

**113 年度教育部委託臺北市立大學
辦理大專校院特殊教育專責單位輔導人員進階研習
「愛運動動無礙—超慢跑體適能教室」實施計畫**

壹、依據：112 年 12 月 26 日臺教學（四）字第 1122806564D 號函及 113 年度新北鑑輔分組推動特殊教育工作計辦理。

貳、目的：增進大專校院資源教室輔導人員對適應體育的認識，也讓各大專校院資源教師能了解相關的運動與策略，並能運用於校園之中。透過理論與實務的結合，提升各教師於實務現場改善學生輔導之成效。

參、辦理單位：

一、主辦單位：教育部（學生事務及特殊教育司）

二、承辦單位：臺北市立大學特殊教育中心

肆、時間、地點及參加對象

一、時間：113 年 7 月 17 日（星期三）10:00~17:40

二、地點：臺北市立大學勤樸樓 1 樓 C115 教室（臺北市中正區愛國西路 1 號）。

伍、對象：由新北市大專校院特殊教育輔導人員優先錄取，報名未滿名額開放跨區報名，依先後次序錄取，合計 25 人。

陸、研習內容：如課程表

柒、報名方式：

一、請於 113 年 7 月 5 日（星期五）前至全國特殊教育資訊網 <https://special.moe.gov.tw/>，點選「研習報名→大專特教研習」報名，錄取名單將於 7 月 8 前公告於全國特殊教育資訊網，請上網確認錄取名單。

二、報名經審核錄取後，因故無法參加時請於 3 天前電：02-2311-3040*4133 辦理請假。

捌、注意事項：

一、參加人員請由所屬單位給予公（差）假，差旅費由原單位依規定支給。

二、為尊重講師，請準時入場，研習開始逾 20 分鐘後恕不予入場。

三、本研習須上午簽到及下午簽退，全程參與並簽到、退者核發研習時數合計 6 小時，請於研習結束 15 日內至教育部全國特殊教育資訊網檢閱時數。

四、參加本主題（全天）研習者，本校備有午餐，請研習人員自備環保杯、環保筷。

五、本校無法提供停車位，停車問題請學員自行處理。

六、考量因突發狀況導致研習需臨時變動，請學員們於活動前一天務必收 E-mail（您留於全特網之 E-mail）或至全特網原報名介面/緊急公告/詳閱，以了解研習變動相關最新訊息，如有未盡事宜，得隨時補充修正之。

七、為避免流行性疾病傳播，請事先上網確認是否錄取，並於研習當日提早 20 分鐘並自行決定是否攜帶口罩與會。如有發燒、不適或有疑慮之相關身心狀況，本中心保有當場錄取與否權力，並請配合返家休息。

玖、講師簡介

徐棟英老師

現職：徐棟英老師節拍超慢跑學堂負責人

學歷：政戰學校體育系

臺北市立體育學院運動科學研究所碩士

專長：體適能實務與設計、運動傷害急救處理、蛙泳教學

經歷：

- 1.國防大學體育教官 84-98 年
- 2.民國 92-96 年連續五年訓練軍校畢業生體能測驗獲得第一名。
- 3.文山運動中心銀髮體適能教師 104-108 年
- 4.文山區明興里銀髮體適能教師 103-108 年
- 5.台北市文山區體育會副總幹事
- 6.國防部特聘體適能講座 100-108 年
- 7.國安局特聘體適能講座 101-108 年
- 8.壠新醫院邀請體適能講座
- 9.桃園機場公司-開設【上班族徒手體適能課程】
- 10.Traveler 公司-開設【上班族徒手體適能課程】
- 11.北市政府警察局單位邀請體適能講座
- 12.台中廣三 SOGO 邀請體適能講座
- 13.台糖公司邀請體適能講座
- 14.嘉義市政府社會處長青科邀請體適能講座
- 15.獲邀 News98 陳鳳馨財經起床號分享【超慢跑】要領與好處。
- 16.獲邀 TVBS 健康 2.0 節目分享【超慢跑】要領與好處。

壹拾、課程表

時間	主題
10：30~11：00	報到/簽到/領取講義
11：00~12：30	徒手核心肌力訓練課程設計
12：30~13：00	午餐
13：00~14：30	節拍超慢跑課程活動設計
14：30~14：40	休息
14：40~16：10	綜合練習
16：10~16：20	休息
16：20~17：40	Q&A/賦歸/簽退/繳回饋單

壹拾壹、交通位置圖

臺北市立大學地址：10048 臺北市中正區愛國西路 1 號



捷運站：中正紀念堂站 7 號出口 / 小南門站 4 號出口

公車站 1：(臺北市立大學站) 252、662、644

公車站 2：(一女中站)

2-1 262、3、0 東

2-2 臺北客運、15 路樹林、指南 3、聯營 270、235、662、663

2-3 聯營 204、241、243、244、236、251、644、706、235、532、630

公車站 3：(市立大學附小站)204、235、630、644、532、706、662、663、241、243、

244、5、236、251

