

17.暑期羽球班

僑愛國小辦理 109 年度桃園市社區多功能學習中心

【暑期羽球】班

教學進度表

授課教師：簡文興

次數	日期	時間	課程內容	授課時數
1	7/20	A:8:00-10:00 B:10:00-12:00	羽球運動的器材裝備介紹及五項技巧	2
2	7/21	A:8:00-10:00 B:10:00-12:00	基本前後左右步法及羽球的握拍法、執球法及發球技術	2
3	7/22	A:8:00-10:00 B:10:00-12:00	基本前後左右步法及羽球的握拍法、執球法及發球技術	2
4	7/23	A:8:00-10:00 B:10:00-12:00	平擊球及發球技術	2
5	7/24	A:8:00-10:00 B:10:00-12:00	平擊球及發球技術	2
6	7/27	A:8:00-10:00 B:10:00-12:00	長球及網前短球技術	2
7	7/28	A:8:00-10:00 B:10:00-12:00	長球及網前短球技術	2
8	7/29	A:8:00-10:00 B:10:00-12:00	切吊球、挑球技術	2
9	7/30	A:8:00-10:00 B:10:00-12:00	切吊球、挑球技術	2
10	7/31	A:8:00-10:00 B:10:00-12:00	總複習	2
		合計		20



桃園縣僑愛國民小學活動照片

時 間：109.7.20-109.7.31 / 08:00~12:00

活動名稱：羽毛球課程



說明：教練積極的訓練學員。



說明：學員們都用心的學習。



說明：動作要做確實。



說明：教練提醒學員注意事項。