

台南市安南區安順國小 110 學年度第二學期課後才藝班開課申請書

1. 課程名稱：帶式橄欖球

2. 開課教師：林麗秋

3. 開課老師的基本資料

手機：0916404551

電子郵件：lichulinkimo@gmail.com

Line 通訊 ID 及暱稱：ID:lin 20080507(林小秋)

4. 招生對象：一年級二年級三年級
四年級五年級六年級 (可複選)

5. 上課地點：安順館籃球場

6. 預計上課時段：

每週六上午 10：00 至 12：00(一至六年級)

=

7. 課程表

週次	課程內容概述	備註
第 1 週	了解帶式橄欖球課程，基本傳球動作	2 月 26 日
第 2 週	體能訓練+ 傳球動作	3 月 5 日
第 3 週	體能訓練+ 解說扯帶子規則	3 月 12 日
第 4 週	體能訓練+ 傳球練習+ 反應扯帶子遊戲	3 月 19 日
第 5 週	體能訓練+ 傳球練習+ 分組扯帶子遊戲	3 月 26 日
第 6 週	體能訓練+ 傳球練習+3 對 3 對抗遊戲	4 月 2 日
第 7 週	體能訓練+ 傳球練習+ 4 對 4 對抗帶式橄欖球遊戲	4 月 9 日
第 8 週	體能訓練+ 傳球練習+5 對 5 對抗訓練	4 月 16 日
第 9 週	體能訓練+ 傳球練習+ 正規帶式橄欖球分組對抗	4 月 23 日
第 10 週	體能訓練+ 傳球練習+ 正規帶式橄欖球分組對抗	4 月 30 日
第 11 週	體能訓練+ 傳球練習+ 正規帶式橄欖球分組對抗	5 月 7 日
第 12 週	體能訓練+ 傳球練習+ 正規帶式橄欖球分組對抗	5 月 14 日
第 13 週	體能訓練+ 傳球練習+ 正規帶式橄欖球分組對抗	5 月 21 日
第 14 週	體能訓練+ 傳球練習+ 正規帶式橄欖球分組對抗	5 月 28 日
第 15 週	體能訓練+ 傳球練習+ 正規帶式橄欖球分組對抗	6 月 11 日
第 16 週	體能訓練+ 傳球練習+ 正規帶式橄欖球分組對抗	6 月 18 日

申請人簽名：林麗秋