

2018新竹宇宙聯足球冬令營課表

地點：東興國小

時間表	DAY1(1/25)	DAY2(1/26)	DAY3(1/29)	DAY4(1/30)	DAY5(1/31)
0800~0830	報到/暖身				
0840~0930	個人基本控球能力提升	五人制足球技術	進階防守	頭球	八人制足球技術
0940~1030	小組基本組合	小組基本組合	傳球	比賽中的控球力	基本戰術與站位
1030~1130	足球戰術解析	小型比賽	進階進攻	射門	小型比賽進攻A
1130~1200	足球規則講解	足球英語教學	守門員技術-1	守門員技術-2	防守技術
1200~1400	中午用餐與休息時間				
1400~1500	個人動作發展	運動傷害預防教學	觀察力的提升	科學實驗	小組技術
1500~1600	比賽意識提升	傳停射門	支援及控球權	守門員站位技術	小組配合與發展
1600~1700	分組對抗練習	分組對抗練習	分組對抗練習	分組對抗練習	結業式
1700~1730	活動結束 家長接送時間				

