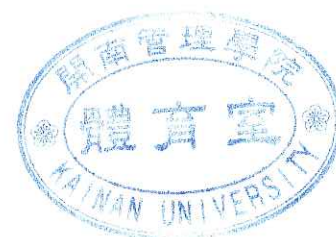


開南大學 體育課程教計畫

- 一、 課程名稱：桌球
- 二、 授課教師姓名：吳正明
- 三、 授課學年度：九十四學年度第二學期
- 四、 必選修：必修
- 五、 開課年級：大一、大二
- 六、 學分數：0
- 七、 週授課時數：兩小時
- 八、 教學目標：
 - 一、培養桌球運動基本認知及技術能力。
 - 二、提高學習情境，增進桌球學習環境。
 - 三、瞭解桌球的起源及發展情形。
- 九、 課程摘要：
 - 一、桌球運動的簡史與發展。
 - 二、握拍及控球練習。
 - 三、發、接球之基本技術。
 - 四、單、雙打比賽〈戰術、戰略應用〉。
 - 五、桌球基本常識。
- 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：桌球常識測驗
 2. 技能：發球測驗〈20%〉、推檔球測驗〈20%〉、
正手拍長擊球測驗〈20%〉
 3. 情意：學習態度
- 十二、 參考用書：桌球常識



十三、教學進度與大綱：〈十八週〉

週次	日期	單元名稱	主要教學內容	教學時數	授課教室
一		課程概要、桌球基本常識簡介	1.上課注意事項 2.桌球運動起源 3.球拍與膠皮功能的介紹	2	桌球教室
二		握拍方法介紹與練習	桌球握拍及球感練習 〈對牆及對空練習〉	2	桌球教室
三		發球	發球基本動作要領、 正手發不旋轉球	2	桌球教室
四		發球與接球法	一、反手推〈擋〉動作練習 二、正手發不旋轉加反手推擋練習	2	桌球教室
五		發球、接球複習	複習正手發不旋轉球及擋	2	桌球教室
六		正手攻擊	正手攻擊基本技巧及動作要領	2	桌球教室
七		發球、正手攻擊綜合訓練	複習發不旋轉球加正手攻擊練習	2	桌球教室
八		綜合複習	複習發球、反手推擋及正手攻擊	2	桌球教室
九		推擋打法及正手擊球、綜合練習	複習左推右攻	2	桌球教室
十		發球、接發球	各種發球及接發球技巧之介紹	2	桌球教室
十一		正反手發球	正、反手發上旋轉球動作要領	2	桌球教室
十二		正反手發球	正、反手發下旋轉球技巧	2	桌球教室
十三		桌球規則講解	規則說明、簡易比賽	2	桌球教室
十四		比賽與裁判法	分組練習比賽與裁判實習	2	桌球教室
十五		技能測驗〈一〉	發球測驗	2	桌球教室
十六		技能測驗〈二〉〈三〉	推擋球測驗 正手拍長擊球測驗	2	桌球教室
十七		筆試測驗		2	桌球教室

