

開南大學 96 年度第 1 學期 體育室學系、所、中心科目教學計劃表

課程編號	0	0	2	0	2	0	3	3	0	<input checked="" type="checkbox"/> 必修 <input type="checkbox"/> 選修	授課教師：黃曉筠 老師 開課系所：體育室 年級班別：年 班
班次	02										
課程名稱(中文)										學分數	課程名稱(英文)
體育三-桌球										0	PHYSICAL EDUCATION-3 (TABLE TENNIS)
教學目標 與內容	<p>壹、教學目標</p> <p>一、瞭解桌球起源及現況、未來發展趨勢。</p> <p>二、使了解並體會桌球運動之樂趣及益處。</p> <p>三、學習正確的基本動作及戰術技巧運用。</p> <p>四、熟悉比賽規則。</p> <p>五、培養正當休閒運動之興趣，享受桌球比賽的樂趣。</p> <p>六、建立正確運動觀念。</p> <p>貳、教學內容</p> <p>一、桌球概論探討</p> <p>二、環境介紹、桌球用具介紹、基本桌球握拍方式介紹</p> <p>三、桌球技術探討（基本姿勢、動作、應用動作）</p> <p>四、基本動作練習(含各種打法、步伐)</p> <p>五、實戰體驗（單打、雙打、挑戰賽）</p> <p>桌球競技欣賞、個人心得分享</p>										
實施方法	<input type="checkbox"/> 講解法 <input checked="" type="checkbox"/> 實作法 <input type="checkbox"/> 討論法 <input type="checkbox"/> 演習法 <input type="checkbox"/> 問答法 <input type="checkbox"/> 其他_____										
評量方式	期中測驗 30% 期末測驗 40% 平時成績 30% 其他_____ 成績□□%										
授課使用及 參考書籍	(請按作者、書名、版別、出版商、發行地、出版年份、起訖頁數順序填寫)。										
	一、體育教材教法與評量--桌球，教育部，民國 86 年。										
	二、國際桌球規則 2002-2003，中華民國體育運動總會，民國 91 年。										
科目簡介(可含大綱及教學進度)：											



- 一、 桌球概論探討
- 二、 環境介紹、桌球用具介紹、基本桌球握拍方式介紹
- 三、 桌球技術探討（基本姿勢、動作、應用動作）
- 四、 基本動作練習(含各種打法、步伐)
- 五、 實戰體驗（單打、雙打、挑戰賽）
- 六、 桌球競技欣賞、個人心得分享

說明：

1. 授課教師於學期前填寫本表，經課程委員會審核後，影印分送給教師所屬課程委員會召集人，授課班級所屬系、所及教務處課務組；並於開始上課時，將本內容向學生說明。
2. 本表於 91.4.23 第四次校課程委員會討論通過。

課程委員會召集人：**體育室主任 戴偉謙**

授課教師：**曹曉宇 0960907**



開南大學 96 年度第 1 學期 桌球 教學進度表

週次	日期	單元名稱	主要教學內容	教學時數	授課教室
一	09/11	簡介	桌球運動介紹(含學期相關規定事項)	2	桌球室
二	09/18	分組 基本動作練習	基本體能介紹與練習 球感練習、接發球練習 近檯正手接球練習	2	桌球室
三	9/25	分組 基本動作練習	基本體能練習 球感練習、接發球練習 近檯正手接球練習	2	桌球室
四	10/02	分組 基本動作練習	基本體能練習 球感練習、推擋球練習 近檯正手接球練習	2	桌球室
五	10/09	分組 基本動作練習	發球練習、推擋球練習 正手長球及切球練習	2	桌球室
六	10/16	分組 基本動作練習	發球練習、正反手推擋球練習 正手長球及切球練習	2	桌球室
七	10/23	分組 基本動作練習	發球練習、近檯正手接球基本動作練習 正手拉弧圈球練習	2	桌球室
八	10/30	分組 基本動作練習	綜合練習	2	桌球室
九	11/06	分組 基本動作練習	近檯正手接球基本動作練習 正手殺球練習	2	桌球室
十	11/13	分組 基本動作練習	近檯正手接球基本動作練習 正手殺球及接殺球練習	2	桌球室
十一	11/20	基本動作測驗	基本球感測驗、定點長球測驗	2	桌球室
十二	11/27	比賽練習	單打比賽	2	桌球室
十三	12/04	比賽練習	團體賽、規則、賽程、排點	2	桌球室
十四	12/11	比賽練習	團體賽、規則、賽程、排點	2	桌球室
十五	12/18	術科測驗	發球準度測驗 一分鐘長球測驗	2	桌球室
十六	12/25	術科測驗	單打排名賽 接發球回擊準度測驗	2	桌球室
十七	01/01	學科測驗	筆試(教學評量)	2	桌球室
十八	01/08	總整理週	補考 檢討	2	桌球室

