

## 開南管理學院 93 年度第二學期 體育學系科目教學計畫表

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	施瑩悌	<input type="checkbox"/> 必修 <input type="checkbox"/> 選修			二小時
	英文：Tennis	先修課程				
教學目標與內容	<p>目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 培養學生對網球運動的興趣。</li> <li>2. 養成正確的學習觀念。</li> <li>3. 認識比賽方式及規則。</li> </ol> <p>內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 網球簡史及場地設備介紹</li> <li>2. 正手拍擊球</li> <li>3. 反手拍擊球</li> <li>4. 發球</li> <li>5. 測驗</li> </ol>					
實施方法	<input type="checkbox"/> 講解法 <input 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 30% 平時成績 40% 其他 ( ) 成績 100%					
授課使用及參考書籍						

目簡介(含大綱及教學進度)	<ol style="list-style-type: none"> <li>(一) 網球運動概論及簡介</li> <li>(二) 個人基本動作及打擊法</li> <li>(三) 進階練習</li> <li>(四) 進階擊球練習 (擊球前基本動作的練習, 各種距離的擊球練習)</li> <li>(五) 複合練習</li> <li>(六) 測驗</li> </ol>
---------------	---

課程委員會召集人：

體育室  
主任 廖貴鋒

授課教師：施瑩悌

## 開南管理學院九十三 學年度第 二 學期體育課程教學進度表

週次	日期	單元名稱	主要教學內容	教學時數	授課教室
一		學期課程概要說明	課程簡介, 概論, 器材簡介, 網球簡易規則	2	網球場
二		正手拍揮空拍及球感練習	1. 徒手拍球。2. 拍球(執拍)練習。3. 正手拍揮空拍。	2	網球場
三		正手拍擊著地球練習	1. 原地自拋擊著地球練習。2. 分組拋球擊著地球練習	2	網球場
四		正手拍步伐及正手拍擊球練習	1. 講解步伐運用的重要性及練習。2. 餵球練習底線抽球。	2	網球場
五		正手拍擊球練習	1. 對牆擊球練習。2. 兩人一組半場近距離抽球。	2	網球場
六		正手拍擊球練習及步伐運用	長距離的步伐運用及兩人一組底線抽球。	2	網球場
七		單·雙手反手拍的適用對象講解	1. 單·雙手反手拍的適用對象講解。	2	網球場
八		反手拍擊著地球練習	1. 原地自拋擊著地球練習。2. 分組拋球擊著地球練習	2	網球場
九		反手拍步伐及正手拍擊球練習	1. 講解步伐運用的重要性及練習。2. 餵球練習底線抽球。	2	網球場
十		反手拍擊球練習	1. 對牆擊球練習。2. 兩人一組半場近距離抽球。	2	網球場
十一		反手拍擊球練習及步伐運用	長距離的步伐運用及兩人一組底線抽球。	2	網球場
十二		正反手拍擊球練習	運用長短左右多種角度的多球練習。	2	網球場
十三		發球練習	1. 發球的動作講解。2. 拋球動作練習。3. 發球動作空拍練習。	2	網球場
十四		發球練習	1. 加強拋球動作的穩定度。2. 平擊式發球練習。	2	網球場

十五		發球練習	1. 加強發球落點的準確性 練習	2	網球場
十六		術科測驗	正手拍擊球測驗	2	網球場
十七		筆試測驗	反手拍擊球測驗	2	網球場
十八		補考	總整理、補考	2	網球場