

105 年度高雄市自行車推廣種子教師研習計畫

自行車推廣教學種子教師研習

壹、依據：

- 一、教育部體育署臺教體署學(三)字第 1050012791 號函辦理。
- 二、中華民國高級中等學校體育總會高體(四)字第 1050200757 號函辦理
- 三、高市教健字第 10533272400 號辦理。

貳、目的：為提昇學生身心健康，培養學生自行車正確騎乘知能，推廣學生自行車教學與活動，並藉由生活運動休閒參與，進而規劃自行車騎乘活動，體驗台灣風情、鄉土文化。

參、指導補助單位：教育部、高雄市政府教育局

肆、主辦單位：高雄市政府教育局、中華民國高級中等學校體育總會。

伍、承辦單位：高雄市烏松區大華國民小學

陸、協辦單位：大華國小小鐵人隊

柒、研習日期：105 年 10 月 22 日(六)

捌、研習地點：高雄市大華國小 2F 視聽教室(高雄市烏松區大華里大華路 200 號)

玖、研習人員：本市國中、小對自行車推廣有興趣之教師(名額 70 名，額滿為止)

拾、研習內容：如研習課程表

自行車安全騎乘教學種子教師研習課程表

日期	時間	課程	教學重點	講師	備註
10月22日 (星期六)	8:10-8:30	報到			
	8:30-8:50	開幕致詞			教育局長官
	8:50-10:20	單車騎乘與維護技能教育暨運動傷害認識與防護	1.單車的基本分類與選擇 2.安全騎乘注意事項 3.自行車安全檢查與維護 4.騎乘運動傷害防護	黃文賢	高雄市自行車推廣協會第一二屆理事長
	10:30-12:00	單車運動運用於學校活動——以辦理畢業騎乘為例	1.單車運動在學校教學的運用。 2.課程融入及學習評量之要領。 3.如何辦理學生的單車活動	簡仲信	高雄市華山國小校長
	12:00-13:00	午餐			
	13:00-15:30	騎乘技能教育與實習	1.正確騎乘姿勢與操作實習 2.穩定騎乘與安全教育實習 3.騎乘技能檢定方法與實習	謝正寬	KHS 單車學校校長
	15:50-17:30	實際騎乘體驗	澄清湖環湖練習 1.騎乘姿勢 2.變速及操作 3.路況應變	謝正寬 謝志偉	KHS 單車學校校長 大華國小學務主任及 大華小鐵人教練
	17:30	快樂賦歸			

拾壹、報名方式：一律網路報名。自 105 年 8 月 1 日至 8 月 30 日期間，至「全國教師在職進修網」報名。