

開南大學 96 年度第 2 學期 桌球 科目教學計劃表

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|---------------------------------|----|
| 課程編號 | 0 | 0 | 2 | 0 | 4 | 0 | 1 | 1 | 0 | <input type="checkbox"/> 必修 <input type="checkbox"/> 選修 | 授課教師：林政東 開課系所：學系 年級班別：年 班 | 老師 |
| 班次 | 01 | | | | | | | | | | | |
| 課程名稱(中文) | | | | | | | | | | 學分數 | 課程名稱(英文) | |
| 桌球 | | | | | | | | | | 0 | Table tennis 2 | |
| 教學目標與內容 | <p>一、 教學目標</p> <p>(一)指導桌球的基本技術。</p> <p>(二)體驗桌球技術，欣賞桌球競技。</p> <p>(三)讓學生喜愛桌球，進而使其成為終身的休閒運動項目。</p> <p>二、課程內容</p> <p>(一)桌球技術的探討與練習。</p> <p>(二)桌球戰術的探討與練習。</p> <p>(三)桌球競技的欣賞。</p> | | | | | | | | | | | |
| 實施方法 | ■講解法、■實作法、■討論法、■問答法 | | | | | | | | | | | |
| 評量方式 | 期中測驗 40% 期末測驗 40% 平時成績 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>長谷川信彥、西田昌宏 (1987)桌球練習，成美堂。</p> <p>蕭美珠(1994)初學桌球推檔動作不同練習方法之比較入門。</p> <p>吳德成(1998)桌球、國立體育學院。</p> <p>伊藤繁雄、林曉鐘(1990)桌球技巧益群。</p> <p>陳義勇(1995)桌球技巧入門文國。</p> <p>陳嘉文(1995)桌球技巧入門信宏。</p> | | | | | | | | | | | |
| 科目簡介(可含大綱及教學進度)： | | | | | | | | | | | | |
| 桌球各種打法的介紹：正反手推球的練習、削球、旋圈球與左右旋球的介紹。(如表二) | | | | | | | | | | | | |
| 說明： | | | | | | | | | | | | |
| <p>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。</p> <p>2. 本表於 91.4.23 第四次校課程委員會討論通過。</p> | | | | | | | | | | | | |

課程委員會召集人：

授課教師：

林政東



開南大學 96 年度第 2 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 | 2/26 | 上課介紹 | 課程介紹、上課、評分方式及注意事項的宣佈。 | 2 | 桌球教室 |
| 二 | 3/06 | 球感練習與平堆球 | 桌球控球練習。 | 2 | 桌球教室 |
| 三 | 3/11 | 正手堆短球 | 單人正反手平堆短球 | 2 | 桌球教室 |
| 四 | 3/18 | 正手堆擋球 | 單人正手平堆球 | 2 | 桌球教室 |
| 五 | 3/25 | 反手堆擋球 | 單人反手平堆球 | 2 | 桌球教室 |
| 六 | 4/01 | 堆擋球 | 雙人正手平推球 | 2 | 桌球教室 |
| 七 | 4/08 | 堆擋球 | 雙人反手平推球 | 2 | 桌球教室 |
| 八 | 4/15 | 堆擋球 | 雙人正手對角平推球 | 2 | 桌球教室 |
| 九 | 4/22 | 堆擋球 | 雙人反手對角平推球。 | 2 | 桌球教室 |
| 十 | 4/29 | 考試 | 單人正反手平堆球。 | 2 | 桌球教室 |
| 十一 | 5/06 | 削球 | 削球的形成與反擊。 | 2 | 桌球教室 |
| 十二 | 5/13 | 旋圈球 | 旋圈球的形成與反擊。 | 2 | 桌球教室 |
| 十三 | 5/20 | 旋球 | 右旋球的形成與反擊。 | 2 | 桌球教室 |
| 十四 | 5/27 | 旋球 | 右旋球的形成與反擊。 | 2 | 桌球教室 |
| 十五 | 6/03 | 平堆球的熟練 | 雙人正手平推球的練習與考試 | 2 | 桌球教室 |
| 十六 | 6/10 | 平堆球的熟練 | 雙人反手平推球的練習與考試 | 2 | 桌球教室 |
| 十七 | 6/17 | 平堆球的熟練 | 雙人對角正手平推球的練習與考試 | 2 | 桌球教室 |
| 十八 | 6/24 | 期末考 | 雙人對角反手平推球的練習與考試 | 2 | 桌球教室 |