

# 101-1 大葉大學 選課版課綱

## 基本資訊

課程名稱	運動健康管理實務-桌球	科目序號 / 代號	1970 / BSM1028
開課系所	運動事業管理學系	學制 / 班級	大學日間部3年2班
任課教師	張志銘	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	選修 / 2	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(四)56 / K106	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.單打比賽之規則介紹與實際比賽練習
- 九.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