

# 臺南市 113 年度發展扯鈴運動種子學校研習 實施計畫

一、宗旨：積極發展民俗體育運動，藉由研習活動增進市內教師及學生扯鈴運動專業技能與興趣，以期提昇本市扯鈴運動之風氣及技術水平。

二、依據：台南市政府體育局 113 年 5 月 30 日南市體競字  
1130723561A

號函辦理。

三、指導單位：臺南市政府

四、主辦單位：臺南市政府體育局

五、承辦單位：臺南市學甲區學甲國民小學

六、協辦單位：臺南市體育總會、臺南市體育總會民俗體育委員會  
、臺南市扯鈴協會

七、研習日期：中華民國 113 年 7 月 2、3、4 日(二、三、四)

八、研習地點：臺南市學甲區學甲國民小學

九、實施方式：

(一)本市對扯鈴發展積極參與之學校教師及學生。

(二)每所國小以一位教師搭配六至八位學生為一組報名參加，  
每所國小限報一組。

(三)開放全市 20 所國小及主辦單位保留教師 4 人及學生 12  
人參與。共 80 人，額滿為止。

(四)研習器材：扯鈴可自備，其餘由主辦單位提供。

(五)報名參加之教師准予登錄 18 小時研習時數，學生頒發結業  
證書。

(六)本次為扯鈴運動種子學校研習，建議參與之人員須具一定  
程度之教師、學生須有單鈴以上程度方可報名。



(七)參與研習之教師請准予公(差)假。

十、研習內容：如附件一。

十一、報名方式：

(一)教師於臺南市中小學教師學習護照報名。

(二)學生請於下列報名系統報名。[//forms.gle/Nzyzj3k2y2WRjmqG9](https://forms.gle/Nzyzj3k2y2WRjmqG9)

(三)學甲國小電話：06-7833220#142 或 0929101712 李賀璞老師

(四)報名日期：至 113 年 6 月 28 日(五) 中午 12:00 截止

(如遇額滿，即提早關閉報名系統。)

十二、參與之學校需參加本市體育局所辦理之「臺南市 113 年市長盃民俗體育錦標賽」。

十三、附則：

(一)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。

(二)本辦法如有未盡事宜得隨時修正公布之。



附件一

## 臺南市 113 年度發展扯鈴運動種子學校研習

### 實施計畫課程表(草案)

時間 \ 日期	7 月 2 日 (二)	7 月 3 日 (三)	7 月 4 日 (四)
8:30 - 9:00	報到、開幕	報到	報到
9:00 - 12:00	扯鈴 比賽規則 及訓練實務講 解 講師：另聘	扯鈴動作 與音 樂舞蹈結合 及 實作與要領 講師：另聘	扯鈴 單鈴、直 立鈴、個人動 作分析講解 與 實作 講師：另聘
12:00 - 13:00	午餐休息	午餐休息	午餐休息
13:00 - 16:00	扯鈴 雙鈴、雙 人指定 動作實 作與要領 講師：另聘	扯鈴 三鈴、團 體指定 動作實 作與要領 講師：另聘	扯鈴動作 與音 樂舞蹈結合 及 實作與要領 講師：另聘
16:00 - 16:30	快樂回家	快樂回家	綜合座談、閉 幕

