

臺南市 111 年度發展扯鈴運動種子學校研習實施計畫(草案)

一、宗旨：積極發展民俗體育運動，藉由研習活動增進市內教師及學生對扯鈴運動專業技能與興趣，以期提昇本市扯鈴運動之風氣及技術水平。

二、依據：臺南市體育處 111 年 4 月 14 日
南市體處競字第 1110409947 號辦理。

三、指導單位：臺南市政府

四、主辦單位：臺南市政府教育局

五、承辦單位：臺南市六甲區六甲國民小學

六、協辦單位：臺南市體育總會民俗體育委員會、臺南市扯鈴協會

七、研習日期：中華民國 111 年 7 月 26、27、28 日

八、研習地點：臺南市六甲區六甲國民小學

九、實施方式：

(一)本市對扯鈴發展積極參與之學校教師及學生。

(二)每所國小須一位教師搭配四至六位學生為一組報名參加，
每所國小限報一組。

(三)開放全市 20 所國小及主辦單位保留教師 4 人及學生 12 人
參與。共 80 人，額滿為止

(四)研習器材：扯鈴可自備，其餘由主辦單位提供。

(五)報名參加之教師准予登錄 18 小時研習時數，學生頒發結業
證書。

(六)本次為扯鈴運動種子學校研習，建議參與之人員須具一定
程度之教師、學生須有雙鈴以上程度方可報名。

(七)參與研習之教師請准予公(差)假。

十、研習內容：如附件一

十一、報名方式：

(一)教師於臺南市中小學教師學習護照報名。

(二)學生請於下列報名系統報名。

<https://forms.gle/Nzyzj3k2y2WRjngG9>

(三)六甲國小電話：06-6982041、網路電話 205020

或 0921206545 廖仁庸老師

(四)報名日期：至 111 年 7 月 15 日 禮拜五 中午 12:00 截止

(如遇額滿，即提早關閉報名系統。)

十二、參與之學校需參加市府教育局所辦理之

「臺南市 111 年市長盃民俗體育錦標賽」。

十三、附則：

(一)辦理本活動工作人員依「臺南市立高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」敘獎。

(二)本辦法如有未盡事宜得隨時修正公佈之。

附件一

臺南市 111 年度發展扯鈴運動種子學校研習實施計畫

課程表(草案)

日期 時間	7 月 26 日(二)	7 月 27 日(三)	7 月 28 日(四)
8：30 － 9：00	報到、開幕	報到	報到
9：00 － 12：00	扯鈴 比賽規則 及訓練實務講解 講師：另聘	扯鈴動作 與音樂舞蹈結合 及實作與要領 講師：另聘	扯鈴 單鈴、直立鈴、個 人動作分析講解 與實作 講師：另聘
12：00 － 13：00	午餐休息	午餐休息	午餐休息
13：00 － 16：00	扯鈴 雙鈴、雙人指定 動作實作與要領 講師：另聘	扯鈴 三鈴、團體指定 動作實作與要領 講師：另聘	扯鈴動作 與音樂舞蹈結合 及實作與要領 講師：另聘
16：00 － 16：30	快樂回家	快樂回家	綜合座談、閉幕