

# 南臺科技大學 106 學年度第 1 學期課程資訊

|                |  |
|----------------|--|
| 課程代碼           | 04D01601   |
| 課程中文名稱         | 桌球(A)  |
| 課程英文名稱         | Table tennis   |
| 學分數            | 1.0  |
| 必選修            | 選修   |
| 開課班級           | 高年級體育選修  |
| 任課教師           | 陳艷麗  |
| 上課教室(時間)       | 週一第 3 節()<br>週一第 4 節()   |
| 課程時數           | 2  |
| 實習時數           | 0  |
| 授課語言 1         | 華語   |
| 授課語言 2         |  |
| 輔導考照 1         |  |
| 輔導考照 2         |  |
| 課程概述           | 桌球簡介技術介紹雙打分組體驗比賽   |
| 先修科目或預備能力      |  |
| 課程學習目標與核心能力之對應 | <p>※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標<br/>-----</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.透過桌球運動的正確學習，以正確的運動觀念提升個人的體適能，--，1 建構健康生活</li> <li>2.透過桌球運動技巧的提升，養成終生運動的習慣。--，2 永續健康照護</li> <li>3.透過桌球運動尋找適合的球伴，以從中培養良好的人際關係，--，3 休閒技能養成</li> <li>4.從桌球比賽中培養運動家精神，以利發展健全的人格特質，--，4 尊重生命價值</li> <li>5.從桌球運動中養成與他人互動和發展友誼的能力。--，5 真誠關懷社會</li> <li>6.經由欣賞桌球比賽，培養對藝術與美的欣賞能力，--，6 運動藝術欣賞</li> <li>7.經由桌球比賽中，訓練個人的情緒管理與抗壓性，進而培養勝不驕敗不餒的運動精神，--，7 優質情緒管理</li> <li>8.透過桌球運動培養團隊精神以團體的目標為目標強化團隊的合作精神，--，8 強化團體意識</li> </ol> |
| 中文課程大綱         | <p>課程介紹 1.學前準備,上課注意事項 2.課程內容介紹 3.期中與期末考成績評量說明 4.分組</p> <p>反手推擋 1.複習基本技能</p> <p>正手擊球 1.複習基本技能</p>   |

|           |  |
|-----------|--|
|           | <p>左推右攻 1.複習左推右攻</p> <p>發 球 1.發下旋短球</p> <p>搓 球 1.正、反手搓球</p> <p>弧圈球 1.正手抽弧圈球</p> <p>測 驗 正手側身攻擊</p> <p>期中考 學校共同期中考</p> <p>規則介紹 1.雙打規則 2.雙打分組</p> <p>雙打練習 1.分組雙打練習</p> <p>雙打練習 1.分組雙打練習</p> <p>雙打賽 1.雙打分組團體賽 2.裁判實習</p> <p>雙打賽 1.雙打分組團體賽 2.裁判實習</p> <p>雙打賽 1.雙打分組團體賽 2.裁判實習 3.發下旋短球測驗</p> <p>術科期末考 發下旋短球測驗</p> <p>認知測驗 教室測驗</p> |
| 英/日文課程大綱  |  |
| 課程進度表     | <p>第一週：準備週</p> <p>第二週：介紹桌球</p> <p>第三週：交叉發球教學(期中考項目)</p> <p>第四週：正手攻擊</p> <p>第五週：推球</p> <p>第六週：正手攻擊</p> <p>第七週：推球</p> <p>第八週：期中考</p> <p>第九週：期中考</p> <p>第十週：組合練習</p> <p>第十一週：組合練習</p> <p>第十二週：組合練習</p> <p>第十三週：下旋球教學</p> <p>第十四週：比賽練習</p> <p>第十五週：期末測驗項目說明與演練</p> <p>第十六週：期末測驗項目說明與演練</p> <p>第十七週：期末考</p> <p>第十八週：期末考</p>       |
| 教學方式與評量方法 | <p>※課程學習目標，教學方式，評量方式</p> <p>-----</p> <p>透過桌球運動的正確學習，以正確的運動觀念提升個人的體適能，課堂講授，筆試</p> <p>透過桌球運動技巧的提升，養成終生運動的習慣。，實作演練，實作</p>  |

|      |   |
|------|---|
|      | <p>透過桌球運動尋找適合的球伴，以從中培養良好的人際關係，實作演練，實作</p> <p>從桌球比賽中培養運動家精神，以利發展健全的人格特質，課堂講授，筆試</p> <p>從桌球運動中養成與他人互動和發展友誼的能力。 ，課堂講授，筆試</p> <p>經由欣賞桌球比賽，培養對藝術與美的欣賞能力，課堂講授，筆試</p> <p>經由桌球比賽中，訓練個人的情緒管理與抗壓性，進而培養勝不驕敗不餒的運動精神，課堂講授，筆試</p> <p>透過桌球運動培養團隊精神以團體的目標為目標強化團隊的合作精神，實作演練，實作</p> |
| 指定用書 | <p>書名：</p> <p>作者：</p> <p>書局：</p> <p>年份：</p> <p>ISBN：</p> <p>版本：</p>   |
| 參考書籍 |   |
| 教學軟體 |   |
| 課程規範 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1.上課請著運動服裝及球鞋，請自行準備桌球拍及用球。</li> <li>2.如有特殊狀況請事先告知教師。</li> </ol>  |