

南臺科技大學 106 學年度第 2 學期課程資訊

課程代碼	B0D40Y03
課程中文名稱	自行車領隊實務訓練
課程英文名稱	The Training and Practice of Cycling Team Leader
學分數	2.0
必選修	系定選修
開課班級	二技休閒三甲 四技休閒一乙
任課教師	陳春安
上課教室(時間)	週三第 1 節(T0003) 週三第 2 節(T0003)
課程時數	2
實習時數	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	
課程概述	培育具有鐵馬休閒觀光導覽行業基層服務或活動規劃管理人員，以提昇國內休閒活動品質符合旅遊相關之專業人員。
先修科目或預備能力	
課程學習目標與核心能力之對應	<p>※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標 -----</p> <p>1.介紹自行車概論，讓同學了解自行車的種類、功能、如何選擇適合的自行車、自行車基本的配件、選車，騎乘安全守則（體能訓練、暖身伸展運動、自行車的運動傷害及預防、營養與休息）等之基本概念。 ,-- ,1 休閒專業知識</p> <p>2.能實際進行自行車的簡易維修（更換內、外胎，更換、調整煞車皮）與保養。 ,-- ,2 專業技能</p> <p>3.能將習得之自行車知識與技能綜合運用於自行車領隊上。 ,-- ,4 綜合知識運用</p> <p>4.清楚瞭解團體目標，共同為達成目標而努力與合作，含自行車行程規劃與實際帶團旅遊之要求。 ,-- ,8 群體合作</p> <p>5.能順利取得自行車領隊之專業證照 ,-- ,11 實務證照</p>
中文課程大綱	<p>一、學科：培育具有鐵馬休閒觀光導覽行業基層服務或活動規劃管理人員，以提昇國內休閒活動品質符合旅遊相關之專業人員。</p> <p>二、技能：產業結合，學員不單只是學習到觀光導覽相關知識與導遊實務技</p>

	<p>巧，還能正確熟練自行車各主要零組件的故障狀況及修復方法。</p> <p>三、觀光導覽：學員具有風土人情及觀光景點、文化古蹟導覽解說領團的能力。</p> <p>四、品德教育：了解政府職訓精神，政府就輔資源運用以及強烈的求職企圖心。</p> <p>即訓即用之目的與精神:因為職業缺口明確，學員擁有相關技能與職能，能迅速投入職場。</p> <p>五、導覽人員專業技能:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.口語訓練、台風訓練、行程訓練、導覽專業人員訓練、證照訓練……等。 2.各休閒產業特色介紹:如:文化、觀光景點、休閒農業、生態、環工…等專業知識。 <p>六、休閒服務的整合運用技能，如:1.收集資料能力、2.規劃旅遊能力：學員具有規劃自然生態、部落生態、農特產品自然資源、休閒農園、規劃導覽元素的能力。</p>
英/日文課程大綱	
課程進度表	<ol style="list-style-type: none"> 1.自行車領隊實務訓練課程介紹（教學進度、內容、規定、評量與分組） 2.自行車概論（自行車介紹，自行車的種類、功能、如何選擇適合的自行車、自行車基本的配件、選車） 3.騎乘安全守則（體能訓練、暖身伸展運動、自行車的運動傷害及預防、營養與休息） 4.自行車的簡易維修與保養（更換內、外胎） 5.騎乘自行車的影響因素，自行車摔車與事故的原因 6.自行車旅遊活動設計、自行車活動型態、自行車旅遊活動路線安排、環島騎乘參考路線（三橫一豎才是挑戰）、如何規劃自行車旅遊活動 7.自行車活動實務、活動計劃、活動進行、技術支援、戶外騎行教學 8.自行車領隊戶外教學實習
教學方式與評量方法	<p>※課程學習目標，教學方式，評量方式</p> <p>-----</p> <p>介紹自行車概論，讓同學了解自行車的種類、功能、如何選擇適合的自行車、自行車基本的配件、選車，騎乘安全守則（體能訓練、暖身伸展運動、自行車的運動傷害及預防、營養與休息）等之基本概念。 ， 課堂講授，日常表現筆試</p> <p>能實際進行自行車的簡易維修（更換內、外胎，更換、調整煞車皮）與保養。 ， 課堂講授實作演練，日常表現</p> <p>能將習得之自行車知識與技能綜合運用於自行車領隊上。 ， 課堂講授啟發思考，口頭報告</p> <p>清楚瞭解團體目標，共同為達成目標而努力與合作，含自行車行程規劃與實際帶團旅遊之要求。</p>

	，成果驗收，實作實作 能順利取得自行車領隊之專業證照，成果驗收，其他、通過專業證照考試、
指定用書	書名： 作者： 書局： 年份： ISBN： 版本：
參考書籍	謝正寬(2008)，單車學校教你的 52 堂課，蘋果屋出版社。 陳柏蓉(2005)，單車熱，滾石文化股份有限公司。 王比利(2007)，單車慢慢騎，臉譜出版社。 滿生文洋(2009)，公路車維修保養&騎乘指南，楓書坊。
教學軟體	
課程規範	<ol style="list-style-type: none"> 1.自行車領隊課程已經取得台灣自行車協會認可，可於課程結束後直接認證(認證費 1200 元)，通過者可以取得自行車 C 級領隊證照(休閒系畢業門檻核可專業證照之一)。 2.穿著適合騎乘單車的服裝準時上下課，無法上課者請自行請假。 3.常上網、閱讀相關雜誌書籍以充實知識。 4.嚴禁校外自行車領隊實務訓練行程脫隊。 5.遵守自行車騎乘各項規定。