

## 台南市大橋國小 107 學年度足球冬令營

- 1、上課日期：108 年 1 月 28 日~108 年 2 月 1 日
- 2、上課時間：上午 9：00~11：00
- 3、參加對象：本校一至六年級學生
- 4、開班人數：15 人開班，25 人額滿(少於 15 人不開班)
- 5、報名日期：12 月 19~12 月 21 日。
- 6、報名費：依台南市政府教育局規定辦法收費，
  - (1)人數 15 人時，每人 570 元，
  - (2)人數多於 15 人時，每人繳交金額將視參加人數而定，繳交金額會少於 570 元。
  - (3)報名費於報名完成後，將另行通知應繳金額。
- 7、課程介紹：

日期	課程介紹	備註
1/28(一)	足球基本概說 . 協調訓練 -手腳 .足球趣味遊戲 足球趣味遊戲 (你踢我撿 你踢我撿 你踢我撿 你踢我撿 ) 分工合作-分組比賽	基礎動作
1/29(二)	熱身活動、足球 基本作趣味基本作趣味.( 你搶我奪 你搶我奪 )運球 (內.外側練習 外側練習 外側練習 )	運球
1/30(三)	熱身活動 身體搖擺 (律動 )、趣味足球遊戲【你搶我奪足球遊戲】分組對抗	S 型盤運球練習
1/31(四)	熱身活動、 進球大會串【射門】敏捷性、進球大會串【射門】1 對 1 搶強球射門 搶強球射門 分組對抗	射門練習
2/1(五)	熱身活動 五人制 .八人制簡易賽講解移動閃躲 (漁網捕魚)趣味遊戲 反應訓練 射門大會串 分組比賽	規則講解

### 台南市大橋國小 107 學年度足球冬令營報名表

班 級	年 班	姓 名	
家 長	(簽名)	連絡電話	