

臺南市仁愛國小 110 學年度 第一學期社團 課程規劃表

社團名稱	羽球假日 B 班		指導老師	鄭勝鏞教練 0919-788-161
上課時間	每週六 10:10 ~ 11:40		上課地點	本校羽球場
參加年級/ 人數	有興趣者 【 10 】人開班，上限【 40 】人		教材或 其他額外收費	
課程簡介	學習正確的羽球基本動作與知識以及球場禮儀，了解羽球運動所帶來的優點。羽球是一項身體全面性運動，在孩子發育關鍵的時期，可以促進身心發展；增強免疫力；釋放孩子緊張繁重的學業壓力，活躍大腦，提高學習效率。			
週次	日期	課程內容	備註	
1	9/18(六)	★停課一次	中秋連假	
2	9/25(六)	基本動作正反手握拍、揮拍練習、球場規則、米字步法介紹、發球、高遠球		
3	10/2(六)	基本步法前後場揮拍練習、發球、高遠球、短球		
4	10/9(六)	★停課一次	國慶連假	
5	10/16(六)	基本步法左右場揮拍練習、發球、平抽球、短球		
6	10/23(六)	基本步法前後場揮拍練習、發球、殺球、網前撲球		
7	10/30(六)	★停課一次	期中考(11/4、11/5) 前一週停課	
8	11/6(六)	基本步法左右場揮拍練習、發球、平抽球、短球		
9	11/13(六)	基本步法左右場揮拍練習、發球、切球、挑球		
10	11/20(六)	基本步法左右場揮拍練習、殺球、網前撲球		
11	11/27(六)	基本步法前後場揮拍練習、發球、高遠球、短球		
12	12/4(六)	基本步法左右場揮拍練習、發球、平抽球、短球		
13	12/11(六)	基本步法前後場揮拍練習、發球、切球、挑球		
14	12/18(六)	★停課一次	全國公民投票 12/18	
15	12/25(六)	基本步法前後場揮拍練習、發球、殺球、網前撲球		
16	1/1(六)	★停課一次	元旦休假	
17	1/8(六)	★停課一次	期末考(1/11、1/12) 前一週停課	
18	1/15(六)	學期成果回饋、舉辦社團期末對內分組比賽、頒獎		

★本學期統六停課時間：

1	9/20(一) 中秋節調整放假
2	9/21(二) 中秋節放假
3	10/11(一) 國慶補放假
4	11/4(四)-11/5(五) 期中評量
5	12/31(五) 元旦補假
6	111/01/11(二)-01/12(三) 期末評量