

新北市立新北高工 109 學年度推廣教育班招生簡章

課程 編號	課程/教師	教學大綱	開課 日期	星期	上課時間	週數	人數	學雜費 (元)	地 點 (圖書館)
12	初級散打班 教師：何孟霖、高玉娟 講師簡介： 本身是新北高工武術教練，並有田徑專長背景，武術散打比賽 10 年以上，從事散打教練工作 2 年以上，熱愛格鬥運動與戶外活動，有興趣的朋友可以一起以武會友唷！。 相關經歷： 國內外得獎紀錄： 2014 年仁川亞運散打銀牌 98 年全國運動會田徑三級跳遠銀牌 2009 年高雄市世運武術散打銅牌	第一週：準備週-課程介紹、環境介紹。 第二週：體能遊戲-徒手肌力介紹。 第三週：體能遊戲-繩梯訓練介紹。 第四週：基本站姿-格鬥基本站姿介紹。 第五週：步法(一)- 基本步法介紹。 第六週：步法(二)- 基本移動步法介紹。 第七週：拳法(一)- 直拳介紹。 第八週：拳法(二)- 擺拳介紹。 第九週：拳法(三)- 鉤拳介紹。 第十週：拳法(四)- 綜合拳法練習。 第十一週：腿法(一)- 蹬腿法介紹。 第十二週：腿法(二)- 踹腿法介紹。 第十三週：腿法(三)- 邊腿法介紹。 第十四週：腿法(四)- 綜合腿法練習。 第十五週：拳+腿法-拳+腿法綜合練習。 第十六週：實戰模擬-限制對練實戰模擬。	3/02 (下)	二	19：30 至 21：05	16	上限 12 人 下限 10 人	3,050	新北高 工 志清堂

- 一、凡年滿 18 歲之民眾皆可報名參加，結業時頒發「研習證書」，公務人員可認證研習時數。
- 二、報名注意事項：為鼓勵民眾終身學習，本校所開辦班別非以營利為目的，並儘可能滿足學員學習需求；惟學校有權利彈性調整課程週次，以利開班。
請審慎考量課程、場地、設備、師資、人身安全等是否符合您的需求來上課，本校將不負責學員上課期間及上下課途中任何安全之責任問題。
第一次上課，請直接至排定教室上課，並須繳交一寸照片一張及身分證正本(驗畢歸還)。
- 三、

1. 報名方式：一律現場報名，額滿即止。報名地點➡進修部辦公室 時間➡上學期 109 年 7 月 1 日(一)；下學期 110 年 1 月 6 日(一) (上班時間 15：00 至 21：30 週一至週五國定假日除外 連絡電話：2261-2483 分機 48 鄭先生。)

2. 本校地址及電話：本校緊鄰捷運板南線海山站，步行 5 分鐘即可到校。校址：土城區學府路一段 241 號。(02)2261-2483 分機 48。

3. 未達開班人數的班別則不開班，於開課日前公告於最新消息網頁，將另行通知退費相關事宜，學員請持收據至本校進修部辦公室辦理退費。確定開課的班別，學員若個人、課程及場地等因素擬退學者，學員於正式開課前辦理退課，退還學費 90%；至開課日起未達全期 1/3 欲申請退費，退還學費 50%；至開課日已逾全期 1/3 者，不予退費。

4. 各班依課程性質不同若需教材、用具、材料等請自備，若需購買皆由任課教師協調學員自行處理或收費及採購事宜。
- 四、停車及停車費：學員汽機車及腳踏車皆可停入校園，每期汽車停車費 400 元，機車停車費 110 元，請於報名時一併登記。
- 五、開課時間：上學期 109 年 9 月 01 日起開課；下學期 110 年 3 月 01 日起開課。