

## 臺南市 111 年度發展獨輪車運動進階研習實施計畫

- 一、宗旨：積極發展獨輪車運動，藉由研習活動增進本市各團體成員、學校教師學生及民眾對獨輪車運動專業技能與興趣，以期提昇本市獨輪車運動之風氣及技術水平。
- 二、指導單位：臺南市政府體育處
- 三、主辦單位：臺南市麻豆區北勢國民小學
- 四、協辦單位：新化社區大學、白河國小
- 五、研習日期：中華民國 111 年 1 月 24 日至 1 月 28 日(週一至週五)
- 六、研習地點：臺南市麻豆區北勢國民小學(麻豆區北勢里 15 號)
- 七、實施方式：
  - (一)本研習參加對象為本市對獨輪車運動發展積極參與之團體成員、學校教師學生及民眾(成人)。
  - (二)高中以下學校各教師可搭配 2-6 位學生為一組報名參加，每校可報中階、高階班各一組為原則，學生報名人數達 30 位額滿截止，教師或民眾(成人)報名人數 20 位，計 50 位。
  - (三)報名參加之教師准予登錄研習時數。
  - (四)本次為獨輪車運動進階研習，參與人員需為該校實際指導人員或具一定程度，中階班學生須具備單腳定車連續 10 次以上程度(詳閱附件二)、高階班學生須具備撥輪至少 5 公尺以上程度方可報名(詳閱附件三)。
  - (五)本研習為產出型研習，研習結束後舉行成果發表會。
  - (六)研習器材：獨輪車、護具及環保杯(壺)請自備，其餘由主辦單位提供。
  - (七)參與研習之教師請准予公(差)假。
- 八、研習內容：(詳閱附件一)
- 九、師資：特聘獨輪車專業教練兩位擔任高階班、中階班授課講師；同時基於教學需要，高階班、中階班各配置兩位助教，計聘兩位講師、四位助教協助教學。

十、報名方式：

(一)報名日期：即日起至 111 年 1 月 14 日止。

(二)教師於臺南市中小學教師學習護照-研習代號 257877 號

報名確定後，請再幫學生報名予主辦學校。研習期間請各  
校准予參加老師公（差）假登記。

洽詢電話 5722844 轉 802、網路電話 196010(蘇耿輝主任)

e-mail：dean@bses.tn.edu.tw

十一、參與之學校應參加臺南市 111 年獨輪車錦標賽。

十二、經費來源：本研習經費由臺南市政府教育局相關經費項下補助  
(詳見經費概算表)。

十三、遵照中央防疫規定，全體參加者務必配合各項防疫措施。

十四、附則：

(一) 參加研習人員與各單位帶隊教師參加學生之午餐及保險須  
自理, 承辦學校可代訂便當。

(二) 辦理本活動工作人員依「臺南市立高級中等以下學校教職  
員獎懲案件作業規定」敘獎。

(三) 本計畫陳市政府核准並補助經費後實施，如有未盡事宜得  
另行補充修正。

附件一

臺南市 111 年度發展獨輪車運動進階研習實施計畫

高階班課程表

區分	1月24日 (週一)	1月25日 (週二)	1月26日 (週三)	1月27日 (週四)	1月28日 (週五)
8:30 - 9:00	開幕式 校長： 張志全	報到	報到	報到	報到
第一節 9:00 - 10:00	獨輪車坐 滑、站後 撥下踏板 動作分析 與實作  講師： (待聘)  助教： (待聘)	獨輪車坐 滑、站前 撥下踏板 動作分析 與實作  講師： (待聘)  助教： (待聘)	獨輪車坐 滑、站滑下 踏板動作 分析與實 作  講師： (待聘)  助教： (待聘)	獨輪車團 體花式動 作實作與 要領  講師： (待聘)  助教： (待聘)	獨輪車團 體花式動 作實作與 要領  講師： (待聘)  助教： (待聘)
第二節 10:00 - 11:00					
第三節 11:00 - 12:00					
12:00 - 12:20	快樂回家	快樂回家	快樂回家	快樂回家	成果發表 會暨綜合 座談

