

南臺科技大學 106 學年度第 1 學期課程資訊

課程代碼	04N03K02
課程中文名稱	體育生活: 羽球(B)
課程英文名稱	Physical Education : Badminton
學分數	3.0
必選修	自選必修
開課班級	夜四技自控二乙 夜四技產設二甲夜四技電機二甲夜四技電機二乙夜四技多樂二甲
任課教師	鄭炎坤
上課教室(時間)	週四第 12 節() 週四第 13 節() 週四第 14 節()
課程時數	3
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	1.基本動作綜合練習 2.規則及裁判法 3.單雙打戰術之運用 4.分組循環比賽
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 -----</p> <p>1.透過羽球其運動的正確學習，提升個人的體適能及正確的運動態度與技能， --，1 建構健康生活</p> <p>2.透過羽球運動技巧的訓練，養成終生運動的習慣，享受高齡化的社會，--，2 永續健康照護</p> <p>3.透過羽球運動尋找適合的球伴，以從中培養良好的人際關係及健康的生活， --，3 休閒技能養成</p> <p>4.從羽球比賽養成與他人互動和發展友誼的能力，--，4 尊重生命價值</p> <p>5.透過羽球比賽養成與他人互動和發展友誼的能力，--，5 真誠關懷社會</p> <p>6.經由羽球比賽，訓練個人的抗壓性及情緒管理，進而培養勝不驕敗不餒的 運動精神，--，6 運動藝術欣賞</p> <p>7.透過羽球運動培養團隊精神，以團體的目標強化團隊的互助合作精神，--， 7 優質情緒管理</p> <p>8.經由羽球比賽及影片欣賞，培養對運動藝術與美個欣賞能力，--，8 強化團 體意識</p>
中文課程大綱	第一週

	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹課程大綱及各項注意事項。 2. 場地分配、車輛停放地點排練整齊。 3. 器材準備確實，加強球拍、球的選購。 4. 加強穿著運動服裝，準時上、下課。 <p>第二~七週</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 複習上學期所學基本動作。 2. 加強上課前的熱身動作，減少運動傷害。 3. 正、反拍、短球、發球講解示範說明。 4. 發球重點說明 (說明測驗要點)。 5. 各種擊球方式及步法移動介紹。 <p>第八、九週</p> <p>期中考</p> <p>發球測驗 (雙打發球區分六等份，10, 9, 8, 7, 6, 5, 每人發 10 球)</p> <p>第十~十五週</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 場地介紹 (單打)。 2. 規則說明 (單打)。 3. 單、雙打分析，戰略說明。 4. 殺球介紹示範，分組練習。 <p>第十六~十七週</p> <p>期末考</p> <p>雙打分組比賽測驗 (裁判、擊球法、比賽反應、步法移位動作、規則等)。</p>
英/日文課程大綱	
課程進度表	<ol style="list-style-type: none"> 1.課程介紹、上課注意事項說明、羽球運動發展現況。 2.握拍法、執球法及球感練習。 3.正手發高遠球及正手拍高手擊球講解與練習。 4.正手發高遠球及正手拍高手擊球對打練習。 5.反手拍高手擊球講解與練習。 6.正、反手拍低手擊球法講解與練習。 7.反手發短球講解與練習。 8.綜合練習。規則介紹。 9.測驗-高遠球擊球。 10.平擊球講解與練習。 11.殺球講解與練習。單打比賽。 12.發高遠球與殺球練習。單打比賽。 13.發短球與網前球動作要領講解與練習、雙打比賽。 14.雙打比賽。

	<p>15.雙打比賽。</p> <p>16.測驗-發球。</p> <p>17.筆試及補考</p> <p>18.期末考及補考</p>
<p>教學方式與評量方法</p>	<p>※課程學習目標，教學方式，評量方式</p> <p>-----</p> <p>透過羽球其運動的正確學習，提升個人的體適能及正確的運動態度與技能，實作演練，實作實作</p> <p>透過羽球運動技巧的訓練，養成終生運動的習慣，享受高齡化的社會，實作演練，實作</p> <p>透過羽球運動尋找適合的球伴，以從中培養良好的人際關係及健康的生活，實作演練，同儕互評</p> <p>從羽球比賽養成與他人互動和發展友誼的能力，實作演練，同儕互評</p> <p>透過羽球比賽養成與他人互動和發展友誼的能力，實作演練，同儕互評</p> <p>經由羽球比賽，訓練個人的抗壓性及情緒管理，進而培養勝不驕敗不餒的運動精神，實作演練，自我評量</p> <p>透過羽球運動培養團隊精神，以團體的目標強化團隊的互助合作精神，實作演練，日常表現</p> <p>經由羽球比賽及影片欣賞，培養對運動藝術與美個欣賞能力，課堂講授，自我評量</p>
<p>指定用書</p>	<p>書名：無</p> <p>作者：</p> <p>書局：</p> <p>年份：</p> <p>ISBN：</p> <p>版本：</p>
<p>參考書籍</p>	<p>羽毛球教室 關一誠 聯廣圖書公司 八十二年一月</p>
<p>教學軟體</p>	<p>無</p>
<p>課程規範</p>	<p>1.第一節上課請同學到悠活館四樓羽球場集合。</p> <p>2.悠活館嚴禁攜帶飲料即食物入內，請同學配合。</p>