

## 桃園市中壢區芭里國小 112 學年度第一學期社團申請計畫書

壹、社團名稱：〔 直排輪趣味班 〕

貳、實施要點：

1. 上課時間：

■週五社團：09/22(五)~01/05(五)，13:00-14:30，預計 15 次

2. 材料費用：如有需求，以下為教練代購購之參考

| 品名    | 單價     | 數量 | 用途說明 |
|-------|--------|----|------|
| 整套直排輪 | 4000 元 |    |      |
| 單鞋子   | 2800 元 |    |      |
| 護具    | 600 元  |    |      |
| 帽子    | 400 元  |    |      |
| 拉桿包包  | 1000 元 |    |      |

參、教學目標：

培養芭里國小孩子們對直排輪運動的興趣。增加孩子大腿肌肉之發展與平衡感練習。對此培養孩子團體生活、競賽認知。對於各方面關於直排輪的技巧給予孩子一定程度上的了解。此外對於比賽有興趣的孩子可代表學校參加校外競賽。

肆、社團活動簡介：

由直排輪各個不同程度的班級，將直排輪技巧交給孩子，從課程中練習穩定與基本，從競賽中享受直排輪追風的感覺，從遊戲中體會不同以往的歡樂與團隊合作之精神，讓孩子學到不僅僅是直排輪的基本技巧，還包括了煞車、花式、競賽等等關於直排輪的進階類別。

### 師資簡歷

| 社團名稱       | 直排輪趣味班                                                                                                                                                        | 姓名 | 徐士勛 | 電話 |  |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----|----|--|
| 經歷<br>(曾任) | 民生國小直排輪社團教練(至今)<br>芭里國小直排輪社團教練(至今)<br>田園幼兒園直排輪社團教練(至今)<br>聯合幼兒園直排輪社團教練(至今)<br>華盛頓幼兒園直排輪社團教練(至今)<br>颯虎溜冰隊高階、競速組教練(至今)<br>喬治溜冰隊競速組教練(至今)<br><br>中華民國滑輪溜冰 C 級教練證 |    |     |    |  |

|    |                                                                                                                                        |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | 中華民國滑輪溜冰 C 級裁判證                                                                                                                        |
| 經歷 | 民生國小直排輪社團教練(至今)<br>芭里國小直排輪社團教練(至今)<br>田園幼兒園直排輪社團教練(至今)<br>聯合幼兒園直排輪社團教練(至今)<br>華盛頓幼兒園直排輪社團教練(至今)<br>颯虎溜冰隊高階、競速組教練(至今)<br>喬治溜冰隊競速組教練(至今) |

社團教學課程進度表

| 次數 | 日期    | 授課內容                             | 備註 |
|----|-------|----------------------------------|----|
| 1  | 9/22  | 直排輪與護具的正確穿脫、安全宣導。<br>上課秩序講解。     |    |
| 2  | 10/6  | 如何站立、如何正確安全的跌倒、坐下。               |    |
| 3  | 10/13 | 前進跨步、平衡感練習。                      |    |
| 4  | 10/20 | S 型基本練習、S 型進階練習。                 |    |
| 5  | 10/27 | 轉彎滑行練習。                          |    |
| 6  | 11/2  | 複習前幾週上課進度。                       |    |
| 7  | 11/10 | 前葫蘆型練習、前葫蘆型煞車分解動作教學。<br>葫蘆型煞車練習。 |    |
| 8  | 11/17 | 八字型煞車練習。                         |    |

|    |       |                                        |  |
|----|-------|----------------------------------------|--|
| 9  | 11/24 | 各式煞車練習(進階)。<br>各式煞車隨堂測驗。               |  |
| 10 | 12/1  | 複習前幾週上課進度。                             |  |
| 11 | 12/8  | 後溜滑行。                                  |  |
| 12 | 12/15 | 後溜 S 型與後溜葫蘆型講解與練習。                     |  |
| 13 | 12/22 | 競速衝刺。<br>分組競賽。                         |  |
| 14 | 12/29 | 比賽訓練。<br>複習前幾週上課進度。                    |  |
| 15 | 1/5   | 單腳滑行。<br>綜合複習隨堂測驗。<br>刺激競賽。<br>趣味分組遊戲。 |  |