

桃園市中壢區中原國小 109 學年度上學期【直排輪】社團課程設計表

堂次	教學內容	備註
1	裝備講解、基本站立	
2	基本 V 字滑行、基本煞車	
3	A 字轉彎壓刃	
4	A 字倒退滑行、倒退 S 型	
5	前後葫蘆型、A 字煞車	
6	單腳白鷺鷥滑行	
7	半圓推刀轉彎	
8	八字推刀轉彎、固定式剪冰	
9	剪冰轉彎	
10	總複習	

桃園市中壢區中原國小 109 學年度下學期【直排輪】社團課程設計表

堂次	教學內容	備註
1	裝備講解、基本站立	
2	基本 V 字滑行、基本煞車	
3	A 字轉彎壓刃	
4	A 字倒退滑行、倒退 S 型	
5	前後葫蘆型、A 字煞車	
6	單腳白鷺鷥滑行	
7	半圓推刃轉彎	
8	八字推刃轉彎、固定式剪冰	
9	剪冰轉彎	
10	總複習	

