

【附件二】課程計劃表

跆拳道 社

堂次	預計授課內容	備註
課程簡介	課程內容從基礎跆拳道動作開始，基本手部動作及基本腿法訓練，增加小朋友手部及腿部的肌力訓練，基本步伐訓練小朋友的靈敏反應能力，對練攻防訓練小朋友距離感訓練、反應力、閃躲。	
1	基本品勢第一式、基本足技：下壓、基本攻擊	
2	基本品勢第一式、基本足技：下壓、基本防禦	
3	基本品勢第二式、基本足技：前踢、基本防禦	
4	基本品勢第二式、基本足技：前踢、基本攻擊	
5	基本品勢第二式、基本足技：前踢、基本防禦	
6	基本品勢第三式、基本足技：旋踢、基本攻擊	
7	基本品勢第三式、基本足技：旋踢、基本防禦	
8	基本品勢第四式、基本足技：上步旋踢、基本防禦	
9	基本品勢第四式、基本足技：上步下壓、基本攻擊	
10	基本品勢第四式、基本足技：側踢、基本防禦	
11	基本品勢第四式、基本足技：側踢、基本防禦	
12	基本品勢第四式、基本足技：側踢、基本防禦	
13	基本品勢總複習、基本足技總複習、攻防練習	
14	基本品勢總複習、基本足技總複習、攻防練習	
15	基本品勢總複習、基本足技總複習、攻防練習	

※ 以上課程會依小朋友的學習能力作調整，僅為參考。

※ 上課若適逢放假日或彈性放假日，請自行與學員聯繫，順延補課，務必上滿原訂堂課(15堂)。

※ 課程計畫表在報名期間會公布在學校網站，供家長參考。

【附件三】講師簡介

姓名	林郁汶
社團	跆拳道社
相關學歷	中華民國跆拳道 A 級教練 中華民國跆拳道 B 級裁判 世界跆拳道聯盟國際五段 2015 第 17 屆 WTTU 韓國高手會黑帶研習生 2016 第 19 屆 WTTU 韓國高手會黑帶研習生 2017 韓國 NOJIA 跆拳道表演示範團研習生
相關經歷	明忠跆拳道館教練 富擎跆拳道聯盟駐館教練 桃園區建國國小課後跆拳道社團教練 桃園區文山國小課後跆拳道社團教練 桃園區中山國小課後跆拳道社團教練
備註	教材費：_____元 教材費說明：：學生需統一訂購道服 1500 元或可自備跆拳道服。

※ 社團活動之師資優先遴聘校內具有專長之教師擔任。外聘師資，講師應具下列條件之一：

- (1) 具有專長之合格教師。
- (2) 未具有教師資格者，應具有相關專長素養，並持有下列學經歷相關證明文件之一：
 1. 國內外大學相關科系畢業以上程度者。
 2. 曾獲選為省市(直轄市)級以上相關專長之代表隊一年以上資歷者；或曾參加上述層級機構主辦之相關才藝公開表演、展示、競賽者。
 3. 曾獲得國家級、省市(直轄市)級，公開之能力檢定、檢核或鑑別證書者。
 前項第二款所稱學經歷，以經政府機關合法立案之學校、學術機構及政府機關所頒發之證書、證照或相關證明文件為限。未具備前項學經歷，有特殊專長者，得由學校自行認定之，擔任助教者亦同。
- (3) 其他：經校內社團審查會審查通過者。

※ 【附件三】講師簡介在報名期間會公布在學校網站，供家長參考。

