

# 100-2 大葉大學 完整版課綱

## 基本資訊

課程名稱	體育三下:桌球K1	科目序號 / 代號	2657 / CDC1680
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	大學日間部8年3班
任課教師	張志銘	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	選修 / 1	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(二)56 / K309	授課語言別	中文

## 課程簡介

- 一.提升學生桌球運動的技術能力
- 二.培養學生從事桌球運動的能力
- 三.增進身體的活動能力與健康的個體



## 課程大綱

- 一.介紹桌球運動的沿革
- 二.反手短推擋技術介紹與練習
- 三.反手長推擋技術介紹與練習
- 四.反手短抽球技術介紹與練習
- 五.正手短推擋技術介紹與練習
- 六.正手短抽球技術技術與練習
- 七.正手長抽球技術介紹與練習
- 八.反手切球技術介紹與練習
- 九.正手切球技術介紹與練習
- 十.正手扣殺技術介紹與練習
- 十一.單打比賽之規則介紹與實際比賽練習
- 十二.雙打比賽之規則介紹與實際比賽練習

## 基本能力或先修課程

- 一.身體活動無障礙
- 二.具有熱愛桌球運動者

## 課程與系所基本素養及核心能力之關連

-  基礎能力
- 專業能力
-  實踐能力
-  團隊合作
-  主動學習

創意創新  
國際視野  
專業倫理  
領導管理  
信心毅力  
人文素養

## 教學計畫表

系所核心能力	權重(%) 【A】	檢核能力指標(績效指 標)	教學策略	評量方法及配分 權重	核心能力 學習成績 【B】	期末學習 成績 【C=B*A 】
基礎能力	30%		講述法 小組討論 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作 影片欣賞	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 40% 小組合作狀況: 10% 書面報告: 10%	加總: 100	30
實踐能力	20%		講述法 小組討論 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作 影片欣賞	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 40% 小組合作狀況: 10% 書面報告: 10%	加總: 100	20
團隊合作	20%		講述法 小組討論 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作 影片欣賞	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 40% 小組合作狀況: 10% 書面報告: 10%	加總: 100	20
主動學習	30%		講述法 小組討論 個案討論 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作 影片欣賞	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 40% 小組合作狀況: 10% 書面報告: 10%	加總: 100	30

## 成績稽核

課程參與度: 40%

期中考: 20%

期末考: 20%

書面報告: 10%

小組合作狀況: 10%

## 教科書(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
無參考教科書				

## 參考教材及專業期刊導讀(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
桌球聖經	鈴木一		台灣廣廈出版	0
桌球訓練營	唐建軍		靈活文化事業出版	0
乒乓球高手秘笈	沈秀濤		閱世界出版	0
籃球訓練營				0
桌球聖經	鈴木一		台灣廣廈出版	0
桌球訓練營	唐建軍		靈活文化事業出版	0
乒乓球高手秘笈	沈秀濤		閱世界出版	0
乒乓球打法與戰術	岳海鵬		大展出版社	0
桌球	蔣立、張博		國家出版社	0

## 上課進度

週次	教學內容	分配時數(%)				
		講授	示範	習作	實驗	其他
1	桌球歷史與課程進度介紹	30	20	50	0	0
2	桌球運動基本動作介紹、桌球運動球感訓練、反手推擋對桌球桌單向推擋練習	30	20	50	0	0
3	複習反手推擋桌球捉單向推擋練習、發球介紹及練習、兩人反手短打推擋練習	30	20	50	0	0
4	複習反手短打推擋、反手桌內(短打)抽球介紹及練習	30	20	50	0	0
5	複習桌內(短打)抽球練習、複習桌內(短打)抽球練習、反手桌外(長打)抽球介紹及練習	30	20	50	0	0
6	複習反手桌外(長打)抽球練習	30	20	50	0	0
7	複習反手桌球推擋與抽球練習	30	20	50	0	0
8	複習反手桌球推擋與抽球練習(期中考)	30	20	50	0	0
9	期中考試補考	30	20	50	0	0
10	正手抽球動作介紹與練習(介紹女跑走2000、男3000公尺)	30	20	50	0	0
11	複習正手抽球球動作與練習	30	20	50	0	0

12	介紹反手切球動作與練習	30	20	50	0	0
13	複習反手切球動作與練習	30	20	50	0	0
14	分組比賽單打與雙打	30	20	50	0	0
15	分組比賽單打與雙打	30	20	50	0	0
16	分組比賽單打與雙打	30	20	50	0	0
17	期末測驗（正手抽球動作）分組比賽	30	20	50	0	0
18	期末補考	30	20	50	0	0

---