

# 體育教師暑期學校 2007 年

## 教學工作坊

### 課程資料

#### A. 基本資料

課程名稱: (中文)	足毬活動教學班 I
(英文)	Teaching Shuttlecock Activities for Teachers I
編號:	PS8
日期:	19,20/7
時間:	0900-1700
地點: (中文)	路德會協同中學 九龍大坑東道 12 號
(英文)	Concordia Lutheran School 12 Tai Hang Tung Road Kowloon
對象:	在職小學及中學體育教師
名額:	30

#### B. 導師

導師名稱: (中文)	蔡學富
(英文)	CHOI HOK FU
資歷 / 簡介: (中文)	香港足毬總會副主席、高級教練及教練導師
: (英文)	Vice-chairman、Advanced Coach & Coaches' Supervisor of the Hong Kong Shuttlecock Association

導師名稱: (中文)	廖潔娥
(英文)	LIU KIT NGO
資歷 / 簡介: (中文)	香港足毬總會賽務主委、高級教練
: (英文)	Competition Panel & Advanced Coach & Coaches' Supervisor of the Hong Kong Shuttlecock Association

#### C. 課程概要

NIL

D. 課程大綱及時間表 (每一課節的日期、時間、地點及訓練練主題)(中文及英文)

日期 時間 及內容	19/7 (四)	20/7 (五)
09:00-10:30	<b>實習(一)</b> 熱身 基本技術 腳內側 / 膝部	<b>理論(一)</b> 總會簡介 賽例 / VCD (一)
1030-1035	<b>小 休</b>	<b>小 休</b>
10:35-12:05	<b>實習(二)</b> 基本技術 腳背 / 腳外側	<b>實習(五)</b> 熱身 (隊際賽) 比賽方法
12:05-12:15	<b>檢 討 及 發 問</b>	
12:15-13:30	<b>午 膳 時 間</b>	
13:30-15:00	<b>實習(三)</b> 熱身 訓練方法(一)	<b>實習(六)</b> 熱身 (單雙賽) 比賽方法
15:00-15:30	<b>觀賞</b> VCD/錄影帶 (一) 基本技術	<b>觀賞</b> VCD/錄影帶 (三) (單雙賽/學界賽) 課程編排
15:30-16:45	<b>實習(四)</b>  訓練方法(二)	<b>實習(七)</b>  綜合 訓練方法
16:45-17:00	檢討 及 小結	總 結 及 檢 討