

開南管理學院體育課程教學計畫

- 一、 課程名稱：桌球
- 二、 授課教師姓名：彭譯箴
- 三、 授課學年度：九十四學年度第一學期
- 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

課務組
94.10.20
收文章