

【附件四】

課後社團才藝班 暑羽二上 課程計畫表

課程名稱	暑羽二上	授課者	黃姿瑛
招收對象/人數	3-6年級，12-20人	上課起訖日	7/13~24
課 程 計 畫 表			
上課日	授課內容	上課日	授課內容
7/13 (一)	.依程度分組 .體能專項體能遊戲 .基本動作糾正	7/20 (一)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球與退直線步法
7/14 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .發球(正手、反手小與長)	7/21 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .切球與退直線步法
7/15 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前正反拍放與挑 .網前步法	7/22 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .殺球與退直線步法
7/16 (四)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .平球正反與左右步法	7/23 (四)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前封網
7/17 (五)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球基本動作	7/24 (五)	.單、雙打分組比賽

課後社團才藝班 暑羽二下 課程計畫表

課程名稱	暑羽二上	授課者	黃姿瑛
招收對象/人數	3-6年級，12-20人	上課起訖日	7/13~24
課 程 計 畫 表			
上課日	授課內容	上課日	授課內容
7/13 (一)	.依程度分組 .體能專項體能遊戲 .基本動作糾正	7/20 (一)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球與退直線步法
7/14 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .發球(正手、反手小與長)	7/21 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .切球與退直線步法
7/15 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前正反拍放與挑 .網前步法	7/22 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .殺球與退直線步法
7/16 (四)	.復習動作	7/23 (四)	.復習動作

	.體能專項體能遊戲 .平球正反與左右步法		.體能專項體能遊戲 .網前封網
7/17 (五)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球基本動作	7/24 (五)	.單、雙打分組比賽

課後社團才藝班 暑羽三上 課程計畫表

課程名稱	暑羽三上	授課者	黃姿瑛
招收對象/人數	3-6年級，12-20人	上課起訖日	7/27~8/7
課 程 計 畫 表			
上課日	授課內容	上課日	授課內容
7/27 (一)	.依程度分組 .體能專項體能遊戲 .基本動作糾正	8/3 (一)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球與退直線步法
7/28 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .發球(正手、反手小與長)	8/4 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .切球與退直線步法
7/29 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前正反拍放與挑 .網前步法	8/5 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .殺球與退直線步法
7/30 (四)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .平球正反與左右步法	8/6 (四)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前封網
7/31 (五)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球基本動作	8/7 (五)	.單、雙打分組比賽

課後社團才藝班 暑羽三下 課程計畫表

課程名稱	暑羽三下	授課者	黃姿瑛
招收對象/人數	3-6年級，12-20人	上課起訖日	7/27~8/7
課 程 計 畫 表			
上課日	授課內容	上課日	授課內容
7/27 (一)	.依程度分組 .體能專項體能遊戲 .基本動作糾正	8/3 (一)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球與退直線步法
7/28 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .發球(正手、反手小與長)	8/4 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .切球與退直線步法

7/29 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前正反拍放與挑 .網前步法	8/5 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .殺球與退直線步法
7/30 (四)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .平球正反與左右步法	8/6 (四)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前封網
7/31 (五)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球基本動作	8/7 (五)	.單、雙打分組比賽

課後社團才藝班 暑羽四上 課程計畫表

課程名稱	暑羽四上	授課者	黃姿瑛
招收對象/人數	3-6年級，12-20人	上課起訖日	8/10~21
課 程 計 畫 表			
上課日	授課內容	上課日	授課內容
8/10 (一)	.依程度分組 .體能專項體能遊戲 .基本動作糾正	8/17 (一)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球與退直線步法
8/11 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .發球(正手、反手小與長)	8/18 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .切球與退直線步法
8/12 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前正反拍放與挑 .網前步法	8/19 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .殺球與退直線步法
8/13 (四)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .平球正反與左右步法	8/20(四)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前封網
8/14 (五)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球基本動作	8/21(五)	.單、雙打分組比賽

課後社團才藝班 暑羽四下 課程計畫表

課程名稱	暑羽四下	授課者	黃姿瑛
招收對象/人數	3-6年級，12-20人	上課起訖日	8/10~21
課 程 計 畫 表			
上課日	授課內容	上課日	授課內容

8/10 (一)	.依程度分組 .體能專項體能遊戲 .基本動作糾正	8/17 (一)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球與退直線步法
8/11 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .發球(正手、反手小與長)	8/18 (二)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .切球與退直線步法
8/12 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前正反拍放與挑 .網前步法	8/19 (三)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .殺球與退直線步法
8/13 (四)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .平球正反與左右步法	8/20(四)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .網前封網
8/14 (五)	.復習動作 .體能專項體能遊戲 .長球基本動作	8/21(五)	.單、雙打分組比賽