

君子球班



教學目標

1. 學生了解君子球的技巧
2. 學生體會學習君子球的樂趣
3. 為學生日後的專項培訓作基礎打算

內容簡介

君子球是1969年瑞士生物學家布蘭德博士聯合籃球、排球、壁網球創造出來的運動，以維持健康而正當的競賽，以不侵犯別人身體活動和禮讓的態度為宗旨，做到名副其實的君子之爭，誠如孔子說的：「君子無所爭，必也射乎。揖讓而升，下而飲，其爭也君子。」在比賽當中必須有“謙虛”、“禮讓”和“誠實”等君子精神。學生在學習君子球技巧的同時亦可以學習君子球的精神。

課程預期成效

1. 基本運動技能(跑、跳、投)
2. 團隊技能(合作、設立共同目標)
3. 君子球運動基本技能(傳、接、射)
4. 君子球的運動精神(如“謙虛”、“禮讓”和“誠實”)

學生上課需要自備的物品

水樽、毛巾及護膝

相關活動介紹圖片

