

桃園市大溪區大溪國小 111 學年度第一學期學生多元成長營課程計
劃表
(羽球) 社

堂次	授課內容	備註
1	羽球基本認知、握拍及正手發球動作簡介	
2	正手發球練習、長球揮拍	
3	正手發球練習、長球揮拍	
4	長球練習、正手挑球揮拍	
5	長球練習、正手挑球揮拍	
6	正手挑球練習、反手挑球揮拍	
7	正手挑球練習、反手挑球揮拍	
8	基本步伐講解	
9	基本步伐練習	
10	基本步伐練習	
11	羽球比賽規則介紹(單打)	
12	羽球比賽規則介紹(雙打)	
13	單打比賽	
14	雙打比賽	