

桃園市中壢區青埔國民小學 115 學年度第 1 學期課後社團

小巨星休閒直排輪 社 招生簡章

一、上課時間：星期四:(12) 時(40)分至(14)時(40)分

二、上課堂數： 16 堂

三、指導老師：講師：黃千容老師 ， 助教：孫沛玟老師

四、社團學費： 2900 元

五、招生對象： 1 ~ 2 年級生

六、講師或助教簡介:從 3 歲開始接觸直排輪、花式溜冰，爸爸和媽媽都是溜冰教練，參加過無數比賽，目前接手爸爸經營的溜冰隊，經常帶選手們參加比賽，表演活動，希望讓更多小朋友可以接觸好玩的直排輪和並排花式溜冰，體驗滑行的樂趣

七、社團介紹：課程教學會以每位小朋友的程度來分初階與進階課程，讓每位小朋友都可以快樂學習並且真的有學到該有的進度課程

八、課程規劃大綱：

堂次	日期	授課內容
1	09/17 週四社團開課日	第 1 週課程：介 紹 基 本 步 伐 ， 跌 倒 防 護
2	09/24	第 2 週課程：前葫蘆型
3	10/01	第 3 週課程：前進 S 型/ 雙腳蹲溜
4	10/08	第 4 週課程：後退 S 型
5	10/15	第 5 週課程：煞車
6	10/22	第 6 週課程：複習(一)
7	10/29	第 7 週課程：單腳支撐
8	11/05	第 8 週課程：雙腳彈跳
9	11/12	第 9 週課程：半圈跳
10	11/19	第 10 週課程：旋轉
11	11/26	第 11 週課程：弓箭步推刀
12	12/03	第 12 週課程：加速練習
13	12/10	第 13 週課程：剪冰基本動作練習
14	12/17	第 13 週課程；剪冰進階動作練習
15	12/24	第 14 週課程：：接力比賽

16	12/31 週四社團最後日	第 16 週課程：總複習
備註	須自備直排輪或可請教練代購直排輪裝備(3500 元)	

※ 以上課程會依小朋友的學習能力作調整，僅為參考。