

2024 / 2025 學年餘暇活動(中學部)

餘暇活動 課程名稱	乒乓球班
課程內容 簡介	1. 了解乒乓球的基本理論知識及競賽規則； 2. 掌握正確的握拍手法、站位、步法和乒乓球的基本攻； 3. 學習乒乓球的基本戰術,並在比賽中靈活運用；
教學目標	1. 透過課堂提高學生對乒乓球的興趣，從而鍛鍊學生身體的靈活性和協調性； 2. 通過學、練、賽提高學生的技術水平，激發學生對乒乓球的興趣及團隊精神。
課程預期 成效	學生能基本掌握乒乓球的基本技術： 正手攻球、發球；反手推擋、發球；正反手下旋搓球等技術。
對象	初一至高三
學生自備 物品	乒乓球拍
材料費	/