

幼兒乒乓球

課程設計：Haywood SYH & Co.

課程主辦：Guo Sui United Association

課程簡介

由教練以輕鬆手法教授乒乓球技術、
提升兒童之反應能力與四肢協調力，
培養良好之學習態度。

本會備有完整之訓練教案，學生在報名前，
已經看得見我們的質素、想像得到將會學到什麼！

Syllabus – 乒乓球

課程由五大重點組成

- 運動前熱身，舒展技巧
- 多種不同之揮拍練習，鞏固打球姿勢
- 按訓練模組下作技術培訓

Teaching Material Included :

- Syllabus – Training Module
- Lesson Plan

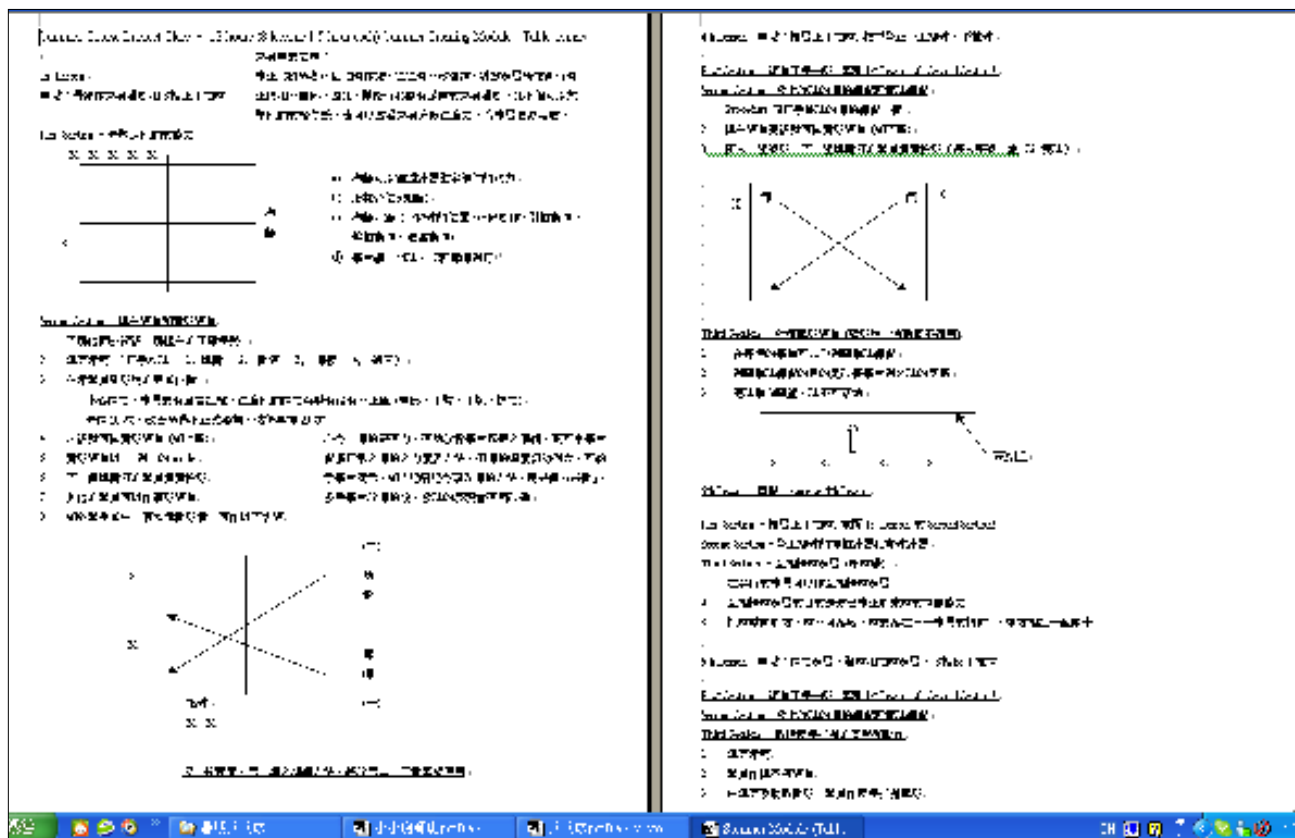
Education Profile :

Student ages between (below 6)

➤ *Focusing area :*

熱身，舒展運動、正手攻球技巧、開球技巧、步法、規則

➤ *Game Playing :* 多球下之模組訓練、遊戲



自 2001 年起，國粹一直承諾以內部資源培訓人才、設計合時之教授內容及方法。由早期之乒乓球、羽毛球興趣班，至乒乓球、羽毛球（金、銀、銅級）訓練課程，引證本會之成長進步。於 2005 年，本會首次開辦羽毛球指導員訓練課程。目標提升 13 歲以上之學員認識球類項目於香港之發展。並銜接裁判員、助教及教練培訓。課堂及實習之合併教法，讓學員更容易掌握所學到的、且自如地應用。

