

臺北市內湖區新湖國民小學 111 學年度第一學期

課後社團申請單

Tel : 2796-3721 分機 111 訓育組

社團名稱	綜合球類社團社	申請人或申請單位	郭文信
課程設計表	<input type="checkbox"/> 如附件一	授課教師資格	<input type="checkbox"/> 如附件二
學生課程所需之材料費	每生( )元 (如需申請材料費，請填寫附件三，無則免填。)	授課時間	每星期 <u>二</u> <u>16:00 ~ 17:30</u> (四~六年級)
教學內容簡介			
<p>透過一系列專業法式滾球運動投擲技巧學習、了解法式滾球運動並學會丈量距離、學會基礎與高階策略研判並能與學員進行個人和團體賽事。並挑出優異表現及技術達標之學生將代表學校參加校外滾球賽事。另外也搭配羽球運動增加孩童的體力與增進羽球基本技巧，學會高遠球、切球及網前小球等等技巧並能與學員進行個人和團體賽事。</p>			

臺北市內湖區新湖國民小學 111 學年度第一學期

【 綜合球類 】 社團課程設計表

設計教師： 郭文信

教學目標	1. 認識法式滾球及了解比賽規則並能學會如何正確丈量距離。 2. 能學會法式滾球投擲基本技術(pointing 及 shooting)。 3. 能適時運用正確策略及技術與學員進行個人及團體比賽。 4. 能學會羽球基本揮拍動作及基本步法。 5. 能學會羽球技巧中的高遠球、切球及網前小球動作。 6. 能適時運用技術與學員進行個人及團體比賽。		
課程設計	次數	課程名稱 / 教學內容	備註
	1	認識法式滾球運動、正確握球及了解簡易規則、投擲練習	1. 優異表現技術之學員將代表學校參加 <u>北市中正、教育及青年盃</u> 等賽事!!
	2	平衡訓練、投擲練習-蹲姿 pointing(1)-ROLLING & 低拋	
	3	平衡訓練、投擲練習-蹲姿 pointing(2)-中拋、基礎射擊介紹、滾球分組比賽	
	4	丈量距離(1) 射擊練習-Shooting 基本要領(1)、滾球分組比賽	
	5	丈量距離(2)及射擊練習-Shooting 基本要領(2)、滾球分組比賽	
	6	認識羽毛球運動、正確握拍及基本揮拍動作	
	7	練習羽球高遠球揮拍動作及羽球步法介紹、簡易小組比賽	
	8	練習羽球高遠球及切球揮拍動作及羽球步法介紹、簡易小組比賽	
	9	練習羽球切球及網球小球擊球動作及羽球步法介紹、簡易小組比賽	
	10	能運用羽球技術與學員進行個人及團體比賽	
	11	蹲姿 pointing(1)-ROLLING & 低拋&中拋總複習	
	12	法式滾球策略研判(基礎)、Pointing & Shooting 總複習(1)	
	13	Pointing & Shooting 總複習(2)、賽事注意事項	
	14	新湖幸福杯個人賽(二人賽)預賽	
15	新湖幸福杯個人賽(二人賽)複賽及決賽		