108-1 康橋國際學校外聘社團課程大綱

課程所需教本與教材：無

課程所需校方採購材料：練習球

學生須自備物品：羽球拍、運動服、毛巾、水壺

授課教師	張老師	授課項目	課後羽球
授課時間	課後-週二　(17:00~18:30)		
課程目標	了解規則並能與同學進行對打		
教學方式	互動式練習，讓學生能夠輪流操作並理解如何進行		
備註	課程內容會視班級學習狀況做些微調整		

教學大綱		
週次	教學主題	課程內容
第一週	握拍/平球	
第二週	正拍發力/平球、網前小球	
第三週	反拍發力/平球、網前小球	
第四週	高遠球/揮拍、對打	
第五週	高遠球/對打、腳步	
第六週	高遠球/對打、揮拍、左右腳步	
第七週	高遠球/進階切球、揮拍	
第八週	高遠球/進階切球	

第九週	網前球/挑球、正拍發球
第十週	網前球/反拍挑球、正拍發球
第十一週	進階動作/長球、小球、前後腳步
第十二週	進階動作/長球、挑球、前後腳步
第十三週	進階動作/切球、小球、前後腳步
第十四週	進階動作/切球、挑球、前後腳步
第十五週	進階動作/左右小球、左右挑球
第十六週	進階動作/左右長球、左右挑球
第十七週	單打比賽規則講解/實際操作
第十八週	單打比賽規則講解/實際操作、發球
第十九週	雙打比賽規則講解/實際操作
第二十週	雙打比賽規則講解/實際操作、發球
第二十一週	分組對戰練習