

桃園市中壢區新明國民小學 112 學年度（上）課後社團活動課程教學實施計劃

社團名稱：網球王子-迷你網球

上課時間：星期三 12：50-14：50 對象：本校 3 ～ 6 年級學生

一、課程活動時間及內容

編號	日期	課程內容	備註
1	09/13	網球文化、上課大綱、上課方式簡介、熱身運動分析與實作	
2	09/20	正拍：基本動作講解與實作、原地擊球	
3	09/27	正拍：基本動作複習、原地擊球、腳步移位	
4	10/04	正拍：基本動作複習、隔網擊球、腳步移位	
5	10/11	反拍：基本動作講解與實作、原地擊球	
6	10/18	反拍：基本動作複習、原地擊球、腳步移位	
7	10/25	反拍：基本動作複習、隔網擊球、腳步移位	
8	11/01	網前截擊：基本動作講解與實作、隔網擊球、腳步移位	
9	11/08	高壓扣殺：基本動作講解與實作、原地擊球、隔網擊球	
10	11/15	網球發球：基本動作講解與實作、隔網擊球	
11	11/22	綜合練習：結合各項網球技能進行練習	
12	11/29	迷你網球比賽：了解網球比賽規定與方法	
13	12/06	綜合練習、迷你網球比賽	

二、任課教師學經歷：

編號	姓名	學歷	經歷	聯絡電話
1	黃皓群	研究所	桃園市網球代表隊選手 中華民國網球協會合格教練	
2	邱筱峰	大學	桃園市網球代表隊選手 中華民國網球協會合格教練	