

107年度高雄市親子假日自行車體驗營實施計畫

一、依據：

- (一) 教育部體育署「107年度國民中小學自行車推廣活動實施計畫」。
- (二) 高雄市政府教育局107年5月28日高市教健字第10733382900號函。

二、目的：

- (一) 培養本市學生、民眾騎車樂趣與運動習慣，並促進家庭間親子交流。
- (二) 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) 以健康、安全騎乘及結合環境教育，指導學童遵守交通安全與正確騎乘與維護自行車之技能。
- (四) 透過本市自行車道、結合壽山國小校本課程「走讀高雄」的活動，騎自行車來一趟南高雄文化之旅，經由導覽解說的方式，瞭解南高雄的歷史人文脈絡。

三、辦理單位：

- (一) 主辦單位：教育部體育署、高雄市政府教育局、中華民國高級中等學校體育總會
- (二) 承辦單位：高雄市鼓山區壽山國民小學
- (三) 協辦單位：高雄市政府警察局、高雄市自行車運動推廣協會

四、參加對象：

高雄市國小高年級學生及其家長，名額80人(學生40人及其家長40人)，額滿為止。

五、活動相關內容：

- (一) 日期及時間：107年11月3日(六)，上午8時至下午16時。
- (二) 集合地點：高雄市鼓山區壽山國民小學(高雄市鼓山區鼓山二路)。
- (三) 騎乘路線及距離(暫定)：壽山國小→北斗街→建國路→大公路→中正路→成功路→三多路→衛武營(8.3K)→三多路→成功路→市立圖書館(停車、午餐)(13K)→高雄展覽館→海邊路→苓雅寮鐵橋→真愛碼頭→海邊路→五福四路→公園二路→駁二特區→七賢三路→臨海新路→鼓山一路→濱海一路→海之冰→鼓波街→臨海二路→臨海一路→鼓山一路→鼓山二路→壽山國小(20K)。
- (四) 課程內容：三場教育講座與三場騎乘課程，如附表一。

六、報名方式：

- (一) 報名資格：本市國小高年級學生務必由學生父母或已成年家屬壹名一同報名，否則不予錄取。活動當天，學生若沒有家長陪同，恕不得參與本活動。

- (二) 報名網站：請至壽山國小網站<http://www.ssps.kh.edu.tw>網路報名，詳細填寫個人資料以便辦理保險，承辦單位依報名時間次序優先錄取。
- (三) 網路報名時間：自107年9月26日(星期三)上午08：20起至106年10月1日(星期一)中午12：00止，報名前請務必考量學生與家長體力能否負荷騎乘自行車20公里。
- (四) 錄取名單：於107年10月3日(星期三)中午12：00公布正取、備取名單於壽山國小網站首頁<http://www.ssps.kh.edu.tw>，請自行參閱，不另行通知。
- (五) 報名聯絡人：壽山國小學輔處 07-5514393#210何宗晏主任。

七、注意事項：

- (一) 服裝及車輛：請自行準備自行車，或使用由承辦單位提供之自行車，請戴安全帽，穿著輕便服裝，攜帶健保卡(備用)、身分證(免費參觀古蹟)、水壺、手套、輕便雨衣及防曬等用品。
- (二) 本活動免費參加，有供應午餐，往來壽山國小的交通請自理。

八、經費：本活動經費由教育部體育署補助。

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、環保概念。
- (三) 學童能具備親子溝通、交流之表達能力，並培養愛護歷史古蹟之態度。

十、獎勵：

- (一) 全程參加活動者，頒發完騎證書。
- (二) 承辦本活動之學校工作人員依「公立高級中等以下學校教師成績考核辦法」及「高雄市立各級學校及幼兒園教職員工獎懲標準補充規定」辦理敘獎。

十一、計畫核定：計畫函報體育署核備後實施，修正時亦同。

附表一

高雄市107年國民小學自行車推廣活動親子假日體驗營活動課程表

時 間	課 程	內 容	備註
08：00-08：10	報到	高雄市壽山國小	
08：10-09：00	教育講座一： 自行車騎乘安全防範	1.始業式、人員分組與行程介紹 2.認識自行車騎乘安全、防範騎乘運動傷害	高雄自行車運動推廣協會
09：00-09：10	熱身、取車	暖身操	
09：10-10：00	騎乘課程一： 壽山國小→衛武營	騎自行車到「衛武營」	約8.3km
10：00-10：40	休息	參觀「衛武營」公園	
10：40-11：10	騎乘課程二： 衛武營→市立圖書館	騎到「市立圖書館」停車	約4.7k
11：10-12：10	教育講座二： 市立圖書館介紹	介紹「市立圖書館」	高雄自行車運動推廣協會
12：10-13：20	午休、自由活動	午餐 自由參觀「市立圖書館」等	
13：30-14：30	騎乘課程三： 市立圖書館→壽山國小	騎自行車回「壽山國小」集合	約7k
14：30-15：30	教育講座三： 自行車騎乘檢查維護	1.頒發完騎證書、填寫問卷 2.認識自行車基本構造檢查與維護	高雄自行車運動推廣協會
15：30-16：00	結業式	收回問卷、意見交流、場地清潔、整理復原	