



聖心小學 112 學年度上學期展延課程綱要規劃表

【社團名稱：樂活足球社團 授課教師：戴宏旭教練】

週次	日期	課程綱要	備註
1	8/27-9/2		8/30(三)展延課程開始
2	9/3-9/9	認識足球，基本動作介紹	
3	9/10-9/16	協調性練習動作、帶球前進、帶球急停	
4	9/17-9/23	協調性練習動作、腳底控球、射門練習	
5	9/24-9/30	直線帶球、改變方向帶球練習、分組比賽	9/29(五)中秋節停課
6	10/1-10/7	盤球練習：單腳盤球、雙腳盤球（內外側）	
7	10/8-10/14	盤式協調熱身、踩球轉身 S 型盤球、帶球接力比賽	10/9-10(一、二)雙十節停課
8	10/15-10/21	炒蛋控球、拉球改變方向、控球射門	
9	10/22-10/28	切球練習、帶球急停射門、小場比賽	
10	10/29-11/4	假動作練習：雲霄飛車、拉球、小場比賽	
11	11/5-11/11	腳背練習射門、空中腳背停球、小場比賽	
12	11/12-11/18	二人一組一拋一控、空中挑球、小場比賽	
13	11/19-11/25	戰術講解、二對二隊型攻守、小場比賽	
14	11/26-12/2	二人交叉走位、二對一進攻、小場比賽	
15	12/3-12/9	三人一組跑位傳球、射門練習，分組對抗	
16	12/10-12/16	二人內側傳球，三人跑位傳球，分組對抗	
17	12/17-12/23	三人交叉走位、三對二進攻，分組對抗	
18	12/24-12/30	戰術講解、三對三隊型攻守、小場比賽	12/29(五)園遊會補假停課
19	12/31-1/6		1/1(一)元旦停課
20	1/7-1/13	小場比賽，成果驗收	1/12(五)展延課程結束

備註：

1. 本校適逢週六補班補課日，皆無課後班。
2. 8/30(三)展延課程開始、1/12(五)最後一次上課。
3. 9/29(五)、10/9-10(一、二)、12/29(五)、1/1(一)皆放假停課。