

【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 2 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_3_ 月_12_ 日至民國 113 年_5_月_28_ 日止， 每週_三_ 下午 13 時 00 分至 14 時 30 分，整學期共_12_ 節 課，共_18_ 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	3/12	直線推舉單腳基本訓練		
2	3/19	左右直線推舉單腳		
3	3/26	後退葫蘆過 S 型		
4	4/2	前進雙腳平衡過彎		
5	4/9	複習		
6	4/16	T 字剎車/曲棍球介紹		
7	4/23	曲棍球		
8	4/30	曲棍球		
9	5/7	曲棍球		
10	5/14	曲棍球		
11	5/21	曲棍球		
12	5/28	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