臺南市仁愛國小109學年度 第一學期社團 課程規劃表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 社團名稱 | | 羽球假日A、B班 | 指導老師 | 陳敏謀教練  0931-884-516 | |
| 上課時間 | | A: 每週六 8：30 ～10：00  B: 每週六 10：10 ～11：40 | 上課地點 | 活動中心2F | |
| 參加年級/  人數 | | 【 】年級  【6 】人開班，每班上限【 10 】人 | 教材或  其他額外收費 |  | |
| 課程簡介 | |  | | | |
| 週次 | 日期 | 課程內容 | | | 備註 |
| 1 | 9/12(六) | 基本動作正反手握拍、揮拍練習、球場規則、米字步伐介紹 | | |  |
| 2 | 9/19(六) | 基本步伐前後場揮拍練習、發球、高遠球 | | |  |
| 3 | 9/26(六) | 基本步伐前後場揮拍練習、發球、高遠球、短球 | | |  |
| 4 | 10/3(六) | ★停課一次 | | | 中秋節連假 |
| 5 | 10/10(六) | ★停課一次 | | | 國慶連假 |
| 6 | 10/17(六) | 基本步伐前後場揮拍練習、發球、切球、挑球 | | |  |
| 7 | 10/24(六) | 基本步伐前後場揮拍練習、發球、切球、挑球 | | |  |
| 8 | 10/31(六) | ★停課一次 | | | 期中考(11/3、11/4)前一週停課 |
| 9 | 11/7(六) | 基本步伐前後場揮拍練習、發球、殺球、網前撲球 | | |  |
| 10 | 11/14(六) | 基本步伐左右場揮拍練習、發球、平抽球、短球 | | |  |
| 11 | 11/21(六) | 基本步伐左右場揮拍練習、發球、切球、挑球 | | |  |
| 12 | 11/28(六) | 基本步伐左右場揮拍練習、殺球、網前撲球 | | |  |
| 13 | 12/5(六) | 基本步伐前後場揮拍練習、發球、高遠球、短球 | | |  |
| 14 | 12/12(六) | 基本步伐前後場揮拍練習、發球、切球、挑球 | | |  |
| 15 | 12/19(六) | 基本步伐前後場揮拍練習、發球、殺球、網前撲球 | | |  |
| 16 | 12/26(六) | 基本步伐前後場揮拍練習、發球、殺球、網前撲球 | | |  |
| 17 | 1/2(六) | ★停課一次 | | | 元旦連假 |
| 18 | 1/9(六) | ★停課一次 | | | 期末考(1/12、1/13)前一週停課 |
| 【備註】 | | | | | |

**★本學期統六停課時間：**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 10/1(四)中秋節放假 |
| 2 | 10/2(五)彈性放假 |
| 3 | 10/9(五)彈性放假 |
| 4 | 10/10(六)國慶放假 |
| 5 | 11/3(二)、11/4(三)期中評量 |
| 6 | 1/1(五)元旦放假 |
| 7 | 1/12(二)、1/13(三)期末評量 |