

開南管理學院體育課程教學計畫

- 一、課程名稱：網球〈體育四〉
- 二、授課教師姓名：彭譯箴
- 三、授課學年度：九十三學年度第二學期
- 四、必選修：必修
- 五、開課年級：
- 六、學分數：0
- 七、每週授課時數：二小時

課程委員會召集人

體育室
主任 廖貴鋒

- 八、教學目標：1. 培養學生對網球運動的興趣。
2. 養成正確的學習觀念。
3. 認識比賽方式及規則。

- 九、課程摘要：1. 網球簡史及場地設備介紹。
2. 正手拍擊球。
3. 反手拍擊球。
4. 發球。
5. 測驗。

- 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：網球常識測驗 10%
2. 技能：術科測驗 50%
3. 情意：學習態度 40%

- 十二、參考用書：
網球教室、網路資訊。

※備註：上課內容依實際情形另調整之。

94.3.29

十三、教學進度：

週次	內容	說明
一	教學準備週	1. 課程介紹。2. 評分與測驗方式說明。
二	學習課程概要說明	1. 場地設備介紹。2. 握拍法。3. 球感練習。
三	正手拍動作解析與練習	1. 徒手拍球。2. 拍球（執拍）練習。3. 正手拍揮空拍。
四	正手拍擊著地球練習	1. 原地自拋擊著地練習。2. 分組拋球擊著地球練習。
五	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
六	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。
七	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
八	技能測驗	正手拍擊球測驗。
九	反手拍的動作講解與揮空拍	1. 單、雙手反手拍的適用對象講解。2. 反手拍揮空拍
十	反手拍擊著地球練習	1. 原地自拋擊著地練習。2. 分組拋球擊著地球練習。
十一	反手拍步伐及反手拍擊球練習	1. 講解步伐運用的重要性及練習。2. 餵球練習底線抽球
十二	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。
十三	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
十四	正反手拍擊球練習	運用長短左右多種角度的多球練習。
十五	發球練習	1. 發球動作講解。2. 拋球動作練習。3. 發球動作空拍練習。
十六	技能測驗	1. 反手拍擊球測驗。2. 發球測驗
十七	筆試測驗	網球常識測驗
十八	補考	補考、總複習