

桃園市建德國小 108 學年度第一學期課後社團申請計畫書

預定授課日期：中華民國 108 年 9 月 19 日起至 12 月 27 日止

(共計 14 週，14 堂課，實際上課日期，依據公告報名資料為準)

社團名稱	熱血藤球社		
指導老師	劉昶佑	畢業學校系所	師大體育系研究所
經歷 (曾任)	楊梅國中藤球社指導老師 大同國小藤球社指導老師 楊明國中體育老師 泰皇盃藤球錦標賽中華男子代表隊球員 亞洲藤球錦標賽中華男子代表隊球員		
現任	亞洲藤球錦標賽中華女子代表隊總教練 亞洲藤球青少年中華女子代表隊助理教練 臺灣師大藤球隊教練 福豐國中藤球隊教練 臺灣師大體育講師 福豐國中體育老師		
比賽成績 紀錄	2015 泰皇盃世界藤球錦標賽男子 D1 雙人賽冠軍 2016 全國總統盃藤球錦標賽男子三人賽冠軍 2017 大專盃藤球錦標賽男子雙人賽冠軍 2018 全國會長杯藤球錦標賽男子三人賽亞軍		
檢定證書 或級數	藤球 B 級教練證 藤球 B 級裁判證 網球 C 級教練證 籃球 C 級教練證 游泳 C 級教練證 游泳救生員證		

課後社團授課內容/進度表

次數	授課內容 / 進度
1	藤球介紹、基本動作示範及內側控球訓練、藤球圍圈踢球遊戲
2	基本步伐與體能遊戲、內側控球訓練、發球動作介紹
3	體能應用發球遊戲、足背控球訓練、發球動作訓練
4	柔軟度訓練、足背控球訓練、發球測驗與遊戲比賽
5	體能遊戲、頭頂控球訓練、回擊球動作介紹
6	體能應用回擊球遊戲、頭頂控球、回擊球動作訓練
7	柔軟度訓練、頭頂控球、回擊球測驗與遊戲比賽
8	體能遊戲、大腿控球訓練、接球動作介紹
9	體能應用接球遊戲、大腿控球、接球動作訓練
10	柔軟度訓練、大腿控球訓練、接球測驗與遊戲比賽
11	體能遊戲、基本控球複習訓練、殺球動作介紹
12	體能應用殺球遊戲、基本控球複習訓練、殺球動作訓練
13	柔軟度訓練、基本控球複習訓練、殺球測驗與遊戲比賽
14	分組對抗賽

如有其他專業證照或證明資料(請寄照片電子檔或 PDF 電子檔)

申請人：劉昶佑

日期：108 年 7 月 10 日