

臺北市士林區福林國小 113 學年度 第二學期 課後社團活動課程計畫表

社團名稱			白益瑋	開課時段	每週三 13:00-14:30 (A 段)	
指導老師			白益瑋			
活動地點			戶外運動場			
課程簡介			籃球規則認知，基礎四式運球、左右手上籃、定點投籃及傳球動作養成。			
上課材料			☐ 不須購買材料。			
			☐ 須購買材料，如下表所列：			
			品名	用途說明	規格／型號	參考售價
			【學務處審核結果】			
☒ 通過			☐ 不通過			
學期 週次	上課 節次	上課 日期	活動（課程）內容		備註（所需材料）	
二	1	02/17~02/21	籃球運動歷史以及規則			
三	2	02/24~02/28	228 放假		2/28-3/2 和平紀念日連假 3 天	
四	3	03/03~03/07	左右手、單手 v 字型			
五	4	03/10~03/14	背後換手、跨下換手			
六	5	03/17~03/21	右手上籃練習			
七	6	03/24~03/28	右手上籃練習			
八	7	03/31~04/04	跑動換手、背後運球		4/3-4/6 兒童節暨清明連假 4 天	
九	8	04/07~04/11	跑動 v 字型、跨下運球			
十	9	04/14~04/18	左手上籃練習			
十一	10	04/21~04/25	左手上籃練習			
十二	11	04/28~05/02	投籃動作講解及練習			
十三	12	05/05~05/09	投籃動作講解及練習			
十四	13	05/12~05/16	胸前、地板及過頂傳球			
十五	14	05/19~05/23	胸前、地板及過頂傳球			
十六	15	05/26~05/30	Pick and roll 擋拆進攻		5/30(五)端午節連假 3 天	
十七	16	06/02~06/06	Pick and roll 擋拆進攻			
十八	17	06/09~06/13	分組比賽			
十九	18	06/16~06/20	籃球運動歷史以及規則			

註 1：活動課程內容可依老師授課實際情形略做調整。

註 2：期末須繳交社團上課紀錄照片至少 10 張(影片亦可)，參與才藝發表會或期末成果發表者免繳交。

註 3：如因課程需要須另收材料費，請務必於課程表中載明用途、規格及價格，待學務處審核通過後，方得進行購買意願調查統計、採購及收費事宜。