

桃園市龍山國小 109 學年度上學期課後社團教學計畫

- ◎ 開課名稱：_____ 蛇板社 _____
- ◎ 上課時間：星期二 (15)：(40)～(17)：(10)
- ◎ 授課老師及電話：李昱呈 0976748837
- ◎ 課程簡介：其實蛇板可以玩的花招非常多歐!!!希望能讓更多小朋友知道蛇板也能玩得很酷很厲害，甚至可以挑戰更難的進階雙龍板、飄移板。
- ◎ 教學目標：現今蛇板運動越來越普及，但孩子們並非知道正確的滑行姿勢，而容易造成危險，希望帶給小朋友們安全及正確的觀念，並推廣蛇板運動讓更多人知道。
- ◎ 教學進度：如下表。

次別	日期	授 課 內 容	備 註
一	9/15	認識蛇板、基礎上板平衡滑行	
二	9/22	直線滑行、基礎轉彎	
三	9/29	繞圓滑行	
四	10/6	八字型過彎	
五	10/13	S 型前進過角標	
六	10/20	S 型前進過角標:小 S 型	
七	10/27	雙重 S 型前進過角標	
八	11/3	直線蹲溜滑行	
九	11/10	蹲溜 S 型過角標	
十	11/17	蛇板牽手接龍	
十一	11/24	蛇板牽手接龍 S 型	
十二	12/1	蛇板飄移滑行:前飄	
十三	12/8	蛇板飄移滑行:後飄	
十四	12/15	進階上板動作:後上板、跳上板	

註:各社團開課及結業日期都在同一週，請勿更動。

本表請於開課日印發給學生