

104 學年度第 2 學期課外社團活動課程計畫

社團名稱	綜合球類	授課教師	常宇皓
招生對象	4-6 年級		
開辦時間(105/8/30 起至 106/1/19 止)		材料費	<input type="checkbox"/> _____元 <input checked="" type="checkbox"/> 無材料費
<input type="checkbox"/> 一、 <input checked="" type="checkbox"/> 二、 <input type="checkbox"/> 三、 <input type="checkbox"/> 四、 <input type="checkbox"/> 五 16:00-17:30		上課教室	前庭操場、後山操場、活動中心、 桌球教室
請簡述 授課內容	1. 增進學童對於體育項目的了解與認知。 2. 實際操作與演練各項球類運動，以達到手眼協調，小肌肉發展。 3. 透過團隊合作之方式理解解決比賽中的各項問題。 4. 符合中高年級體育項目的技術增進。		
週次	課程進度	週次	課程進度
1	1. 說明上課注意事項與上課所需攜帶的物品等等。 2. 每次運動前需要的暖身操教學 3. 樂樂棒球(一) 傳接球：兩人傳球、多人傳球。	12	桌球(一) 控球：球感練習
2	樂樂棒球(二) 打擊：揮棒姿勢、打擊練習	13	桌球(二) 發球：發球練習
3	樂樂棒球(三) 比賽：分組競賽	14	桌球(三) 擊球：正拍擊球、反拍擊球
4	樂樂棒球(四) 比賽：分組競賽	15	桌球(四) 比賽：分組競賽
5	樂樂棒球(五) 比賽：分組競賽	16	田徑(一) 協調性動作、體能性動作、漸速跑
6	籃球(一) 運球：原地運球、跑步運球	17	躲避球(一) 閃躲、接球：閃躲方向、接球練習
7	籃球(二) 傳球：原地傳球、雙人移動傳球	18	躲避球(二) 傳球、攻擊：四角傳球、擲球練習、防守練習
8	籃球(三) 投籃：投籃姿勢、接球投籃、左右手上籃	19	躲避球(三) 比賽：分組競賽
9	籃球(四) 比賽：分組競賽	20	躲避球(四) 比賽：分組競賽
10	籃球(五) 比賽：分組競賽	21	期末同樂會
11	籃球(六) 比賽：分組競賽		

104 學年度第 2 學期課外社團活動課程計畫