

臺北市中山區中山國民小學 115 學年度第 1 學期課外社團課程計畫

★ 社團名稱：直排輪週五 B 班

★ 授課教師：施奇廷

週次與日期	教學內容與重點
第 01 週 (08/31--09/04) 備註：早上社團於 09/01 開始	上課規則及流程說明、師資介紹、正確穿戴裝備及收拾裝備方法
第 02 週 (09/07--09/11)	課程複習，暖身活動及兒童體適能，直排輪：前葫蘆型練習 (暖身及兒童體適能為每日常態項目，後表重複項目不填寫)
第 03 週 (09/14--09/18) 備註： 9/14(一)早上社團因學校活動暫停	直排輪課程：前葫蘆型練習
第 04 週 (09/21--09/24) 備註：9/25(五)中秋節放假、	直排輪課程：葫蘆型煞車練習
第 05 週 (09/29--10/02) 備註：9/28(一)教師節放假、	直排輪課程：踏步後溜練習
第 06 週 (10/5--10/08) 備註：10/9(五)雙十連假	直排輪課程：後葫蘆型練習
第 07 週 (10/12--10/16)	直排輪課程：正向推刃畫圓
第 08 週 (10/19--10/23)	直排輪課程：反向推刃畫圓
第 09 週 (10/27--10/30) 備註：10/26(一)光復連假	直排輪課程：直線左右推刃
第 10 週 (11/02—11/06)	直排輪課程：直線左右推刃
第 11 週 (11/9--11/13) 備註： 11/14(六)體表會, 11/16(一)補假	直排輪課程：左右 S 型推刃
第 12 週 (11/16--11/20) 備註： 11/16(一) 體表會補假	直排輪課程：左右 S 型推刃
第 13 週 (11/23--11/27)	直排輪課程：單腳滑型
第 14 週 (11/30--12/04)	直排輪課程：單腳滑型
第 15 週 (12/07--12/11)	直排輪課程：直線蹲姿加速
第 16 週 (12/14--12/18)	直排輪課程：直蹲姿加速
第 17 週 (12/21--12/24) 備註：12/25(五)行憲紀念放假	直排輪課程：彎道蹲姿加速
第 18 週 (12/28--12/31) 備註：1/1(五)元旦放假	直排輪課程：彎道蹲姿加速
第 19 週 (01/04--01/08)	直排輪課程：原地剪冰練習
第 20 週 (01/11--01/15)	直排輪課程：滑行剪冰練習
第 21 週 (01/18--01/19) 備註：1/19(二)社團最後一天上課(暫訂)	直排輪課程：連續剪冰

是否提供學生紙本教材(請勾選): 是(須提供教材樣本或上課簡報) 否