

開南管理學院 九十二年度第二學期

學系科目教學計劃表

體育室

科目代碼	科目名稱	授課教師	修別	開課年級	學分數	每週時數
	中文：網球	彭譯箴	<input checked="" type="checkbox"/> 必修 <input type="checkbox"/> 選修			2
	英文：Tennis	先修課程				
教學目標與內容	一、目標：(一)培養學生對網球、羽球及桌球的興趣及正確的學習觀念。 (二)了解網球、羽球及桌球相關運動傷害常識及預防。 (三)認識場地、比賽方法及規則。 二、內容：(一)網球：球感練習、正手拍擊球、反手拍擊球、測驗。 (二)羽球：球感練習、					
實施方法	<input checked="" type="checkbox"/> 講解法。 <input checked="" type="checkbox"/> 實作法。 <input checked="" type="checkbox"/> 討論法。 <input checked="" type="checkbox"/> 演習法。 <input checked="" type="checkbox"/> 問答法。 <input type="checkbox"/> 其他 ()。					
評量方式	術科測驗 60%(正手拍擊球 20%、反手拍擊球 20%、發球 20%)。體育常識 10%。平時表現 30%。					
授課使用及參考書籍	Tennis 雜誌、網球教室					
科目簡介 (可含大綱及教學進度)						
第一週：教學內容、上課注意事項、測驗內容、網球現勢、場地介紹及運動傷害防護說明。						
第二週：握拍法介紹球感及節奏練習、正手拍基本動作解析、示範及擊球角度說明；徒手揮拍練習。						
第三週：正手拍擊球分組練習：原地自拋與分組擊著地練習。						
第四週：教師分組拋球練習及分組自拋擊著地練習。						
第五週：講解步伐運用的重要性及配合徒手空揮拍練習；半場餵球練習及動作糾正。						
第六週：底線餵球練習及動作糾正；二人一組於半場對打說明及練習。						
第七週：正手拍擊球測驗。						
第八週：單、雙手反手拍的適用對象講解及反手拍揮空拍練習。						
第九週：反手拍擊球分組練習：原地自拋與分組擊著地練習。						
第十週：教師分組拋球練習及分組自拋擊著地練習。						
第十一週：講解步伐運用的重要性及配合徒手空揮拍練習；半場及底線餵球練習及動作糾正。						
第十二週：運用長、短、左、右多種角度的擊球練習。						
第十三週：反手拍擊球測驗。						
第十四週：發球動作分析拋球點說明、示範及個別練習。						
第十五週：發球動作綜合練習。						
第十六週：發球測驗。						
第十七週：體育常識測驗。						
第十八週：正、反拍擊球補考						

課程委員會召集人：

主任
林國棟

授課教師：彭譯箴