

自行車領隊與實務訓練個人報告:

在一年級下學期多了自行車領隊與實務訓練這門特別的課程，我覺得這門課雖然和其他專業課程比起來較沒有壓力，但也因為有了實務訓練，讓我在短時間內學習到許多有關自行車方面的專業知識。剛開始上這門課時覺得很新奇，前面二、三堂課老師在台上拼命的講解、提醒大家有關自行車騎乘時該注意的事項，我努力地吸收老師上課說的東西，但還是會有一些小地方不太了解，但搭配之後有一堂課，老師帶我們到 T 棟六樓去實際摸索、練習，熟悉了自行車的構造，我才能完全理解上課講解的內容，之後的課程都是讓我們自己分組、設計行程、規劃路線、分配人員...等，去實際的執行騎乘這個階段。在騎乘自行車這個階段，我覺得是最興奮的時刻，不但可以和許多班上的同學一起出遊，和以往不同的是不再是搭乘大眾交通工具，也不是騎機車，而是利用運動又具有環保的自行車去做活動，在騎乘的途中難免會發生一些同學身體不舒服、自行車破胎、掉鍊...等的小狀況，我遇到的是同學身體不舒服，我和其他同學就慢慢地陪他騎、隨時關心他的狀況；也有其他同學發生破胎、掉鍊的狀況，但我覺得這是一個非常特別的體驗，也可以順便驗收一下自行車的基本維修的技能，此外，我覺得很棒的地方是，我們的活動路線都是在附近的台南市區，一般騎車一邊可以更加了解有關台南的文化及民俗風情。這一門課對我來說真的獲益良多，在我的生活中也有許多同學、朋友都很喜歡騎乘自行車，甚至都是車隊的，現在我終於能體會，也更明白騎乘自行車是很放鬆又環保也很有意義的一項全民運動。

自行車領隊與實務訓練相關照片:

