

臺中市114年國民小學自行車推廣活動「親子假日體驗營」活動實施計畫

一、依據：臺中市政府教育局114.08.12中市教體字第1140075071號函辦理。

二、目的：

- (一)藉由體驗活動培植學童具有健康體魄，提升學童健康與體育正確素養及態度。
- (二)以健康、正確、安全騎乘及節約能源、維護環保概念，指導學童準確騎乘與維護自行車之技能。
- (三)藉由體驗活動，培養學童享受騎車樂趣與運動習慣。
- (四)藉由親子陪伴、親子交流體驗活動，讓學童喜愛接觸大自然，進而紓解壓力，增進身心健康。

三、辦理單位：

- (一)主辦單位：臺中市政府教育局體育保健科
- (二)承辦單位：臺中市東勢區東勢國民小學

四、參加對象：臺中市國小中、高年級學生及家長

五、活動相關內容如下：

- (一)時間：114年12月13日(星期六)08：30~16：30。
- (二)地點：臺中市東勢區東勢國民小學集合、東豐綠色走廊自行車道。
- (三)人數：70人(寄mail至strong@tses.tc.edu.tw額滿為止)。

六、活動課程：如附表1。

- (一)正確騎乘及運動傷害防護、安全注意事項說明。
- (二)自行車騎乘-東勢國小-東勢客家文化園區-東豐鐵橋-石岡旅客服務中心-石岡壩大甲溪水資源館-回程東勢，來回約20公里以內。
- (三)藝術教學與客家風居家面紙盒DIY製作。

七、報名方式：

- (一)請填具報名表(如附表2)寄mail至strong@tses.tc.edu.tw依 mail收件序錄取。
- (二)報名截止日：即日起至114年11月13日(四)下午4時止，額滿立即截止。
- (三)錄取公告：114年11月14日(五)中午12時前公告於臺中市教育局及本校網頁公布欄。

八、經費：本經費由教育局全額補助。

九、預期效益：

- (一)學童能具備正確之健康與體育之素養及態度，並能鍛鍊健康體魄。
- (二)學童能具備正確安全騎乘及維護自行車之技能，落實節約能源減碳、環保概念。
- (三)學童能具備親子溝通、交流之表達能力並喜愛大自然。

十、注意事項：

- (一)活動請自備安全帽並著自行車服裝或輕便休閒服裝及球鞋和野餐墊，並攜帶健保卡、手套、風雨衣及防曬用品，自行車由主辦單位提供。
- (二)國小以下學童，請由父母或親友陪同參加。

十一、本計畫函報教育局核備後實施，修正時亦同。

【附表1】

臺中市114年國民小學「自行車推廣活動-親子假日體驗營」活動課程表

114 年 12 月 13 日（星期六）				
時 間	課 程 內 容	地 點	主持人/講師	備 註
08:30~09:00	報到	東勢國小	東勢國小團隊	
09:00~9:50	正確騎乘及運動傷害防護、安全注意事項說明	C棟二樓大辦公室	吳沂芝老師	內聘 另含助教一名
09:50~10:10	分配自行車及行前注意事項說明	東豐綠廊-東勢客家文化園區	教育局及東勢國小團隊	
10:10~12:30	《東勢綠廊鄉土與生態導覽》-東勢-石岡-東勢	東豐綠廊	東勢國小團隊 黃尚譽老師	內聘 另含助教一名
12:30~13:30	午餐	C棟二樓大辦公室	東勢國小團隊	
13:30~14:20	客家風藝術教學	C棟二樓大辦公室	客家風藝術家 顏秀娟	外聘 另含助教一名
14:30~16:00	客家風居家面紙盒DIY	C棟二樓大辦公室	客家風藝術家 顏秀娟	外聘 另含助教一名
16:00~16:30	作品分享 ~賦歸		東勢國小團隊	

【附表2】

臺中市114年國民小學「自行車推廣活動-親子假日體驗營」活動報名表

姓 名	出生年月日	就讀學校 (成人免填)	身分證字號	連絡手機 (學生則填寫 陪同成人手機)	葷 食	素 食

備註：

- 參加對象：臺中市國小中、高年級學生及家長，國小以下學童須有成人(18歲以上)陪同才可報名參加。名額有限，每戶限報4人。
- 午餐葷或素食請務必勾選。
- 報名請mail至strong@tses.tc.edu.tw
報名後24小時，若沒收到回覆信件，請上班時間聯繫04-25873442-113劉老師
- 以mail報名時間序錄取，正取70名、備取10名，錄取名單11/14(五)12:00前公告於網站公布欄：
<http://www.tc.edu.tw>
<http://tses.tc.edu.tw>
- 可租用自行車種類及適用身高(供參考)如下：
20吋：110公分~135公分，單人使用。
24吋：130公分~155公分，單人使用。
26吋：150公分以上，單人使用。
靠背不同步協力車：1名成人攜帶1名學生。
- 現場依個別需求向店家選擇租用(費用由主辦單位支付)。