

# 體育教師暑期學校 2002

## 小學足毬教學課程

導師： 蔡學富先生  
鄧渭文先生  
黃志昌先生

### 教學大綱

#### 1. 簡介

- 足毬歷史及源來

#### 2. 理論

- 球例
- 熱身法
- 毬隊訓練方法
- 課堂及進度編排
- 課餘小組及特別編排
- 香港足毬總會歷史及未來發展

#### 3. 實習

- 比賽方法
- 「觀賞」毬
- 綜合訓練方法
- 基本技術
  - ◇ 內側
  - ◇ 腳背
  - ◇ 膝部
  - ◇ 腳背