

臺北市立北安國民中學 114 學年度第一學期社團活動教學進度表

社團名稱	桌球社	預計招收人數	18
教師姓名	陳亮穎	上課地點	桌球室
社團簡介	認識桌球基礎，也透過桌球來強化身體機能與技術		
器材	桌球拍、桌球	材料費用	無
週次	日期	上課內容	
三	114 年 9 月 19 日	認識桌球規則與基礎	
四	114 年 9 月 26 日	正反手基礎打法與發球	
五	114 年 10 月 17 日	正反手基礎打法與發球	
六	114 年 11 月 14 日	不定點正反手打法與比賽	
九	114 年 11 月 21 日	不定點正反手打法與比賽	
十二	114 年 12 月 5 日	正反手和下旋球的打法與處理	
十三	114 年 12 月 12 日	正反手和下旋球的打法與處理	
十六	114 年 12 月 19 日	正反手和下旋球的打法與處理	
十八	115 年 1 月 2 日	融合所有技術 分組進行比賽	