桃園市113年度兒童專注力與情緒管理訓練~獨輪車親子營實施計畫

一、 依據

（一）依據桃園市政府教育局特殊教育科年度重點工作項目

（二）桃園市體育會獨輪車委員會113年度工作計畫

二、目的

利用獨輪車及專注力訓練活動,鍛鍊平衡及神經反射能力,增進體適能與腦部發育,提升注意力及情緒管理能力。

三、辦理單位

1. 主辦單位：桃園市政府教育局
2. 協辦單位：桃園市體育會獨輪車委員會
3. 承辦單位：桃園市桃園區中埔國小

四、參加對象、錄取優先順序及名額

(一)參加對象:

1.診斷為ADHD或具有行為、情緒困擾之國小、國中學生。

2.有過動等類似狀況,但未經醫師診斷之學生。

(二)錄取優先順序

1.第一優先順序：從未學習過獨輪車者最優先錄取。

2.第二優先順序：未參加過本活動者。

3.第三優先順序：以報名之順序錄取。

4.錄取者發給識別證，未錄取者請勿參加。

(三)名額:學生及家長**共30對**為上限,參加學員需由家長負責每日接送。

五、活動時間地點

(一)日期：113年07月01日(一)〜07月05日(五)

上午8：00-12：00。

(二)地點：桃園市桃園區中埔國民小學。

(桃園市桃園區永安路1054號)

六、費用:學員全程免費。

七、師資及工作人員:教練/課程設計：陳冠霖老師、助理教練8人、行政人

員3人，合計12人。

八、報名方式

(一)即日起至113年6月12日(三)中午12:00前，將報名表(如附件一)

傳真至03-3021243中埔國小輔導室邱組長收,傳真完請電

3013028#616，確認傳真是否成功。

(二)依報名先後錄取，額滿為止，錄取名單將於6月17日（一）前公告

在本校網頁「學校公告」系統。(上述時間日期視實際狀況,得由承

辦單位彈性調整。)

(三)為保險參與活動家長及學員之安全，收到錄取通知之後，請家長至

本校簽署保險同意書（保險法規新制），才算正式報名完畢；未完

成保險程序者取消錄取資格，由候補人員遞補。

九、課程內容:如附件二

附件一 桃園市113年度兒童專注力與情緒管理訓練~獨輪車親子營報名表

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 一、基本資料 報名序號（由學校填寫）： | | | | | | |
| 學員  姓名 |  | 出生  年月日 |  | | 身分證字號  （保險用） |  |
| 家長姓名  (陪同者) |  | 出生  年月日 |  | | 身分證字號  （保險用） |  |
| 陪同者與學員關係 |  | 電話  (手機) |  | | Line ID組群組，以便聯繫 |  |
| 地址 |  | | | | | |
| 學生今年6月時就讀學校/年級？（ ）國小/國中/高中（ ）年級  身高：( )公分,體重( )公斤，先預備獨輪車尺寸。 | | | | | | |
| 二、學童是否有特殊行為或須注意的狀況？發生時的處理方式？ | | | | | | |
|  | | | | | | |
| 三、目前是否服用藥物？ | | | | 四、其他事項 | | |
| □否  □是*,*藥物名稱： | | | |  | | |
| 家長簽名： | | | | | | |

注意事項：

1.參加活動者請準備擦汗毛巾及環保杯。

2.訓練時，學員會穿著大會發放的號碼服，方便辨識組別，請學員穿著較透氣涼

爽的運動服，以免太熱。

3.即日起至113.6.12(三)中午12:00前，將報名表傳真至3021243中埔國小輔導室邱組長收,傳真完請電3013028#616，確認傳真是否成功。

附件二

桃園市113年度兒童專注力與情緒管理訓練獨輪車親子營課程表

日期：113年7月1日(一)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間 | 課程內容 | 備註 |
| 08:00-08:30 | 學員報到、來賓簽到 |  |
| 08:30-08:35 | 校長致詞 |  |
| 08:35-08:45 | 長官來賓致詞 |  |
| 08:45-:08:50 | 節目表演：舞獅、獨輪車 |  |
| 08:50-08:55 | 全員合影留念 |  |
| 08:55-09:10 | 教練示範說明練習方法 |  |
| 09:20 | 學員分組、配發獨輪車、貼姓名標籤  前測填寫 |  |
| 09:40 | 暖身運動、分組騎乘練習1 |  |
| 10:20 | 情商小團輔 |  |
| 10:35 | 中場休息、點心時間 |  |
| 10:50 | 握力測驗 |  |
| 11:00 | 分組騎乘練習2 |  |
| 11:40 | 收隊、交流與討論 |  |
| 12:00-12:30 | 場地整理及復原 |  |

桃園市113年度兒童專注力與情緒管理訓練獨輪車親子營課程表

日期：113年7月2日（二）~7月4日(四)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時 間 | 課 程 內 容 | 備註 |
| 08:00 | 學員簽到 |  |
| 08:15 | 暖身運動 |  |
| 08:30 | 分組騎乘練習1 |  |
| 09:10 | 休息、靜坐訓練 | 7/3(三)9:00-11:00家長講座 |
| 09:20 | 分組騎乘練習2 |  |
| 10:10 | 休息、點心時間 |  |
| 10:30 | 注意力小遊戲 |  |
| 10:50 | 分組騎乘練習3 |  |
| 11:40 | 收隊、交流、提問 |  |
| 12:00-12:40 | 場地整理及復原 |  |

日期：113年7月5日（五）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 時間 | 課程內容 | | 備註 |
| 08:00 | 學員至各組報到、暖身運動 |  | |
| 08:15 | 暖身運動 |  | |
| 08:30 | 分組騎乘練習1 |  | |
| 09:10 | 休息、靜坐訓練 |  | |
| 09:30 | 分組騎乘練習2 |  | |
| 10:00 | 休息、點心時間 |  | |
| 10:20 | 結業考試、家長填寫後測 |  | |
| 11:00 | 結業式 |  | |
| 12:00 | 珍重再見 |  | |
| 12:00-12:40 | 場地整理及恢復 |  | |