

## 【附件二】課程計劃表

## \_\_\_\_ 蛇板(雙龍飄移板) \_\_\_\_ 社

堂次	預計授課內容	備註
課程簡介	推廣板類運動 蛇板:學習 S 行滑行及進階花式蛇板動作(學習銜接其他板類之動作) 雙龍板:可 360 度旋轉,比蛇板更加靈活,更需要操控性 飄移板:方向自由變化、可旋轉、單板	由基礎 蛇板上 手再慢 慢進階
1	認識蛇板雙龍板、基本上板平衡滑行;直線滑行、基礎轉彎	
2	繞圓滑行、八字型過彎	
3	S 型前進過樁(基礎滑行姿勢)	
4	直線蹲溜滑行(訓練穩定度與增強腿部肌肉)	
5	蹲溜 S 型過角標	
6	牽手接龍(考驗默契與技巧)	
7	蛇板:前飄移滑行、後飄移滑行 / 雙龍板:S 型;八字型推進	
8	蛇板:進階上板動作:前跳上板 / 雙龍板:交叉型;內八外八字轉	
9	蛇板:單板踩前踩後滑行 / 雙龍板:單板上板	
10	蛇板:前翹板 / 雙龍板:原地旋轉;原地站立	
11	蛇板:翹翹板 / 雙龍板:單板直線	
12	蛇板:下樓梯 / 雙龍板:單板直線 S 型	
13	蛇板:翹翹板 / 雙龍板:雙邊練習;反邊前進	
14	進階飄移板	
15	飄移板 S 型;八字型推進	

※ 以上課程會依小朋友的學習能力作調整,僅為參考。

※ 上課若適逢放假日或彈性放假日,請自行與學員聯繫,順延補課,務必上滿原訂堂課(15 堂)。

※ 課程計畫表在報名期間會公布在學校網站,供家長參考。

## 【附件三】講師簡介

姓名	李昱呈
社團	___蛇板(雙龍飄移板)___社
相關學歷	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課後社團 C 級蛇板教練</li> <li>2. 課後社團 C 級滑板教練</li> <li>3. 滑輪溜冰自由式 C 級直排輪裁判。</li> <li>4. 滑輪溜冰自由式 C 級直排輪教練。</li> <li>5. 社團法人中華肌內效 C 級貼紮認證</li> </ol>
相關經歷	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 109 年總統盃全國溜冰錦標賽 初級指定套路社會男子組 第一名。</li> <li>2. 108 年會長盃全國溜冰錦標賽 花式煞停成年男子組 第五名。</li> <li>3. 109 年會長盃全國溜冰錦標賽 花式煞停成年男子組 第五名。</li> <li>4. 各大全國溜冰錦標賽 自由式滑輪 裁判人員一職</li> <li>5. 目前任職於何嘉仁、埔心幼兒園等…幼兒園直排輪教練。</li> <li>6. 目前任職於昌福國小、東安國小、龍山國小等…國小蛇板教練。</li> </ol>
備註	<a href="https://www.facebook.com/denkorollerskate">https://www.facebook.com/denkorollerskate</a> <a href="https://instagram.com/denkoskate?igshid=MzMyNGUyNmU2YQ%3D%3D&amp;utm_source=qr">https://instagram.com/denkoskate?igshid=MzMyNGUyNmU2YQ%3D%3D&amp;utm_source=qr</a>

※ 社團活動之師資優先遴聘校內具有專長之教師擔任。外聘師資，講師應具下列條件之一：

- (1) 具有專長之合格教師。
- (2) 未具有教師資格者，應具有相關專長素養，並持有下列學經歷相關證明文件之一：
  1. 國內外大學相關科系畢業以上程度者。
  2. 曾獲選為省市(直轄市)級以上相關專長之代表隊一年以上資歷者；或曾參加上述層級機構主辦之相關才藝公開表演、展示、競賽者。
  3. 曾獲得國家級、省市(直轄市)級，公開之能力檢定、檢核或鑑別證書者。
前項第二款所稱學經歷，以經政府機關合法立案之學校、學術機構及政府機關所頒發之證書、證照或相關證明文件為限。未具備前項學經歷，有特殊專長者，得由學校自行認定之，擔任助教者亦同。
- (3) 其他：經校內社團審查會審查通過者。

※ 【附件三】講師簡介在報名期間會公布在學校網站，供家長參考。