

開南管理學院九十四年度第一學期體育課程教學計劃表

週次	日期	教學單元	教學內容進度
一	9/20	教學準備週	課程介紹
二	9/27	學習課程概要說明	1.課程簡介 2.場地設備介紹 3.測驗方式 4.網球基本規則介紹
三	10/4	正手拍著地球講解	1.空揮練習 2.基本動作練習 3.原地自拋擊球練習
四	10/11	正手拍著地球講解	1.分組拋球擊球練習 2.分組底線回擊練習
五	10/18	正手拍截擊球擊球要領	1.後擺、擊球、收拍練習 2.分組練習
六	10/25	正手拍截擊球的擊球技巧	1.正手截擊的基本要領 2.分組練習
七	11/1	正手拍著地球及截擊球綜合練習	分組練習
八	11/8	技能測驗(一)	正手拍著地球、截擊球練習測驗
九	11/15	反手拍著地球講解	1.空揮練習 2.基本動作練習 3.單、雙手反拍的適用對象講解
十	11/22	反手拍著地球講解	1.分組拋球擊球練習 2.分組底線回擊練習
十一	11/29	反手拍截擊球擊球要領	1.後擺、擊球、收拍練習 2.分組練習
十二	12/6	反手拍截擊球的擊球技巧	1.反手截擊練習 2.分組練習
十三	12/13	反手拍著地球及截擊球綜合練習	分組練習
十四	12/20	發球講解	1.動作講解 2.拋球動作練習 3.空揮練習 4.發球擊球練習
十五	12/27	技能測驗(二)	綜合測驗
十六	1/3	筆試測驗	網球常試測驗
十七	1/10	補考	補考、總整理
十八	1/17	期末考試週(停課)	

課務組
94.10.20
收文章