

桃園市平鎮區新榮國小 110-2 學年度課後社團課程計劃簡表 (直排輪) 社團

(於校網公告授課教師課程內容)

堂次	授課內容	備註
1	上課安全須知、直排輪裝備介紹、正確的溜冰禮儀	教練可代購裝備, 全套 3700 元
2	安全跌倒、安全剎車	
3	安全跌倒、安全剎車、V 字踏步	
4	初級前溜動作、小 11 滑行、踏步 S 型	
5	前進蹲溜、踏步剎車	
6	大字滑、平行轉彎	
7	原地前葫蘆、碰腳踏步溜	
8	一收二收	
9	滑行前葫蘆、前溜 S 型	
10	連續前葫蘆、單腳直線滑行 3 秒	
11	單腳滑行、後溜、原地後葫蘆	
12	連續後葫蘆、前交叉、後溜 S 型	
13	點單輪練習、後交叉、瑪麗步	
14	總複習	

※ 以上課程會依小朋友的學習能力作調整，僅為參考。

※ 教材費檔案格式請自行運用。