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：羽毛球

學生須自備物品：羽毛球拍 運動鞋

授 課 教 師	蔡老師	授課項目	羽毛球
授 課 時 間	課後-週二 (17:00~18:30)		
課 程 目 標	獨立完成半場比賽 較好的學生完成全場雙打比賽		
教 學 方 式	讓學生享受羽毛球的樂趣 但較為嚴格的要求基本動作		
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	球感練習/ 向上擊球 平球	
第二週	高遠球/ 定點揮拍 定點高遠球練習	
第三週	高遠球/ 定點揮拍 定點高遠球練習	
第四週	正反手挑球練習/定點挑球揮拍 正反手定點挑球	
第五週	正反手挑球練習/定點挑球揮拍 正反手定點挑球	
第六週	發接發練習/ 兩人一組 一人發球另外一人接球	
第七週	後場腳步與高遠球/ 定點高遠球 中場退至後場擊出高遠球	
第八週	前場腳步與挑球/ 定點正反手挑球 中場移至前場正反手挑球	

第九週	後場腳步與高遠球/ 定點高遠球 中場退至後場擊出高遠球
第十週	前場腳步與挑球/ 定點正反手挑球 中場移至前場正反手挑球
第十一週	半場比賽教學/模擬半場比賽
第十二週	殺扣球練習/定點扣球
第十三週	正反手小球練習/定點正反手小球
第十四週	殺扣球練習/定點扣球 中場移至後場殺球
第十五週	正反手小球練習/定點正反手小球 中場移至前場正反手小球
第十六週	殺球上網/後場殺球後到前場正反手小球練習
第十七週	殺球上網/後場殺球後到前場正反手小球練習
第十八週	撲接球練習/網前撲球練習 中場防守練習
第十九週	撲接球練習/網前撲球練習 中場防守練習
第二十週	切球 綜合球路練習/後場定點切球 前後固定跑位綜合球路練習
第二十一週	雙打比賽教學/兩人一組模擬雙打比賽