

【附件二】課程計劃表

週四直排輪 社

堂次	預計授課內容	備註
課程簡介	直排輪是平衡感與速度結合的一項運動，且有全身完整的裝備能夠保護孩子，確保安全無虞。這是一項全身性的運動，不僅是身體協調還可訓練絕佳的平衡感。	
1	正韌下腳滑行、左右收腳續滑	
2	單腳滑行前溜 T 煞	
3	原地跳躍、滑行跳躍	
4	速度前溜葫蘆、速度前溜 S 型	
5	速度前溜蛇 S 型、速度前溜交叉	
6	速度前溜單腳 S 型、後溜踏步	
7	後溜滑行、後 T 煞	
8	後溜 S 型、後葫蘆	
9	後溜交叉、後溜單腳 S 型	
10	滑板車推滑、推韌滑行	
11	繞原推韌、左右壓韌轉	
12	前溜剪冰、後溜剪冰	
13	前轉後、後轉前	
14	推韌收腳下腳、競速起跑	
15	綜合能力測驗	

※ 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 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	周世芳
社團	<u>週四直排輪</u> 社
相關學歷	元智大學-電機工程學系碩士班 中華民國滑輪溜冰協會-C級教練證 新北市體育總會-C級溜冰教練證
相關經歷	桃園市蘆竹區山腳國小體育老師 楓樹國小直排輪社教練 龍安國小直排輪社教練 山腳國小直排輪社教練 大竹國小直排輪社教練 幸福國小直排輪社教練
備註	若有教學網頁或影片連結亦可放上 https://drive.google.com/file/d/18zwx1kT0BSeAxK0MPFJDFhyfapavaGKk/view 每生材料費：__0__元 教材費說明：__0__無則免填

※ 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，具有相關專長及下列資格之一者，依序聘任。但外聘之**體育性(運動性)社團指導講師**未具合格教師資格者，應依第二項規定聘任：

- (1) 具有專長之合格講師。
- (2) **大學以上相關系、所畢業或在學學生。**
- (3) 直轄市、縣(市)級以上公開鑑定或競賽前三名，或參加中央、直轄市、縣(市)政府主辦之相關才藝公開表演、展示。
- (4) 未具備前三款資格，而有特殊專長。
- (5) 持有全國性體育團體核發之有效教練證。
- (6) 具體育(運動)相關科系學經歷或相關能力檢定、競賽證明。
- (7) 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。

桃園市龍安國小 114 學年度上學期 課後社團成果紀錄表

社團名稱	週四直排輪	教學者	周世芳 老師
本社團成果簡介：			
直排輪是一項兼具運動性與趣味性的活動，非常適合成長期的孩子參與。在課程中，學生透過循序漸進的個人練習，強化平衡感、協調性以及核心與下肢肌群的控制能力，逐步建立扎實的滑行技巧。課程設計以孩子的個別進度為核心，讓每位學生能依照自身狀態調整挑戰難度。透過不斷練習與自我突破，孩子們能在技術進步的過程中獲得自信與成就感，從運動中體會專注、自律與持續練習的價值。			
附上照片：			
			

各位課後社團的任課老師，辛苦了！

此張社團成果紀錄表，請在這學期課後社團結束前填寫，並會在社團成果展時張貼公布，您的認真教學，相信是參與課後社團每一位孩童最大的幸福，再次感謝您的付出。

龍安國小 學務處

桃園市龍安國小 114 學年度上學期課後社團照片

社團名稱：週四直排輪

指導老師：周世芳



說明：前葫蘆剎車



說明：跪姿剎車



說明：前溜 S 型



說明：直線滑行



說明：推刃過彎

說明：單腳滑行