

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	足球社		
指導老師	楊弘民	畢業學校系所	私立龍華工商專校
經歷 (曾任)	北科附工足球社 永順國小足球隊 建德國小足球隊		
現任	北科附工足球社 永順國小足球隊 建德國小足球隊		
比賽成績 紀錄	過去參加六和高工足球隊		
檢定證書 或級數	參與日本足球教練黑田和生的研習會 參與西班牙國際五人制足球研習會		

課後社團授課內容/進度表

次數	授課內容 / 進度
1	足球基本教學(帶球、傳控球、射門、分組比賽)
2	熱身、控球教學(點球、盤球、左右拉球)、分組比賽
3	帶球教學(腳背直線、內外側帶球)、腳背踢球
4	傳控球、移位傳控球、傳控球射門
5	射門教學(腳背射門、迎向球、橫向球…方向)
6	高空球教學(腳背挑球、腳底控球、腳背控球、頂球)
7	基本動作熱身、五人制足球教學(位置介紹)
8	基本動作熱身、五人制足球教學(發球站位、守門發球站位)
9	基本動作熱身、1 vs 1 對抗、分組比賽
10	基本動作熱身、1 vs 1 對抗、分組比賽
11	基本動作熱身、2 vs 2 對抗、分組比賽
12	基本動作熱身、2 vs 2 對抗、分組比賽
13	基本動作熱身、分組比賽(多比賽增加經驗)
14	基本動作熱身、分組比賽(多比賽增加經驗)

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：楊弘民

日期： 108 年 7 月 26 日