

月眉國小迷你網球教學課程進度

教學年級：四年級

授課：張景富老師

週(節)次	課程內容	備註
第一次(節)	1. 迷你網球介紹 2. 球的遊戲 球感、自拋拍手、自拋轉身、 自拍一下落地一下	體能： 撿球折返跑
第二次(節)	1. 持拍動作介紹 2. 持拍與球的遊戲 持拍前行、拍球拍手、拍球轉身、 上拍前行、下拍前行	
第三次(節)	1. 兩人傳球 2. 兩人互拍(無格線) 3. 兩人互拍(有格線)	
第四次(節)	1. 揮拍動作介紹 2. 對牆揮拍 3. 兩人互拍(過網)	
第五次(節)	1. 場地及球具設備介紹 2. 迷你網球比賽規則介紹- 單打、雙打(示範)	
第六次(節)	1. 發球動作介紹 2. 單打練習 3. 雙打練習	
第七次(節) 及之後	1. 雙打友誼賽 2. 基本動作再練習	依學生學習狀 況安排