

附件 2

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	1. 認識扯鈴、培鈴、三培鈴的差別 2. 起鈴	
2	1. 複習如何開鈴、關鈴 2. 如何調鈴、控鈴	
3	1. 複習如何調鈴、控鈴 2. 基本六招招式教學(1):狗急跳牆 (2):金蟬脫殼	
4	1. 六招招式教學(3):大衛魔術 (4):魔術半繩	
5	1. 六招招式教學(5):金雞上竿 (6):蜘蛛結網	
6	1. 六招招式教學(7)望月 2 複習六招動作	
7	基本六招學習進度小考	
8	招式教學: 仰觀星斗	
9	1. 複習仰觀星斗 2. 招式教學: 螞蟻定點	
10	1. 複習螞蟻定點 2. 招式教學: 關渡大橋	
11	1. 複習關渡大橋 2. 招式教學: 釣金龜	
12	1. 招式教學:提燈籠 2. 招式教學: 地球自轉	
13	1. 複習提燈籠 地球自轉 2. 招式教學:金手指	
14	1. 招式教學:直上青雲(拋鈴) 2. 總複習	