

臺南市安南區安順國小 111 學年度第一學期課後才藝班開課申請書

1. 課程名稱：直排輪
2. 開課教師：黃婉貞
3. 開課老師的基本資料
手機：0925955066
電子郵件：penny200012002@yahoo.com.t
4. Line 通訊 ID 及暱稱：0925955066
5. 招生對象： 幼稚園 一年級 二年級 三年級
 四年級 五年級 六年級
6. 上課地點：原上課地點

(原才藝班老師請先填寫原上課地點，但因校舍改建或許有變動)

(新才藝班班別由學校安排)

7. 預計上課時段：
 每週一下午 16：00 至 18：00
 每週二下午 16：00 至 18：00
 每週三下午 12：40 至 14：40
 每週三下午 14：40 至 16：40
 每週四下午 16：00 至 18：00
 每週五下午 16：00 至 18：00
 每週六上午 08：00 至 10：00
 每週六上午 10：00 至 12：00
 其他時段(每週)
8. 教材費： 0 元

(填寫每位學生所需教材費總金額，若無則填「0」。)

9. 課程表

週次	課程內容概述	備註
第 1 週	講解上課注意事項、學習跌倒起立、原地踏步	可代購直排輪裝備
第 2 週	踏步向前走, 向後走, 煞車.	
第 3 週	原地向前葫蘆, 原地向後葫蘆.	
第 4 週	向前 S 型繞角標, 團體遊戲.	
第 5 週	向後 S 行繞角標, 連續向前葫蘆型繞角標.	
第 6 週	單腳推腳滑行, 連續向後葫蘆型繞角標.	
第 7 週	雙腳互換推腳滑行, 團體遊戲(如紅綠燈).	
第 8 週	期中測驗 (測驗之前所學習過動作)	
第 9 週	原地蹲跳, 向前滑溜行進中蹲跳.	
第 10 週	橫向螃蟹走路, 行進中摸腳尖滑溜.	
第 11 週	原地單腳抬腳, 團體遊戲(如木頭人).	
第 12 週	行進間單腳抬腳溜.	
第 13 週	小圈圈推腳溜, 團體遊戲(如鬼抓人).	
第 14 週	原地剪冰動作.	
第 15 週	學習繞圈圈行進中剪冰動作	
第 16 週	期末總複習, 發放獎品	

申請人簽名：黃婉貞

※此表填完後，請 mail 到體育組電子信箱：wushicun0305@gmail.com

臺南市安南區安順國小 111 學年度第一學期課後才藝班開課申請書

1. 課程名稱：直排輪

2. 開課教師：蔡宜頻

3. 開課老師的基本資料

手機：0973067871

電子郵件：4a2h0083@gamil.com.tw

4. Line 通訊 ID 及暱稱：無 ID、無暱稱

5. 招生對象： 幼稚園 一年級 二年級 三年級

四年級 五年級 六年級 (可複選)

6. 上課地點：原上課地點

(原才藝班老師請先填寫原上課地點，但因校舍改建或許有變動)

(新才藝班班別由學校安排)

7. 預計上課時段：

每週一下午 16：00 至 18：00

每週二下午 16：00 至 18：00

每週三下午 12：40 至 14：40

每週三下午 14：40 至 16：40

每週四下午 16：00 至 18：00

每週五下午 16：00 至 18：00

每週六上午 08：00 至 10：00

每週六上午 10：00 至 12：00

其他時段(每週)

8. 教材費： 元

(填寫每位學生所需教材費總金額，若無則填「0」。)

9. 課程表

週次	課程內容概述	備註
第 1 週	認識同學, 學習如何正確穿著直排輪鞋, 如何跌倒起立	可 代 購 直 排 輪 裝 備
第 2 週	學習原地踏步, 直線向前踏步走	
第 3 週	學習 v 字型前進, 腳跟煞車	
第 4 週	暖身運動, 學習繞角標向前 S 型走, 直線向後走	
第 5 週	暖身, 學習原地前後葫蘆, 向後 S 型繞角標	
第 6 週	複習, 學習推腳滑溜, 向前繞圈滑溜	
第 7 週	暖身, 通過腳標十字推刀, 雙手扶膝前滑	
第 8 週	暖身, 期中總複習(複習課堂中所有已學習過動作)	
第 9 週	複習, 學習連續前葫蘆繞角標, 團體遊戲	
第 10 週	暖身, 學習連續後葫蘆繞角標, 學習原地蹲跳	
第 11 週	暖身, 學習滑溜行進間蹲跳, 團體遊戲(如紅綠燈)	
第 12 週	複習, 學習向前單腳推腳, 學習原地單腳站立	
第 13 週	複習, 學習直線抬單腳單腳溜(左右腳互換), 團體遊戲(木頭人)	
第 14 週	複習, 學習半蹲摸腳尖滑溜, 擺手滑溜動作	
第 15 週	複習, 學習畫原單腳推(左右腳互換)	
第 16 週	期末總複習, 發放獎品	

申請人簽名：蔡宜頻

※此表填完後，請 mail 到體育組電子信箱：wushicun0305@gmail.com