附件一

臺南市 111 年度發展獨輪車運動進階研習實施計畫

中階班課程表

區分	1月24日 (週一)	1月25日 (週二)	1月26日 (週三)	1月27日 (週四)	1月28日 (週五)
8:30 - 9:00	開幕式 校長： 張志全	報到	報到	報到	報到
第一節 9:00 - 10:00	獨輪車單 腳定車、 單腳騎下 踏板動作 分析與實 作  講師： (待聘)  助教： (待聘)	獨輪車單 腳騎、抬 腿定車撥 輪下踏板 動作分析 與實作  講師： (待聘)  助教： (待聘)	獨輪車撥 輪、單撥動 作分析與 實作  講師： (待聘)  助教： (待聘)	獨輪車撥 輪、單撥、 圓規轉動 作分析與 實作  講師： (待聘)  助教： (待聘)	獨輪車撥 輪、單撥、 圓規轉動 作分析與 實作  講師： (待聘)  助教： (待聘)
第二節 10:00 - 11:00					
第三節 11:00 - 12:00					
12:00 - 12:20	快樂回家	快樂回家	快樂回家	快樂回家	成果發表 會暨綜合 座談

## 附件二

### 臺南市 111 年度發展獨輪車運動進階研習實施計畫 高階班報名表

單位名稱	(團體成員、 教師、民眾) 姓名	聯絡電話	
	學生姓名	家長聯絡電話	程度(可複選)
			<input type="checkbox"/> 撥輪 <input type="checkbox"/> 坐滑 <input type="checkbox"/> 站後撥 <input type="checkbox"/> 站滑
			<input type="checkbox"/> 撥輪 <input type="checkbox"/> 坐滑 <input type="checkbox"/> 站後撥 <input type="checkbox"/> 站滑
			<input type="checkbox"/> 撥輪 <input type="checkbox"/> 坐滑 <input type="checkbox"/> 站後撥 <input type="checkbox"/> 站滑
			<input type="checkbox"/> 撥輪 <input type="checkbox"/> 坐滑 <input type="checkbox"/> 站後撥 <input type="checkbox"/> 站滑
			<input type="checkbox"/> 撥輪 <input type="checkbox"/> 坐滑 <input type="checkbox"/> 站後撥 <input type="checkbox"/> 站滑
			<input type="checkbox"/> 撥輪 <input type="checkbox"/> 坐滑 <input type="checkbox"/> 站後撥 <input type="checkbox"/> 站滑

### 附件三

## 臺南市 111 年度發展獨輪車運動進階研習實施計畫 中階班報名表

單位名稱	(團體成員、 教師、民眾) 姓名	聯絡電話	
	學生姓名	家長聯絡電話	程度(可複選)
			<input type="checkbox"/> 單腳定車 <input type="checkbox"/> 單腳騎 <input type="checkbox"/> 抬腿騎 <input type="checkbox"/> 圓規轉
			<input type="checkbox"/> 單腳定車 <input type="checkbox"/> 單腳騎 <input type="checkbox"/> 抬腿騎 <input type="checkbox"/> 圓規轉
			<input type="checkbox"/> 單腳定車 <input type="checkbox"/> 單腳騎 <input type="checkbox"/> 抬腿騎 <input type="checkbox"/> 圓規轉
			<input type="checkbox"/> 單腳定車 <input type="checkbox"/> 單腳騎 <input type="checkbox"/> 抬腿騎 <input type="checkbox"/> 圓規轉
			<input type="checkbox"/> 單腳定車 <input type="checkbox"/> 單腳騎 <input type="checkbox"/> 抬腿騎 <input type="checkbox"/> 圓規轉
			<input type="checkbox"/> 單腳定車 <input type="checkbox"/> 單腳騎 <input type="checkbox"/> 抬腿騎 <input type="checkbox"/> 圓規轉