

## 「教育部體育署 113 學年度民俗體育扎根學校工作坊

### 暨花式跳繩教學增能研習會」 實施計畫

壹、依據教育部體育署113年7月29日臺教體署學（三）字第1130200219號函辦理。

貳、計畫目的：為了提升民俗體育學校教師與民俗體育各界推手之專業能力，爰透過本次研習了解民俗體育之發展、運動防護之應用能力，期望能應用於民俗體育教學，使課程更加多元化，創造更高的教學績效。

參、指導單位：教育部

肆、主辦單位：教育部體育署

伍、承辦單位：國立體育大學

陸、研習日期：113年12月21日（星期六）

柒、研習地點：國立體育大學 科技大樓109教室

捌、參加（邀請）人員：

- 一、教育部體育署113學年度民俗體育扎根學校之教職員。
- 二、有志於民俗體育推展與教育之各級學校教職員、大專校院學生、研究人員。

玖、報名資訊：

一、報名方式：採網路報名。請以google表單填寫相關資料  
（表單網址：<https://forms.gle/Cx8AiYZeTlceTxr26>）。

二、報名時間：自即日起至113年12月8日（星期日）止。為維護研習品質，本研習參加人數上限為50人，額滿為止。

三、報名費用：無需報名費。

壹拾、研習注意事項：

- 一、研習期間，請遵守承辦單位規劃安排，依現場狀況適度調整。
- 二、全程參予研習者，將頒發研習證書。
- 三、各級學校教職員、代理教師、實習教師...等若需教師研習時數，參加研習後可獲得教師進修網研習時數，會後由承辦單位登入。（申請中）



- 四、本研習報名內容經核定後辦理，並提供午膳、研習資料；另交通費用及其他相關費用，請由原服務單位報支或自行支付。
- 五、研習當天如遇天然災害發生，將擇期辦理之。
- 六、為響應環保，請自備水壺（現場有飲水機可使用）。
- 七、將於活動前2日 E-mail 行前通知，屆時請參與者注意電子郵件信箱。
- 八、如有報名問題逕洽行政專員 陳小姐 03-328-3201分機1573，信箱：  
ying1994@ntsu.edu.tw。

壹拾壹、 附件：

- 一、課程表
- 二、交通資訊

# 教育部體育署113學年度民俗體育扎根學校工作坊 | 暨花式跳繩教學增能研習會 | 課程表

SAT  
12.21.2024

## ● 報到&開幕式

08: 30 ~ 09: 00/09: 00~09: 10

## ● 113學年度民俗體育扎根學校政策說明與輔導事項宣導 (國立體育大學/王翔星 教授)

09: 10 ~ 10: 00

## ● 01 花式跳繩教學實用英文 (鄭子翊 講師/林芷妤 助教)

10: 10 ~ 11: 00

## ● 02 跳繩運動常見之運動傷害及防護 (鄭子翊 講師/陳奕豪 助教)

11: 10 ~ 12: 00

## ● ≡ 午休時間 ≡

12: 00 ~ 13: 00



## ● Fancy Rope Skipping Show (民風FCS)

13: 00 ~ 13: 10

## ● 03 跳繩各項目規則介紹與示範 (廖子汶 講師/鄧郁臻 助教)

13: 10 ~ 14: 00

## ● 04 跳繩教學與實作(一) (廖子汶 講師/陳子熙 助教)

14: 10 ~ 15: 00

## ● 05 跳繩教學與實作(二) (廖子汶 講師/林顯樺 助教)

15: 10 ~ 16: 00

## ● 06 花式跳繩與肢體之運用 (廖子汶 講師/陳奕豪 助教)

16: 10 ~ 17: 00

## ● 07 綜合座談會

17: 00~ 17: 30

## 國立體育大學交通資訊

▽國體大位置圖（地址：桃園市龜山區文化一路250號）



▽國體大校園地圖(路邊停車格皆可停)

<https://general.ntsui.edu.tw/>

