

臺南市仁愛國小 110 學年度 第一學期社團 課程規劃表

社團名稱	跆拳道 A 班		指導老師	呂條彬 0965-167-892
上課時間	每週二 16:00 ~ 17:30		上課地點	東南棟 3 樓多功能教室 B
參加年級/ 人數	【 1~6 】年級 【 依規定 】人開班，上限 【 依規定 】人		教材或 其他額外收 費	
課程簡介	攻擊防守要領			
週次	日期	課程內容	備註	
1	9/14(二)	平行、馬、行、弓步		
2	9/21(二)	★停課一次	中秋節放假	
3	9/28(二)	下、外、上、內、側(防)		
4	10/5(二)	前踢		
5	10/12(二)	旋踢		
6	10/19(二)	側踢		
7	10/26(二) )	後踢		
8	11/2(二)	★停課一次	期中考(11/4-11/5)	
9	11/9(二)	組合動作 > 前-旋		
10	11/16(二)	前-後		
11	11/23(二)	旋-側		
12	11/30(二)	旋-後		
13	12/7(二)	側-旋		
14	12/14(二)	側-後		
15	12/21(二)	後-旋		

16	12/28(二)	太極一場	
17	1/4(二)	總複習(測驗)	
<p><b>【道服費用】</b> 跆拳道正規道服二套、短袖訓練 T 恤二件，共 1000 元。(已有道服的學員可不購買)</p> <p><b>【期末測驗/晉級費用】</b> 通過測驗可獲頒由中華民國跆拳道協會認證之「級證」以及所通過之級數之道帶二條，費用為 500 元。</p>			

★本學期統二停課時間：

1	9/20(一) 中秋節調整放假
2	9/21(二) 中秋節放假
3	10/11(一) 國慶補放假
4	11/4(四)-11/5(五) 期中評量
5	12/31(五) 元旦補假
6	111/01/11(二)-01/12(三) 期末評量