

## 105 學年度第 1 學期課外社團活動課程計劃

社團名稱	跆拳道社	授課教師	葉新坤
招生對象	1~6 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 type="checkbox"/> 二、 <input type="checkbox"/> 三、 <input checked="" type="checkbox"/> 四、 <input type="checkbox"/> 五 16:00-17:30		上課教室	韻律教室
請簡述授課內容	練習自衛防身之技能，激發學生創作力，開發學生創作力，培養學生興趣專長。		
週次	課程進度	週次	課程進度
1	禮節、武德、常規、立姿法	12	品勢型場練習
2	進階、初階、基本動作練習	13	手部、足技運用法
3	下防、內防、側防、上防	14	對練、講解、練習
4	基本足技練習	15	防身術
5	品勢型場分解練習	16	足技、品勢測驗
6	步形練習	17	擊破練習
7	足技動作連貫法	18	對練練習
8	品勢型場練習	19	對練練習
9	初級防身術	20	總複習
10	足技前踢、旋踢、側踢		
11	足技、旋踢、後踢		