

【附件二】課程計劃表

週五桌球 社

堂次	預計授課內容	備註
課程簡介	桌球為目前球類五大運動之一，通過桌球的學習讓學員培養良好的邏輯思維和問題解決能力，以及透過桌球培養專注力、體能、操作技巧等全身發展	
1	了解桌球知識 (球桌、球拍種類、球規格、應用及規則)	
2	球感練習(平衡高手)	
3	球感練習(我要努力向上)(向上擊球)	
4	球感練習(運球小子)(向下擊球)	
5	正手發球練習	
6	反手推擋球練習(樂樂桌球)	
7	反手推擋球練習(打倒高牆)	
8	空手揮拍擊球練習	
9	步伐練習 (移動腳步擊球)	
10	殺球練習(命中目標) (講解殺球動作及揮拍)	
11	單打練習 (講解雙打規則)	
12	單打比賽 (兩人一組)	
13	雙打練習 (講解雙打規則)	
14	雙打練習 (四人一組)	
15	總複習	

※ 以上課程會依小朋友的學習能力作調整，僅為參考。

※ 上課若適逢放假日或彈性放假日，請自行與學員聯繫，順延補課，務必上滿原訂堂課(15 堂)。

※ 課程計畫表在報名期間會公布在學校網站，供家長參考。

【附件三】講師簡介

姓名	黃志華
社團	週五桌球社
相關學歷	東吳大學畢業 中華民國課後社團協會 C 級桌球教練
相關經歷	桃園市蘆竹區大竹國小體育教師 幸福國小桌球社教練 員樹林國小桌球社教練
備註	需帶物品：水、毛巾、桌球拍（桌球拍裝備皆可由教練代購）黃教練 0935-259-126