

臺北市士林區福林國小 113 學年度 第二學期 課後社團活動課程計畫表

社團名稱			課後羽毛球社	開課時段	每週五 14：30-16：00 (B 段)	
指導老師			施永圭			
活動地點			活動中心			
課程簡介			對羽毛球基礎認知,包括(1)各種基本動作,(2)力量掌握, (3)速度控制,(4)耐力訓練			
上課材料			☐ 不須購買材料。			
			☐ 須購買材料，如下表所列：			
			品名	用途說明	規格／型號	參考售價
			【學務處審核結果】			
☒ 通過 ☐ 不通過						
學期 週次	上課 節次	上課 日期	活動（課程）內容	備註（所需材料）		
二	1	02/17~02/21	羽球的握拍法(正拍)			
三	2	02/24~02/28		2/28-3/2 和平紀念日連假 3 天		
四	3	03/03~03/07	羽球的握拍法(正拍)			
五	4	03/10~03/14	羽球的握拍法(反拍)			
六	5	03/17~03/21	羽球的握拍法(反拍)			
七	6	03/24~03/28	執球法及發球			
八	7	03/31~04/04		4/3-4/6 兒童節暨清明連假 4 天		
九	8	04/07~04/11	執球法及發球			
十	9	04/14~04/18	左右步法			
十一	10	04/21~04/25	左右步法			
十二	11	04/28~05/02	前後步法			
十三	12	05/05~05/09	前後步法			
十四	13	05/12~05/16	平擊球(正拍)			
十五	14	05/19~05/23	平擊球(正拍)			
十六	15	05/26~05/30		5/30(五)端午節連假 3 天		
十七	16	06/02~06/06	平擊球(反拍)			
十八	17	06/09~06/13	平擊球(反拍)			
十九	18	06/16~06/20	長球(反拍)			
註 1：活動課程內容可依老師授課實際情形略做調整。						
註 2：期末須繳交社團上課紀錄照片至少 10 張(影片亦可)，參與才藝發表會或期末成果發表者免繳交。						

註 3：如因課程需要須另收材料費，請務必於課程表中載明用途、規格及價格，待學務處審核通過後，方得進行購買意願調查統計、採購及收費事宜。