

臺北市 108 年國民小學啦啦彩球舞體驗營 實施辦法

- 一、宗旨：加強國小教師對啦啦彩球舞之認知、提昇國小啦啦彩球舞運動風氣。
 - 二、指導單位：臺北市政府教育局、臺北市政府體育局
 - 三、主辦單位：臺北市體育總會、臺北市體育總會啦啦隊協會
 - 四、協辦單位：中華民國台灣競技啦啦隊協會、北投運動中心、北投區體育會
中華天使兒童村協會、汪志冰議員服務處
 - 五、贊助單位：北投運動中心、
 - 六、研習日期：108 年 6 月 29 日(星期六)上午 8 點 30 分~下午 4 點 30 分
 - 七、研習地點：北投運動中心，電話 (02) 2820-2880
112 台北市北投區石牌路一段 39 巷 100 號
 - 八、報到：上午 8 點 00 分於北投運動中心，2 樓報到
 - 九、參加對象：
 - (一)台北市國民小學教師。(發給研習證書時數 8 小時)
 - (二)台北市國民小學 3-6 年級學童與家長。(此項活動毋需任何相關基礎及經驗)
 - (三)特別加開**幼幼班**-北市國小 2 年級~大班之學童。
 - 十、課程內容：
 - (一)啦啦彩球舞基本動作、基本技術與操練。
 - (二)啦啦彩球舞之編排。
 - (三)成果驗收
 - 十一、講師陣容：『中華民國台灣競技啦啦隊協會』啦啦舞教練群。
 - 十二、參加人數：名額限 300 人，配合場地與實際教學需求額滿為限。
 - 十三、參加辦法：
 - (一)歡迎以**學校**為單位組隊報名(每隊至少 6 人為佳)，以便搭配啦啦彩球舞之演練。
 - (二)個人報名者由 CTCA(競技啦啦隊協會)教練編組。
 - (三)填妥報名表以傳真 02-2723-8163 報名，並請來電再行確認。
 - 十四、報名日期：即日起至民國 108 年 6 月 12 日(星期三)截止
 - 十五、報名費：免費。
- 聯絡處：台北市信義區仁愛路四段 507 號 511 室
電話：2723-8161~2 傳真：2723-8163
聯絡人：陳佩玉/謝秀鈴 E-mail:tcc9105@tcc.gov.tw
- 十七、附則
 - (一)研習當天學員午餐由主辦單位免費提供。(歡迎家長同樂午餐可代為訂購)
 - (二)保險由主辦單位統一免費投保。
 - (三)體驗營全程參加之學員，由主辦單位發給結業證書。
 - (四)主辦單位因氣候等因素，有權更改活動日期、時間。

- ☆口號：基本技術/手臂動作(arm motion)。
- ☆舞蹈：2019 最新彩球舞蹈動作。
- ☆旋轉：轉圈訓練、其他旋轉介紹。
- ☆踢腿：分腿訓練、踢腿訓練、其他踢腿介紹。
- ☆跳躍：跨跳訓練、跳躍訓練、其他跳躍介紹。
- ☆騰翻：體操練習法及實地演練（體操：前滾翻、下腰）。
- ☆編排：指導各校編排及表演。

★研習會活動★

- ☆各項展演之觀摩
- ☆每日最佳精神獎
- ☆明日之星甄選
- ☆成果發表：研習課程總檢，學習效果驗收與評價。

臺北市 108 年國民小學啦啦彩球舞體驗營課程表

研習日期 時 間	6 月 29 日（星期六）	授課教師
08：30--08：50	報到始業式	
08：50--09：40	口號/手臂動作	
09：40--10：30	彩球舞蹈（一）（二）	
10：30--11：20	基本技術：旋轉/騰翻教學	
11：20--12：10	彩球舞蹈（三）（四）	
12：10--13：10	午休	
13：10--14：00	基本技術：踢腿/跳躍教學	
14：00--14：50	分組演練	
14：50--15：40	分組觀摩表演	
15：40--16：30	結業式	
備註	請穿著運動服裝及運動鞋	