

【送件資料 2-課程計畫】

高雄市左營區福山國民小學 113 學年度第 1 學期「課後社團活動」

課程計畫

社團名稱		帕克直排輪 A	授課教師	蔡昀君
上課地點		1F 精緻樓和卓越樓 的连接走廊	聯絡電話	0970-515-215
上課時間		民國 113 年_10_ 月_16_ 日至民國 113 年_12_ 月_25_ 日止， 每週_三_ 下午 13 時 00 分至 14 時 30 分，整學期共_11_ 節 課，共_16.5_ 小時		
社團簡介		直排輪曲棍球可以刺激孩童的內前庭平衡覺及運動覺，訓練兒童平衡感及重心穩定，對孩童的身心成長都有正面的幫助。透過分隊競賽增添趣味性，運用活潑的教學方式，讓孩子在享受運動中學習團隊合作技巧，進而提升孩子的團隊及體適能，達到體適能及智力的雙面成長。		
次數	上課日期	授 課 內 容		備 註
1	10/16	直線推舉單腳基本訓練		
2	10/23	左右直線推舉單腳		
3	10/30	後退葫蘆過 S 型		
4	11/6	前進雙腳平衡過彎		
5	11/13	複習		
6	11/20	T 字剎車/曲棍球介紹		
7	11/27	曲棍球		
8	12/4	曲棍球		
9	12/11	曲棍球		
10	12/18	曲棍球		
11	12/25	綜合活動		

【備註】 1. 課程計畫會掛在網路上供家長參閱。

2. 請授課教師務必將此表印發給每位學生帶回給家長參閱。

申請人簽名：() 年 月