**項目:**桌球

**1.熱身（2X2）**

**※補充（1X1）**

**器材:**角錐、桌球、桌球拍

**活動設計:**

1. **熱身:**雙人交叉走位碰桌練習
2. **小組：**

❶一對二：交叉走位碰交角椎練習

❷二對二：交叉走位碰交角椎練習

1. **團體：**

❶連續移動：指定幾位固定發球，其他人

按指定路線接球回傳，並接

續在不同桌直線移動接球。

❷S形：指定幾位固定發球，其他人隔桌

S形路線接球回傳，並接續在不

同桌移動。

**3.團體**

❶連續移動

❷S形





**2.小組**

❶一對二

❷二對二