

101-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	桌球專項L2	科目序號 / 代號	2584 / CDC1009
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	大學日間部8年2班
任課教師	賴永僚	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	必修 / 1	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(二)12 / K309	授課語言別	中文

課程簡介

本學期的課程有三個主要的目標：

第一個目標是讓同學們學習桌球運動的基本原理；第二個目標是讓同學們學習到桌球運動正確的練習方法；第三個目標是增進同學的身體健康。

課程大綱

第一單元桌球反拍推擋技巧練習

第二單元桌球正拍抽球技巧練習

基本能力或先修課程

學生選修本課程前須具備基本的體能。

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 小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	30
實踐能力	20%		講述法 小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	20
團隊合作	20%		講述法 小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	20
主動學習	30%		講述法 小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	30

成績稽核

期末考: 30%

課程參與度: 30%

期中考: 20%

實驗操作: 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
桌球聖經	鈴木一		台灣廣廈出版	0

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

上課進度		分配時數(%)				
週次	教學內容	講授	示範	習作	實驗	其他
1	桌球歷史與課程進度介紹	30	20	40	10	
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	40	10	
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	40	10	
4	複習反手短打推擋、反手桌內(短打)抽球介紹及練習	30	20	40	10	
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	40	10	
6	複習反手桌外(長打)抽球練習	30	20	40	10	
7	複習反手桌球推擋與抽球練習	30	20	40	10	
8	複習反手桌球推擋與抽球練習	30	20	40	10	
9	期中考試	30	20	40	10	
10	正手抽球動作介紹與練習	30	20	40	10	
11	複習正手抽球球動作與練習	30	20	40	10	
12	介紹反手切球動作與練習	30	20	40	10	
13	複習反手切球動作與練習	30	20	40	10	
14	分組比賽單打與雙打	30	20	40	10	
15	分組比賽單打與雙打	30	20	40	10	
16	分組比賽單打與雙打	30	20	40	10	
17	期末測驗(正手抽球球動作)分組比賽	30	20	40	10	
18	期末測驗	30	20	40	10	