

頂番國小 114 學年度下學期 跆拳道 社團上課進度表

節次	上課內容
1	尊師重道，武德宣導。檢查上學期所學動作
2	移位練習
3	對練課程 (1)
4	足技練習－足技分解動作練習、足技組合動作練習
5	品勢教學－分解動作
6	品勢教學－分解動作
7	品勢教學－連續動作
8	對練課程 (2)
9	期末測驗
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	