

開南大學 95 年度第二學期 體育二桌球 教學計劃表

課程編號	002010320	<input checked="" type="checkbox"/> 必修	授課教師：林國銘 老師
班次	03	<input type="checkbox"/> 選修	開課系所：體育室
課程名稱(中文)		學分數	課程名稱(英文)
體育二 - 桌球		0	Table Tennis
教學目標 與內容	<p>一、教學目標：</p> <p>(一)培養學生對桌球運動的興趣。</p> <p>(二)指導桌球運動相關知識與規則，並學會欣賞桌球比賽。</p> <p>(三)探討目前網球發展現況。</p> <p>(四)指導桌球基本技術，並使同學能夠做出各種控球的動作。</p> <p>二、課程內容：</p> <p>(一)桌球概論探討(歷史、國內外發展概況、其他常識與禮儀介紹)</p> <p>(二)桌球技術探討(基本動作、應用動作)</p> <p>(三)桌球比賽欣賞與個人心得分享</p>		
實施方法	<input checked="" type="checkbox"/> 講解法 <input type="checkbox"/> 實作法 <input type="checkbox"/> 討論法 <input type="checkbox"/> 演習法 <input checked="" type="checkbox"/> 問答法 <input type="checkbox"/> 其他_____		
評量方式	技能測驗 60% 認知測驗 20% 學習態度 20%		
授課使用及 參考書籍	<p>(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)。</p> <p>林明聲(2000)。桌球學習技巧。台南：大坤書局有限公司。</p> <p>吳家文(2005)。桌球技術入門。台南：大坤書局有限公司。</p> <p>*課堂補充講義</p>		
科目簡介(可含大綱及教學進度)：	<p>一、教學大綱：</p> <p>(一)桌球概論(教學內容說明、個人健康情況瞭解、個人桌球技能檢定)</p> <p>(二)基本動作練習(握拍法、步法、正、反手拍擊球)</p> <p>(三)應用動作練習(接發球技術、削球、殺球、拉弧圈球)</p> <p>(四)比賽規則講解(單打、雙打、團體賽)</p> <p>(五)筆試測驗</p> <p>二、教學進度：如附表</p>		
備註：	<p>1.雨天改至教室上學科課程或影帶欣賞，原則每學期以兩次為原則。</p> <p>2.教學進度內容視學生學習成效作適當調整。</p>		

課程委員會召集人：

授課教師：林國銘

林國銘



開南大學 95 學年度第二學期 體育二桌球 教學進度表

週次	日期	單元名稱	主要教學內容	授課教室
一	3/1	準備週(課程介紹)	桌球運動介紹、課程評量方式說明、上課注意事項及規定。	桌球教室
二	3/8	桌球入門 & 球感體驗	1. 握拍法、基本姿勢及球拍介紹。 2. 對空擊球及對牆擊球。 3. 個人桌球技術鑑定、分組。	桌球教室
三	3/15	基本動作(一)	1. 正手平擊球及發球練習。 2. 接正手發球及正手拍對抽球練習。 3. 反手推檔練習。	桌球教室
四	3/22	應用動作(一)	1. 正手拉弧圈球練習。 2. 正手拉弧圈球練習。	桌球教室
五	3/29	應用動作(二)	1. 正手殺球練習。 2. 接正手殺球練習。	桌球教室
六	4/5	清明節放假		桌球教室
七	4/12	應用動作(三)	1. 正手削球練習。 2. 接正手削球練習。	桌球教室
八	4/19	應用動作(四)	1. 反手削球練習。 2. 接反手削球練習。	桌球教室
九	4/26	技能測驗(一)	對牆擊球測驗	桌球教室
十	5/3	應用動作(五)	1. 各種正手發球介紹(平快球、下旋球、上旋球)。 2. 接各種正手發球練習。	桌球教室
十一	5/10	應用動作(六)	1. 各種反手發球介紹(平快球、下旋球、上旋球)。 2. 接各種反手發球練習。	桌球教室
十二	5/17	模擬比賽練習(一)	1. 講解比賽簡易規則。 2. 單打、規則練習。	桌球教室
十三	5/24	模擬比賽練習(二)	1. 講解比賽簡易規則。 2. 雙打、規則練習。	桌球教室
十四	5/31	比賽練習(一)	單打排名賽	桌球教室
十五	6/7	比賽練習(二)	雙打排名賽	桌球教室
十六	6/14	技能測驗(二)	發球準度及接發球回擊準度測驗。	桌球教室
十七	6/21	筆試測驗	桌球相關常識之測驗。	桌球教室
十八	6/28	期末考週	測驗補考及檢討。	桌球教室