

<附件一>〔學童課後社團〕每週課程表

本學期上課 次，不足課數需補足。

教學計畫(課程簡介)			
次數	日期	課程進度(上課內容簡略)	備註
1	09/25	認識街舞,了解肌群,預防運動傷害,訓練身體節奏性	
2	10/02	認識街舞,有氧暖身組合,肢體延展組合,街舞基本律動練習	
3	10/09	有氧暖身組合,肢體延展組合,初階律動組合(一),街舞舞碼教學(1)	
4	10/16	有氧暖身組合,肢體延展組合,初階律動組合(一),街舞舞碼教學(1)	
5	10/23	有氧暖身組合,肢體延展組合,街舞舞碼教學(1),隊形組合編排(一)	
6	10/30	有氧暖身組合,肢體延展組合,初階律動組合(二),街舞舞碼教學(2)	
7	11/06	有氧暖身組合,肢體延展組合,初階律動組合(二),街舞舞碼教學(2)	
8	11/13	有氧暖身組合,肢體延展組合,街舞舞碼教學(2),隊形組合編排(二)	
9	11/20	有氧暖身組合,肢體延展組合,初階律動組合(三)街舞舞碼教學(3)	
10	11/27	有氧暖身組合,肢體延展組合,初階律動組合(三)街舞舞碼教學(3)	
11	12/04	有氧暖身組合,肢體延展組合,街舞舞碼教學(3),隊形組合編排(三)	
12	12/11	有氧暖身組合,肢體延展組合,街舞舞碼教學(3),隊形組合編排(四)	
13	12/18	有氧暖身組合,肢體延展組合,街舞舞碼教學(1-3),成果驗收	