知能及觀念講座。 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。 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。 (三)課程如達8週以上，每週180分鐘以上，參加學員至少20人，且參加學員固定每位學員須年滿23歲，應配合「社區體適能檢測計畫」針對銀髮族實施體適能檢測。 (四)由113年核定之檢測單位提供服務。執行課程單位須每學員參加課程堂數達60%，且有60%學員參與體適能檢測之前、後測，得予以核撥經費。 (五)針對民眾參與狀況，進行民眾參與滿意度調查及分析。 (六)至多補助1案，每案至多補助120萬元。	參閱第17頁
	17	體育運動課程		臺南市政府體育局	<b>五、運動熱區</b> (一)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，提升本市居民運動風氣。 (二)課程如達8週以上，每週180分鐘以上，參加學員至少20人，且參加學員固定每位學員須年滿23歲，應配合「社區體適能檢測計畫」針對銀髮族實施體適能檢測。 (三)由113年核定之檢測單位提供服務。執行課程單位須每學員參加課程堂數達60%，且有60%學員參與體適能檢測之前、後測，得予以核撥經費。 (四)至多補助1案，至多補助120萬元。	參閱第19頁
	18	體適能檢測	社區體適能檢測計畫	大專校院、醫療院所、體育運動團體	(一)主要對象23-64歲一般民眾、65歲以上銀髮族。 (二)結合本市「運動i臺灣2.0」常態性體育運動課程(如:運動健身指導班等)及社區體適能促進計畫辦理「前測-後測」檢測服務。 (三)通路結合：與機關企業、公司行號、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。 (四)檢測費用經費支用原則：每人每年以1次為限，補助300元，惟常態性課程每人每年以2次為限(補助600元)。 (五)合計至多補助40萬元。	參閱第21頁
	19	培育及媒合國民體適能指導員	培育及媒合國民體適能指導員計畫	大專校院	(一)推動國民體適能指導員在地化。 (二)辦理體適能相關強化課程，每場次課程至少20人。 (三)至多補助1案，至多補助15萬元。	參閱第22頁
	20	體育活動/體育運動課程	推動體育運動志願服務工作	大專院校、體育運動團體	(一)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。 (二)規劃志工實際服務運動i臺灣2.0計畫活動，以達到專案串聯之效果。 (三)活動現場協助宣傳全民運動知能及運動i臺灣2.0計畫，建立民眾正確運動習慣。 (四)合計至多補助40萬元	參閱第23頁
原住民族專案	21	體育活動		政府機關、大專院校、民間團體	<b>(一)原住民族綜合運動會：</b> 1. 以原住民為參賽對象，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、背藤籃負重、搗小米、擲矛、爬竿等)。 2. 計畫書須含運動會舉辦運動種類競賽規程。 3. 每案至多補助50萬元。	參閱第24頁
	22	體育活動	原住民族傳統運動樂活計畫	政府機關、大專院校、民間團體	<b>(二)原住民族傳統地方特色體育活動：</b> 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. 活動以1天為原則。 3. 參與者原住民身分應達50%以上。 4. 每案至多補助30萬元。	參閱第24頁

113年運動i臺灣2.0計畫介紹表

專案	項次	活動性質	執行項目	申請單位	執行內容及注意事項	備註
	23	體育課程		政府機關、大專院校、民間團體	(三)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.課程以原住民族傳統特色運動為限。 3.每梯次至少10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。 5.每案至多補助5萬元。	參閱第24頁
身心障礙專案	24	體育活動	身心障礙者運動樂活計畫	大專院校 民間團體 身心障礙類型相關基金會	(一)身心障礙單項運動、混合障別比賽： 1.混合障別應2種身心障礙類別。 2.單項運動比賽以1天為原則，至少99-249人參加。每案至多補助15萬元。 3.活動性質屬郊遊、露營、學校戶外教學，不得列入申請計畫。 4.每個承辦活動團體以2案為原則。 5.補助以16案為原則。	參閱第25頁
	25	體育課程		大專院校 民間團體 身心障礙類型相關基金會	(二)身心障礙運動推動觀摩(研習)會： 1.每一研習會時間至少2天。並結合縣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。 2.承辦研習會之團體須依相關規定申請學習時數認可作業。 3.每梯次參加人數應有30-40人以上。 4.每案至多補助10萬元。	參閱第25頁
	26	體育活動		大專院校 民間團體 身心障礙類型相關基金會	(三)身心障礙綜合性運動會： 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.每案至多補助50萬元。	參閱第25頁
	27	體育課程		大專院校 民間團體 身心障礙類型相關基金會 公私立身心障礙福利機構	(四)身心障礙運動活力養成班： 1.每周至少1次60至90分鐘課程，期程至少達6個月。 2.每案至多補助30萬元。	參閱第25頁
	28	體育運動課程		大專院校 民間團體 身心障礙類型相關基金會 公私立身心障礙福利機構	(五)身心障礙游泳(樂活)活動： 1.每梯次至少10天，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為1:3，教練至少有1位具有身心障礙游泳教學經驗。 3.每案至多補助15萬元。	參閱第25頁
	29	體育運動課程		大專院校 民間團體 身心障礙類型相關基金會	(六)「愛運動·動無礙」巡迴運動指導團(競爭型計畫) 1.辦理期程：自113年1月1日起至10月31日止(辦理期程至少達8個月)。 2.得結合運動單項體驗辦理，並以提升身心障礙者體適能為方向規劃。 3.活動參與對象以身心障礙者及其陪伴者為限，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。 4.本案為中央競爭型計畫，經費採簡報方式審查，審核項目：包括通路結合、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)、行政配合度及簡報內容等。 5.針對民眾參與狀況，進行民眾參與滿意度調查及分析。 6.至多申請1案，每案至多補助120萬元。	參閱第26頁