

## 102-2 大葉大學 完整版課綱

### 基本資訊

課程名稱	運動健康管理實務-桌球	科目序號 / 代號	1612 / 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	(二)78 / K112	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

### 課程與系所基本素養及核心能力之關連

-  一般管理能力
-  運動專案企劃能力
-  運動健康實踐與指導能力
-  人際/生活倫理素養
-  問題解決能力
-  溝通表達能力

## 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 】
一般管理能力	10%	能理解五管的專業知識 能用所學的專業知識解 答相關問題 能熟悉運用管理分析工 具 能取得管理領域證照	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: 50% 小組合作狀況: 5% 書面報告: 5%	加總: 100	10
運動專案企劃能 力	20%	能具備規劃、撰寫及執 行運動企劃書之能力 能取得運動管理或行銷 企劃相關證照	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: 50% 小組合作狀況: 5% 書面報告: 5%	加總: 100	20
運動健康實踐與 指導能力	30%	具備運動指導原則及技 能 能依照老師的教導正確 的實際演練及編排 能依據不同的需求提供 不同形式的運動處方 能取得運動指導或教練 證照	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: 50% 小組合作狀況: 5% 書面報告: 5%	加總: 100	30
人際/生活倫理 素養	10%	能理性處理同儕間衝突 並減少衝突的發生 能尊重並接受他人的批 判並能態度適當地進行 說明	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: 50% 小組合作狀況: 5% 書面報告: 5%	加總: 100	10
問題解決能力	10%	能運用管理分析工具發 掘運動產業相關管理問 題 能整合與歸納相關專業 知識提出可能解決方案	講述法 小組討論 小組合作 影片欣賞	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 50% 小組合作狀況: 5% 書面報告: 5%	加總: 100	10

溝通表達能力	20%	能理解他人的問題並適當的回應 能理解他人的意見並忠實的傳達與闡述 有適當的讀、寫能力並能結合文書處理工具以書面方式進行意見闡述 具備電腦簡報技巧並能以口頭方式進行報告 能和他人或團體進行有意義的意見交換並可相互配合協調達成任務	講述法 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: 50% 小組合作狀況: 5% 書面報告: 5%	加總: 100	20
--------	-----	---	--	--	---------	----

### 成績稽核

課程參與度: 50%  
期中考: 20%  
期末考: 20%  
書面報告: 5%  
小組合作狀況: 5%

### 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
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 & 智財權宣導(含告知學生應使用正版教科書)	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 ( 正手抽球球動作 ) 分組比賽	30	20	50	0	0
18	期末補考	30	20	50	0	0