

體育教師暑期學校 2009
教學工作坊
課程資料

A. 基本資料

| | |
|------------|---|
| 課程名稱: (中文) | 進階足毬工作坊(I) |
| (英文) | Advanced Shuttlecock Workshop (I) |
| 編號: | AR |
| 日期: | 23 & 24/07/2009 |
| 時間: | 09:00 - 17:00 |
| 地點: (中文) | 慈雲山天主教小學，九龍黃大仙蒲崗村道學校村 |
| (英文) | Tsz Wan Shan Catholic Primary School, School Village, Po Kong Village Road, Wong Tai Sin, Kowloon |
| 對象: | 在職中小學體育老師 |
| 名額: | 30 人 |

B. 導師

| | |
|---------------|--|
| 導師名稱: (中文) | 蔡學富先生 |
| (英文) | Mr. 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 Hong Kong Shuttlecock Association |

| | |
|---------------|---|
| 導師名稱: (中文) | 廖潔娥女士 |
| (英文) | Ms. Liu Kit Ngo |
| 資歷 / 簡介: (中文) | 香港足毬總會賽務主委、高級教練及教練導師 |
| (英文) | Competition Panel and Advanced Coach & Coaches' Supervisor of Hong Kong Shuttlecock Association |

C. 課程概要

| | |
|-------------------------|---|
| 課程大綱 (中文) | 鞏固基本四式技術，單、雙及隊際訓練技巧。 中小學訓練編排，講解賽例規則。 |
| (英文) | |
| 學員所需自備之裝束/設備 (中文及英文) | 運動裝、自備足毬 |

D. 課程大綱及時間表

| 日期 | 時間 | 教授主題 | 場地 |
|------------|---------------|--------------------------|-------|
| 23/07/2009 | 09:00 – 10:45 | 實習（一） 熱身 複習基本技術 | 中央籃球場 |
| | 10:45 – 11:00 | 小 休 | |
| | 11:00 – 12:00 | 實習（二） 基本技術 進階訓練方法 | 中央籃球場 |
| | 12:00 – 12:10 | 小 休 | |
| | 12:10 – 13:00 | 分析（一） 分析教學及活動/比賽時段 | 4E 課室 |
| | 13:00 – 14:00 | 午 膳 時 間 | |
| | 14:00 – 15:45 | 實習（三） 綜合進階 訓練方法(一) | 禮堂 |
| | 15:45 – 16:00 | 小 休 | |
| | 16:00 – 17:00 | 分析（二） 觀賞片段及討論 | 4E課室 |
| 24/07/2009 | 09:00 – 10:45 | 實習（四） 熱身 隊際賽比賽方法 | 禮堂 |
| | 10:45 – 11:00 | 小 休 | |
| | 11:00 – 12:00 | 實習（五） 單雙打賽事 特訓方法 | 禮堂 |
| | 12:00 – 12:10 | 小 休 | |
| | 12:10 – 13:00 | 實習（六） 另類足毬課堂 教學法 | 禮堂 |
| | 13:00 – 14:00 | 午 膳 時 間 | |
| | 14:00 – 15:45 | 實習（七） 綜合進階 訓練方法(二) | 禮堂 |
| | 15:45 – 16:00 | 小 休 | |
| | 16:00 – 17:00 | 總結及檢討 | 4E課室 |

參考資料：