

基隆市建德國民小學 113 學年度課後才藝社團課程介紹

課後才藝社團名稱	扯鈴文化國際傳承（雙語班） 初進階 INTERNATIONAL DIABOLO CULTURE HERITAGE
上課時間	每週六 12:30 - 14:30
本學期教學目標	培養孩子成為扯鈴文化外交大使
招生年級	初階&進階分組教學，進階要求通過基礎 10 招檢定者
招生人數上限	基於場地安全考量，最多 12 人
鐘點費(學校填寫)	
加收材料費(上課第一天交給教練)	扯鈴教具： <u>新台幣\$2000</u>
材料費購買項目(■可以不買 □一定要買)	*可由同學自行準備安全扯鈴，建議使用臺灣製
授課老師姓名	陳怡玟

課程規劃表

週數	課程內容	週數	課程內容
1	扯鈴文化介紹 教練招式示範 初階招式複習（共 14 招）	8	檢測招式複習（共 10 招） 初階…繞腳 10 下挑戰 進階…繞腳 30 下挑戰
2	上下運鈴 30 下 一柱擎天 3 秒 金手指 3 秒 左轉 360 度調鈴	9	圓周運鈴 5 圈挑戰 旋轉蜘蛛 3 圈 並肩作戰 3 圈 拋鈴三兄弟（拋打、拋轉、拋跳）
3	上下運鈴 30 下 金蟬脫殼 關渡大橋 右轉 360 度調鈴	10	晉級檢定測驗
4	上下運鈴轉身 1 圈 小輪迴 鐘擺 1 圈 繞腳 15 下	11	成果展招式編排與練習 （搭配音樂與節奏）
5	招式複習（共 6 招） 鳳陽花鼓 6 下 姿勢調整 雙人互拋鈴	12	成果展招式編排與練習 成果展隊形安排 （進退場位置確認）
6	圓周運鈴 3 圈 二仙傳道 6 下 繞手 10 下挑戰 繞腳 30 下挑戰	13	展現學期學習成果 表演名稱：「精鈴」 成果展
7	上下運鈴轉身 2 圈 鐘擺漩渦 2 次 蜘蛛結網	14	學期學習檢討

註：教練會根據每位同學個別學習狀況，輔以加快或放慢教學速度，請孩子開心學習即可！

基隆市建德國小 113 學年度第二學期才藝社團**教師(教練)甄選報名表** 113 年 12 月 06 日

課程名稱	扯鈴文化國際傳承（雙語班）高階 INTERNATIONAL DIABOLO CULTURE HERITAGE				報名類別		<input type="checkbox"/> 學藝性 <input type="checkbox"/> 才藝性 <input checked="" type="checkbox"/> 體育性 <input type="checkbox"/> 其他_____							
姓名	陳怡玳	出生	76 年 08 月 22 日	身分證號	C	2	2	1	1	1	3	7	1	2
通訊住址	20247 基隆市中正區和平島平一路 19 號				LINE ID	iamlifedesigner								
電子信箱	power822ya@hotmail.com				手機	0972-165-648								
學歷	畢業學校科系	(1) 國立臺灣大學土木工程研究所			(2)									
轉帳帳戶	愛三路郵局 帳號: 0011002-1403953				是否需辦理勞保? 是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/> 是否需辦理健保? 是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>									
經歷	2023 基隆市政府青年事務委員 2021 年美國國務院 AWE 計畫培訓結業 2019 擔任金竹獎（中國·常熟）國際扯鈴邀請賽裁判 2009-2017 行政院僑務委員會海外華僑(裔)青少年文化夏令營教師（巡迴美國與加拿大） 2007 宋慶齡基金會出訪演出 - 北京、安徽 2002 中華民國青少年民俗運動訪問團出訪演出 - Corpus Christi, Texas 2000 獲選中華民國青少年民俗運動訪問團				現職	是否為公務員? 是 <input type="checkbox"/> 否 <input checked="" type="checkbox"/>								
					曾經在本校社團服務 (4.5) 年									
上課日期	<input type="checkbox"/> 星期一 <input type="checkbox"/> 星期二 <input type="checkbox"/> 星期三 <input type="checkbox"/> 星期四 <input type="checkbox"/> 星期五 <input checked="" type="checkbox"/> 星期六 <input type="checkbox"/> 星期日 10:30~12:30 共 3 節 (每 40 分鐘算一節課，不含下課時間)				招生對象 (需上過進階班或是通過扯鈴進階 20 招檢定者)			<input checked="" type="checkbox"/> 一年級 <input checked="" type="checkbox"/> 二年級 <input checked="" type="checkbox"/> 三年級 <input checked="" type="checkbox"/> 四年級 <input checked="" type="checkbox"/> 五年級 <input checked="" type="checkbox"/> 六年級						
每生收取材料項目及費用	扯鈴教具：新台幣\$2000 (含高倍速安全扯鈴一顆，碳纖維棍一副，備用鈴繩兩條及運費) *可由同學自行準備安全扯鈴，建議使用臺灣製 (不包含鐘點費)				預計招收人數			最多 12 人						
								最少 6 人						
<input checked="" type="checkbox"/> 萬一疫情停課可以線上授課（但請學生勿私自錄影，謝謝） <input checked="" type="checkbox"/> 同意期末辦理成果展（ <input checked="" type="checkbox"/> 動態 <input type="checkbox"/> 靜態） <input checked="" type="checkbox"/> 同意課程期間管理學生秩序，並維護教室清潔														

