

## 桃園市中壢區芭里國小 111 學年度第二學期社團申請計畫書

壹、社團名稱：〔 直排輪進階班 〕

貳、實施要點：

1. 上課時間：

週三社團：03/01(三)~06/14(三)，13:00-14:30 共計 15 次

(定期評量不停課)

週五社團：03/03(五)~06/09(五)，13:00-14:30，共計 15 次

(定期評量不停課)

2. 招生對象：一年級~六年級，需有直排輪基礎。

3. 人數上限：20 人，未達 10 人不開班。

4. 上課地點：室內一般教室 戶外場地

5. 每次上課需支付的鐘點費(以 1.5 小時計)： 元，依人數調整。

以桃園市國民中小學社團活動實施要點為基準

6. 材料費用： 元

(請詳列材料費用途，包括：單價、數量，表格不足請自行增加)

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	直排輪進階班	姓名	徐士勛	電話	
經歷 (曾任)	民生國小直排輪社團教練(至今) 芭里國小直排輪社團教練(至今) 田園幼兒園直排輪社團教練(至今) 聯合幼兒園直排輪社團教練(至今) 華盛頓幼兒園直排輪社團教練(至今) 颯虎溜冰隊高階、競速組教練(至今) 喬治溜冰隊競速組教練  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) 芭里國小直排輪社團教練(至今) 田園幼兒園直排輪社團教練(至今) 聯合幼兒園直排輪社團教練(至今) 華盛頓幼兒園直排輪社團教練(至今) 颯虎溜冰隊高階、競速組教練(至今) 喬治溜冰隊競速組教練  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				

社團教學課程進度表(週三)

次數	日期	授課內容	備註
1	3/1	直排輪與護具的正確穿脫、安全宣導。 上課秩序講解。	
2	3/8	如何站立、如何正確安全的跌倒、坐下。	
3	3/15	S 型基本練習、S 型進階練習。	
4	3/22	衝刺雙足 s 型、單足 s 型。	
5	3/29	前葫蘆型練習、前葫蘆型煞車分解動作教學。 葫蘆型煞車練習。	
6	4/12	前進交叉穿越角標。	
7	4/19	八字型煞車練習。	
8	4/26	各式煞車練習(進階)。 各式煞車隨堂測驗。	
9	5/3	複習前幾週上課進度。	
10	5/10	後溜滑行。	
11	5/17	後溜 S 型與後溜葫蘆型講解與練習。	
12	5/24	前溜轉後溜。 後溜轉前溜。 旋轉練習。	
13	5/31	複習前幾週上課進度。	
14	6/7	後交叉練習。 後交叉穿越角標。	
15	6/14	分組測驗。 綜合隨堂考。 競賽。 趣味團體遊戲。	