

開南管理學院體育課程教學計畫

- 一、 課程名稱：體育四-桌球
- 二、 授課教師姓名：彭譯箴
- 三、 授課學年度：九十四學年度第二學期
- 四、 必選修：必修
- 五、 開課年級：
- 六、 學分數：0
- 七、 每週授課時數：二小時

- 八、 教學目標：
 1. 培養學生對桌球運動的興趣。
 2. 養成正確的學習觀念。
 3. 認識比賽方式及規則。

- 九、 課程摘要：
 1. 桌球簡史及場地設備介紹。
 2. 發球。
 3. 推擋。
 4. 左推右攻。
 5. 測驗。

- 十、 授課方法：講解法 實作法 討論法 演習法 問答法 其他

- 十一、 評量方式：
 1. 認知：網球常識測驗 10%
 2. 技能：術科測驗 50%
 3. 情意：學習態度 40%

- 十二、 參考用書：

桌球教室、網路資訊。

※備註：上課內容依實際情形另調整之。



十三、教學進度：

週次	內容	說明
一	教學準備週	1. 課程介紹。2. 評分與測驗方式說明。
二	學習課程概要說明	1. 場地設備介紹。2. 握拍法。3. 球感練習。
三	推擋動作解析與練習	1. 推擋。2. 分組練習
四	推擋+步伐移位練習	1. 推擋+步伐移位說明與分組練習。
五	正手抽球+推擋配合	1. 正手拍抽球、練習。2. 配合推擋
六	正手抽球+左推右攻+步伐	1. 正手抽球複習。2. 左推右攻+步伐練習。
七	左推右攻不同定點練習	左推右攻：兩點、定點及不定點練習
八	發球介紹	1. 快速直球級第三版正手抽球。
九	發球+擋球	發下旋球級側下旋球、擋球練習
十	弧圓球介紹	弧圓球練習
十一	規則講解+雙打	1. 規則說明。2. 雙打練習
十二	比賽練習	1. 雙打比賽。2. 單打比賽。
十三	分組比賽	1. 雙打比賽。2. 單打比賽。
十四	分組比賽	1. 雙打比賽。2. 單打比賽。
十五	技能測驗	發球、推擋
十六	技能測驗	左推右攻
十七	筆試測驗	桌球常識測驗
十八	補考	補考、總複習