*開設目的：扯鈴是極受歐美歡迎的臺灣文化之一，盼透過雙語指導，讓孩子能表演也能與外國人交流！

基隆市建德國民小學 113 學年度課後才藝社團課程介紹

課後才藝社團名稱	扯鈴文化國際傳承（雙語班） 高階 INTERNATIONAL DIABOLO CULTURE HERITAGE
上課時間	每週六 10:30 - 12:30
本學期教學目標	培養孩子成為扯鈴文化外交大使
招生年級	需上過進階班或是通過扯鈴進階 20 招檢定者
招生人數上限	基於場地安全考量，最多 12 人
鐘點費(學校填寫)	
加收材料費(上課第一天交給教練)	扯鈴教具： <u>新台幣\$2000</u>
材料費購買項目(■可以不買 □一定要買)	*可由同學自行準備安全扯鈴，建議使用臺灣製
授課老師姓名	陳怡玢

課程規劃表

週數	課程內容	週數	課程內容
1	扯鈴文化介紹 教練招式示範 進階招式複習（共 25 招）	8	檢測招式複習（共 10 招） 繞腳 100 下挑戰 自起雙鈴運鈴-炸彈開花
2	圓周運鈴 4 圈 二仙傳道 6 下 紡棉花 3 下 雙人雙鈴運鈴 3 下	9	直立鈴-同心圓 翻山越嶺 6 下 魚躍龍門 4 下 自起雙鈴運鈴+上下運鈴 3 下
3	上下運鈴轉身 1 圈 紡棉花 6 下 願者上鈎 雙人雙鈴運鈴 10 下	10	直立運鈴 16 下挑戰 直立鈴-棒棒糖 晉級檢定測驗
4	上下運鈴 30 下（含轉身 2 圈） 圓周運鈴 8 圈 放單手 後風車 1 次	11	上下運鈴&圓周運鈴姿勢調整 成果展招式編排與練習 （搭配音樂與節奏）
5	招式複習（共 4 招） 直立運鈴 4 下 後風車 2 次 自起雙鈴運鈴 3 下	12	成果展招式編排與練習 成果展隊形安排 （進退場位置確認）
6	圓周運鈴 8 圈 直立運鈴 8 下挑戰 放雙手 翻山越嶺 3 下 自起雙鈴運鈴 8 下	13	展現學期學習成果 表演名稱：「鈴與無限大」 成果展
7	上下運鈴轉身 2 圈 繞雙手 3 下 反繞腳 5 下 自起雙鈴運鈴 15 下	14	學期學習檢討

註：教練會根據每位同學個別學習狀況，輔以加快或放慢教學速度，請孩子開心學習即可！