

南屯國小 115 年度寒假育樂營開課計畫

一、課程名稱：扯鈴

二、招生對象：二～六年級

三、課程簡介：透過認識扯鈴，培養學生對傳統民俗技藝的興趣，並在基本技巧中訓練手眼協調與動作思考能力，循序漸進建立自信與成就感，從鈴開始展開創意與專注力的養成。

四、課程內容與計畫：

序號	日 期	課程名稱	課程內容說明
1	1/26	初學者:認識扯鈴 舊生:依照程度給予新的技術指導	扯鈴的種類介紹，基本對扯鈴的認識以及起鈴技巧 舊生:依照程度個別新的技術指導
2	1/27	運轉扯鈴	起鈴、扯鈴 10 秒、身體對齊扯鈴、前後調鈴及開關線等技巧 舊生:依照程度個別新的技術指導
3	1/28	纏繞的世界	猴子翻跟斗、金蟬脫殼、小衛魔術 舊生:依照程度個別新的技術指導
4	1/29	甩動精靈	左右觀星、左甩鈴、右甩鈴、直升機 舊生:依照程度個別新的技術指導
5	1/30	讓鈴飛高高	拋鈴，拋接技巧的要領 舊生:依照程度個別新的技術指導

五、材料費概算：

項 目	每位學生材料費用	備 註
扯鈴	550~950	