

臺北市士林區福林國小 115 學年度 第一學期 課後社團活動課程計畫表

社團名稱			週二跆拳道 課後班	開課時段	√ 週二下午 16:00~17:30	
指導老師			王文禮			
活動地點			活動中心跆拳道教室			
課程簡介			跆拳道課程以遊戲化的方式進行，讓孩子們在樂趣中學習實用的防身技巧。 透過生動有趣的互動，孩子們能夠逐步掌握保護自己的能力。			
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	9/07~9/11	品勢練習			
三	2	9/14~9/18	速度靶練習			
四	3	9/21~9/25	後踢靶練習			
五	4	9/28~10/02	對練搏擊			
六	5	10/05~10/09	品勢練習			
七	6	10/12~10/16	速度靶練習			
八	7	10/19~10/23	後踢靶練習			
九	8	10/26~10/30	對練搏擊			
十	9	11/02~11/06	品勢練習			
十一	10	11/09~11/13	速度靶練習			
十二	11	11/16~11/20	後踢靶練習			
十三	12	11/23~11/27	對練搏擊			
十四	13	11/30~12/04	品勢練習			
十五	14	12/07~12/11	速度靶練習			
十六	15	12/14~12/18	後踢靶練習			
十七	16	12/21~12/25	對練搏擊			
十八	17	12/28~1/01	品勢練習			
十九	18	1/04~1/08	速度靶練習			
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。