



## 「107 學年第 1 學期直排輪及攀岩校外教學」實施計畫

### 壹、計畫目的：

為推廣滑輪溜冰及攀岩運動，本處安排直排輪及攀岩校外教學活動，提供學生接觸不同以往體育課嶄新體驗，向下扎根學生對滑輪溜冰及攀岩運動的熱情，培養本市學生發展「運動精神」。

### 貳、主辦單位：臺北市青少年發展處

### 參、實施日期：自 107 年 10 月 30 日至 107 年 11 月 29 日，每周二、四開放體驗

### 肆、實施地點：本處直排輪場及攀岩場

### 伍、服務對象：本市政府教育局所屬公私立各級學校

### 陸、體驗價格：免費

### 柒、報名方式：

- 一、以「班級」為單位填寫申請表，同班級限直排輪、攀岩各體驗一次，一班人數上限為 30 人，以 Email、交換或傳真「核章後申請表」至臺北市青少年發展處場館營運課尤先生彙辦，並請電話聯繫確認。
- 二、本處將進行審核 106 學年度未申請學校優先錄取，活動經報名確認即無法更改課程內容及時間，錄取後將另發函通知。

### 捌、實施內容：體驗課程安排教練指導

體驗名稱	體驗內容	每堂課程時數
直排輪體驗	直排輪站立、跌倒方式、基本行進、葫蘆型前溜、S 型前溜	1.5 HR
攀岩體驗	學習攀岩姿勢、重心轉移(三點不動)、用腳支撐	1.5HR

玖、校外教學時程表：

項目	日期	時段			
直排輪 體驗課程	10/30(二)	13:30-15:00		15:00-16:30	
	11/1(四)	13:30-15:00		15:00-16:30	
	11/6(二)	13:30-15:00		15:00-16:30	
	11/8(四)	13:30-15:00		15:00-16:30	
	11/13(二)	13:30-15:00		15:00-16:30	
	11/15(四)	13:30-15:00		15:00-16:30	
	11/20(二)	09:00-10:30	10:30-12:00	13:30-15:00	15:00-16:30
	11/22(四)	09:00-10:30	10:30-12:00	13:30-15:00	15:00-16:30
	11/27(二)	09:00-10:30	10:30-12:00	13:30-15:00	15:00-16:30
	11/29(四)	09:00-10:30	10:30-12:00	13:30-15:00	15:00-16:30
項目	日期	時段			
攀岩 體驗課程	10/30(二)	09:00-10:30		10:30-12:00	
	11/1(四)	09:00-10:30		10:30-12:00	
	11/6(二)	09:00-10:30		10:30-12:00	
	11/8(四)	09:00-10:30		10:30-12:00	
	11/13(二)	09:00-10:30		10:30-12:00	
	11/15(四)	09:00-10:30		10:30-12:00	

壹拾、預期效益：

本校外教學體驗活動將開放本市政府教育局所屬公私立各級學校以班級為單位報名，透過體驗活動的參與，期加強學生鍛鍊體能及提升心肺功能外，更有助學生訓練專注力、強化協調性、增加自信心及促進團隊合作，落實並推動青少年「運動文化紮根」。

# 臺北市青少年發展處

## 「107 學年第 1 學期直排輪及攀岩校外教學」課程申請表(範例)

申請表請於107年10月24日（星期三）17時前 Email 或傳真至臺北市青少年發展處場館營運課尤先生彙辦，並請電話聯繫確認。

(電話：2351-4078轉1111；Email：mj-willy916@mail.taipei.gov.tw；傳真：2351-7877)

申請學校	台北市中正區青發國民小學			
承辦人	職稱：訓育組長 姓名：劉的華 連絡電話：1234-5678#1234			
參加對象	3 年 2 班 ， 學生共 27 人 (建議以不超過 30 人為原則)			
帶隊教師	姓 名：周小倫 連絡電話：0912-345-678 Email：tfyc.area@gmail.com			
課程報名 <small>請對照開課計劃 填寫正確資訊</small>	攀岩體驗課程		直排輪體驗課程	
	第一順位 時間	11 月 1 日 09 時 00 分	第一順位 時間	11 月 6 日 10 時 30 分
	第二順位 時間	11 月 8 日 10 時 30 分	第二順位 時間	11 月 15 日 13 時 30 分
承辦人	主任		校長	
核章	核章		核章	

※本處將以 106 學年度未申請學校優先錄取。

※本活動全程免費。

※活動經確認報名後，無法更改課程內容及時間，並請如期抵達。