

建德國小 107 學年度課後社團預定教學進度表

上課日期:2/21(四)至 5/31(五)

停課日期:2/28(四)、3/1(五)、4/3(三)、4/4(四)、4/5(五)

游泳社團 3/20(三)開始上課(只上 10 次課)

次數	授課內容	備註
1	協調性訓練、基本盤球、傳球練習、射門練習	
2	基本盤球、傳球練習、射門練習	
3	協調性訓練、基本盤球、S 型盤球練習、射門練習	
4	S 型盤球練習、傳球跑位、S 型盤球射門	
5	傳球練習、空中停球練習、分組比賽	
6	空中停球練習、射門練習、分組比賽	
7	協調性訓練、傳球跑位、分組比賽	
8	空中停球練習、傳球跑位射門、二對二小組比賽	
9	戰術訓練、傳球跑位射門、二對二小組比賽	
10	戰術訓練、空中停球練習、傳球跑位射門	
11	一對一射門、傳球跑位射門、戰術訓練、分組比賽	
12	敏捷訓練、一對一射門、戰術訓練、分組比賽	
13	一對一射門、戰術訓練、分組比賽	
14	戰術訓練、傳球跑位射門、分組比賽	