臺北市114學年度第2學期獨輪童行・交安同行
獨輪車實施計畫暨兒童專注力與情緒管理訓練

壹、計畫目的：

一、利用獨輪車訓練活動(見附註1&2)，鍛鍊平衡及神經反射能力，增進體適能與腦部發育，提升注意力及情緒管理能力。

二、學生在獨輪車訓練過程中，瞭解遵守交通安全的重要，

貳、指導單位：臺北市政府教育局

參、主辦單位：臺北市士林區社子國民小學、臺北市教育關懷協會

肆、參加對象與名額

一、就讀臺北市國小2年級至6年級並經確定診斷為 ADHD 或具有行為、情緒困擾之學生共15人。

二、錄取優先順序如下：

（一）經醫師確定診斷為 ADHD（請檢附醫師證明文件影本）

（二）經本市鑑輔會鑑定為情緒障礙學生（請檢附鑑定證明影本）

（三）具有行為、情緒困擾之學生(須有教師文字敘述證明)。

（四）如學生報名條件相同，則依表單填寫寄出時間的先後順序錄取。

三、參加學生需由家長負責接送上下課。

伍、活動時間：115年3月21日~115年6月27日每周六下午1:00~4:30
（4月4日停課一次）

陸、活動地點：臺北市士林區社子國民小學
（臺北市士林區延平北路六段308號）

柒、課程費用：全額免費

捌、師資：

一、教練及課程設計：林磊鑫老師

二、助教：若干人

玖、報名方式及規定

一、報名期間：115年3月9日(星期一)開始至115年3月13日(星期五)為止。(請勿早於3/9報名)

二、請有意願參加之家長填妥報名表連同證明文件並送交子女就讀學校之輔導處核章。

三、報名方式:請填寫 Google 報名表單，表單連結如下:
(https://reurl.cc/R9ZYox)　QR Code 如右:
將學校核章後之報名表及證明文件以掃描或是拍照方式在表單中上傳，報名表檔案名稱統一格式如下:(校名)(學生姓名)獨輪車報名表；證明文件檔案名稱統一格式如下(校名)(學生姓名)診斷證

明。名額有限額滿為止，錄取名單將於115年3月17日(星期二)16:00前公告於社子國小網站。

四、錄取者於報到時發給識別證，無識別證者請勿自行參加，以免影響活動進行。

拾、活動參加注意事項

一、每次上課請家長務必親自接送孩子，勿無故缺席，遲到與早退。

二、參加者請自行準備毛巾和水杯。

三、參加者請自備安全帽及護膝、護肘，尤以安全帽為重，保護頭部安全為首要。

四、謹記教練指導，遵守交通規則，不在人行道、馬路上騎乘獨輪車。

五、上課時請務必配戴識別證，在課程中務必遵從老師指導。

六、對本課程有相關疑義可逕洽：臺北市教育關懷協會聯絡人：尹玉娟 0932-741-666。

附註

一、師範大學體育學系洪聰敏教授帶領的團隊研究證實，運動能幫助注意力缺陷過動症（ADHD）兒童抑制衝動，提升專注力，在眾多的運動當中，而獨輪車在訓練手眼協調，平衡能力及刺激腦部發展方面效果更是顯著!透過持續適量強度的訓練，學生自然而然發展出專心耐心與信心，在團體表演的訓練中也學習到包容心和人際互動的能力。

二、臺北教育大學特殊教育學系姜禮永105年研究報告指出，透過一週三次，為期八週的訓練課程，獨輪車訓練有助於學生的注意力集中，雖因教師教學方式與教材差異而成效有所不同，但在訓練撤除後，仍具有相當程度的維持效果。鍛鍊平衡及神經反射能力，增進體適能與腦部發育，提升注意力及情緒管理能力。

臺北市114學年度第2學期獨輪童行・交安同行
兒童專注力與情緒管理訓練（獨輪車）報名表

<table>
<tr><td rowspan="8">照片</td><td>姓　名</td><td></td><td>出生日期</td><td></td></tr>
<tr><td>性　別</td><td></td><td>就讀學校
/年級</td><td>/　　年級</td></tr>
<tr><td>身高/體重</td><td>/</td><td>年　　齡</td><td></td></tr>
<tr><td>身份證字號</td><td>（辦保險、務必填寫）</td><td>家長手機</td><td></td></tr>
<tr><td>家長或
主要連絡人</td><td></td><td>主要聯絡
人電話</td><td></td></tr>
<tr><td>E-Mail</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>運動專長</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="5">地址：</td></tr>
<tr><td colspan="2">請多多描述您的孩子讓我們可以更認識他：</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="2">健康狀況</td><td colspan="3">□良好　□尚可　□其他說明_____
★若有特殊疾病及過敏項目，請務必事先告知。</td></tr>
<tr><td colspan="2">同意書
及
活動須知</td><td colspan="3">1. 本人同意子女參加「兒童專注力與情緒管理訓練－獨輪車」活動，並叮囑孩子遵守一切生活規範及注意行為舉止，接受輔導人員指導，以確保活動品質及安全。
2. 為適應不可抗拒之因素，如天候變化，在不影響學生活動品質與安全考量下，主辦單位得適時變更課程內容。
3. 所有學員在活動期間如有故意不遵守紀律或妨礙他人正常進行活動者，主辦單位得取消學員參加活動，通知家長提早帶回。
4. 為確保學員安全，請家長準時接送孩子上下課。

立同意書人：_____　　與學生之關係為：_____</td></tr>
</table>

承辦組長：　　單位主管：