

臺南市 108 年度獨輪車推廣計畫

一、目標：

- (一)提倡正當育樂活動，促進市民身心健全發展。
- (二)傳承並精進固有獨輪車技藝，發揚傳統民俗文化。
- (三)增進市民騎乘獨輪車技能，提升自信心。
- (四)藉由保養維修獨輪車，培養愛物惜物惜福的情操。

二、辦理單位：

- (一)指導單位：臺南市體育處
- (二)主辦單位：臺南市佳里區信義國小
- (三)協辦單位：臺南市七股區樹林國小、臺南市麻豆區港尾國小

三、研習地點：臺南市佳里區信義國民小學(722 臺南市佳里區信義一街 336 號)

四、參加人員：臺南市一般民眾(國小一年級以上)及對獨輪車運動推廣有興趣之學

校老師，預計共60人，依報名先後順序額滿為止。

欲參加報名請填寫資料並傳真報名表，如附件一。

五、研習日期：108 年 1 月 21 日（星期一）至 1 月 23 日（星期三）連續 3 天，每日
上午 8 時 40 分至下午 4 時。

六、實施方式及課程說明：

(一)大班教學：認識獨輪車、獨輪車組訓參賽表演經驗、獨輪車維修及運動傷害

與急救等課程，各聘講師一名，共四名。

(二)分組教學：依能力區分「進階班」及「初級班」分組教學，每班聘請一名講

師、二名助教。共二名講師四名助教。

(三)課程表如附件二。

七、注意事項：

(一)市立各級學校教師參與研習人員請於 108 年 1 月 11 日（星期五）前至本市教育局學習護照登錄報名（**研習代號220790**），研習期間請各核准予參訓老師公（差）假登記，全程參加人員核予研習時數 18 小時。

(二)研習當天請務必自行攜帶適合自己尺寸之獨輪車參加研習，或由辦理單位提供借用。所有參加人員應準備安全帽、護膝等安全裝備，承辦單位不另行提供，並請自備茶杯及毛巾。

(三)本項研習不提供午餐，若有需要可代訂便當，請於報名時註明。

(四)若學員需要借用獨輪車回去練習，請填寫獨輪車借用申請單(如附件三)，並於 1 月 21 日上課時繳交保證金 500 元（獨輪車交回時退還保證金）。

八、聯絡人：學務處李坤霖主任，電話：06-7211918 分機 104，傳真 06-7211831

E-Mail: neoalk1@gmail.com

九、獎勵：辦理本案有功人員，依據「臺南市市立各級學校及幼兒園教職員獎懲要點」辦理敘獎。

十、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 108 年度獨輪車推廣計畫報名表

姓 名			性 別	☐ 男 ☐ 女	
			身分證字號		
出 生 日 期		年 月 日	聯 絡 電 話	手機：	
民 眾	服 務 位			職 稱	
教 師	學 校 稱			職 稱	
學 生	學 校 稱			年 級	年 班
獨 輪 車 器 材		☐ 自備 ☐ 借用，請填寫身高以便學校事先準備合適的獨輪車身高____cm			
自 否 需 要 學 校 代 訂 午 餐		☐ 代訂午餐： ☐ 葷 ☐ 素（便當一個 70 元，請自備零錢） ☐ 午餐自行準備			
報 名 方 式		請於 <u>108 年1 月 10 日(星期四)</u> 下午 4 時前填妥報名表後，傳真至佳里區信義國小，傳真號碼：06-7211831；並請來電告知。學務處李坤霖主任，電話：06-7211918#104。			
備 註		◎因故無法參加者請於活動舉行前三日通知主辦單位。 ◎參加人員請依規定向所屬單位申請公（差）假。			

