

活動成果報告表

活動名稱	高雄市 107 年扯鈴級段檢定(段位)推廣研習會		
指導單位	高雄市政府教育局	主辦單位	高雄市扯鈴協會 高雄市楠梓國小
協辦單位	高雄市政府運動發展局	承辦單位	高雄市扯鈴協會
活動時間	107 年 9 月 30 日	活動地點	高雄市立圖書館楠仔坑分館三樓
參加對象	1. 有本會扯鈴級段檢定『特別檢定證』資格者。 2. 具有縣市 C 級或全國性 B 級和 A 級扯鈴裁判、教練之資格者。 3. 本市或他縣市中、小學教師，有意願擔任扯鈴教練或教學工作者學。	參加人數	研習學員 12 位、會務人員 7 位
活動內容	一、上午 8：00 會務人員已在楠仔坑圖書館三樓會場準備迎接來自本市和台南的研習人員，共有 12 人完成報到。 二、上午 8：30 由理事長蔡進元主持開訓典禮，名譽會長呂正鐘、常務監事陳素粉蒞臨致詞勉勵，並介紹級段檢定主任委員蔡景昌和五位講座。 三、上午 9：10～12：00 扯鈴級段檢定制度推展願景及扯鈴段位介紹和說明，由余俗慧講師授課，讓大家認識扯鈴級段檢定制度的願景和實施步驟以及面臨瓶頸的解決辦法，她以新觀念結合在大陸地區推展之經驗分享大家，內容務實，並請大家提問討論，到了 12 點結束上午課程。並享用大會準備的午餐便當。 四、下午 1：10～3：00 請李佩玲講師、錢靜怡講師利用投影說明和示範一～三段動作檢測標準和動作，示範影片準備完整，且研習學員都曾參加級位檢定研習，已有概念，所以很快將段一式至段三式單人、雙人、連續動作和自編動作演練完畢。 五、下午 3：10～4：00 由蔡淑芬講師、朱紀宣講師繼續以投影說明和示範四～六段動作檢測標準和動作，並請學員實務演練。 六、下午 4：10 由常務監事陳素粉主持筆試測驗，共有題目 14 道題，有選擇和填充題，接著是實作測驗，12 人全部通過。最後透過綜合座談大家都有共識並期待未來的推展使扯鈴級段檢定進入一體化和專業化。 七、下午 4：20 成果展示，由學員一起操作 CAM 連續式段一式動作，動作整齊，令人稱讚；接著由理事長主持閉幕典禮並請名譽會長致詞勉勵，並逐一頒發結業證書和拍照，下午 4：50 研習活動圓滿結束，清理會場後才離開。		
優點	一、楠仔坑圖書館設備甚好，研習人員滿意，現場工作人員盡心負責獲得好評，非常感謝楠梓國小免費提供這麼優質場地。 二、研習會聘請講師余俗慧、李佩玲、錢靜怡、蔡淑芬、朱紀宣五位皆是本會級段檢定制度之核心教練，有實際參與的經驗，熟悉規則，教學用心。 三、研習從報名到結業都公布於本會網站，方便大家點閱和瞭解。 四、本會在今年十一月底辦理秋季扯鈴級段檢定大會，提供給本次研習人員參與實習的歷練，通過後授予正式段位證明，落實研習、實習一貫化。		
缺點	這是本會第一次辦理扯鈴(段位)檢定推廣研習會，重點在培訓檢定人員，未來扯鈴運動朝向制度化，這是趨勢，但參加人數不多，甚為可惜！		
改進與建議事項	1、本市各校可鼓勵教師參加類似研習活動，以為學校推展扯鈴運動的種子。 2、本會長久以來推展本市扯鈴運動，感謝指導和協辦單位的肯定和重視。		

填表人：

總幹事：

理事長：

高雄市 107 年扯鈴級段檢定(段位)推廣研習會活動照片

照片
輯要



理事長蔡進元主持開幕典禮



常務監事陳素粉致詞



研習會參與人員合照



扯鈴級段檢定制度推展願景



段位單人動作示範和說明



段位雙人動作示範和說明



段位 CAM 連續式動作演練



研習成果展示



筆試測驗



頒發結業證書