日期	時 間	課程內容	主持人/講 師
第一天 1/21 (一)	08:30-08:40	報到	信義國小團隊
	08:40-09:00	主席與來賓致詞	信義國小 馮郁元校長/與會長官
	09:00-10:00	挑戰自我--認識獨輪車運動	子龍國小退休 謝耀宗校長
	10:00-12:00	獨輪車實地演練分組教學	一、進階組 退休校長 謝耀宗校長(講師) 信義國小 李慧稜主任(助教) 佳里國中 莊淑惠老師(助教) 二、初階組 北門社大 翁英勝教練(講師) 新進國小 方思恩老師(助教) 臺北大學 莊承翰教練(助教)
	12:00-13:00	午餐休息	信義國小團隊
第二天 1/22 (二)	13:00-16:00	獨輪車實地演練分組教學	一、進階組 退休校長 謝耀宗校長(講師) 信義國小 李慧稜主任(助教) 佳里國中 莊淑惠老師(助教) 二、初階組 退休主任 郭佳旭主任(講師) 新進國小 方思恩老師(助教) 臺北大學 莊承翰教練(助教)
	08:40-09:00	報到	信義國小團隊
	09:00-10:00	獨輪車組訓參賽表演經驗分享-- 轉動風火輪，騎向自信的未來	白河國小 劉朝順主任
	10:00-12:00	獨輪車實地演練分組教學	二、進階組 退休校長 謝耀宗校長(講師) 信義國小 李慧稜主任(助教) 佳里國中 莊淑惠老師(助教) 二、初階組 北門社大 翁英勝教練(講師) 新進國小 方思恩老師(助教) 臺北大學 莊承翰教練(助教)
	12:00-13:00	午餐休息	信義國小團隊

	13:00-16:00	獨輪車實地演練分組教學	一、進階組 退休校長 謝耀宗校長(講師) 信義國小 李慧稜主任(助教) 佳里國中 莊淑惠老師(助教) 二、初階組 退休校長 郭佳旭主任(講師) 新進國小 方思恩老師(助教) 臺北大學 莊承翰教練(助教)
第三 天 1/23 (三)	08:40-09:00	報到	信義國小團隊
	09:00-11:00	運動傷害預防及處理	長榮大學 劉于銓教授
	11:00-12:00	獨輪車實地演練分組教學	三、進階組 退休校長 謝耀宗校長(講師) 信義國小 李慧稜主任(助教) 佳里國中 莊淑惠老師(助教) 二、初階組 北門社大 翁英勝教練(講師) 新進國小 方思恩老師(助教) 臺北大學 莊承翰教練(助教)
	12:00-13:00	午餐休息	信義國小團隊
	13:00-14:00	獨輪車維修	信義國小退休 郭佳旭主任
	14:00-16:00	實地操作分組教學	一、進階組 退休校長 謝耀宗校長(講師) 信義國小 李慧稜主任(助教) 佳里國中 莊淑惠老師(助教) 二、初階組 退休主任 郭佳旭主任(講師) 新進國小 方思恩老師(助教) 臺北大學 莊承翰教練(助教)
	16:00-16:30	座談與閉幕	信義國小 馮郁元校長

附件三：

臺南市 108 年度獨輪車推廣計畫

獨輪車借用申請單

第一聯：承辦學校單位 收執

借用人 姓名		身分證字號	
行 動 電 話		服務單位職稱 學 校 名 稱	
獨 輪 車 編 號 借 用 時 間	獨輪車編號：_____ 108 年 1 月 21 日 至 108 年 1 月 23 日 (註：器材歸還日最遲為 108 年 1 月 23 日研習當日)		
保 證 金	伍佰元整	承辦人員簽章：	
備 註	1. 獨輪車借用保證金為新台幣 500 元。 2. 研習活動報到時繳交保證金，使用後獨輪車點交完成，無息歸還。 3. 借用獨輪車不慎遺失或損壞者，得照採購之價格賠償。		

臺南市 108 年度獨輪車推廣計畫

獨輪車借用申請單

第二聯：借用人 收執

借用人 姓 名		身分證字號	
行 動 電 話		服務單位職稱 學 校 名 稱	
獨 輪 車 編 號 借 用 時 間	獨輪車編號：_____ 108 年 1 月 21 日 至 108 年 1 月 23 日 (註：器材歸還日最遲為 108 年 1 月 23 日研習當日)		
保 證 金	伍佰元整	承辦人員簽章：	
備 註	1. 獨輪車借用保證金為新台幣 500 元。 2. 研習活動報到時繳交保證金，使用後獨輪車點交完成，無息歸還。 3. 借用獨輪車不慎遺失或損壞者，得照採購之價格賠償。		