

南臺科技大學 107 學年度第 2 學期課程資訊

課程代碼	04D04006
課程中文名稱	體育生活(四)：桌球(F)
課程英文名稱	Physical Education(IV)：Table tennis
學分數	1.0
必選修	管制必修
開課班級	四技國企二甲 四技國企二乙四技財金二甲四技財金二乙四技財金二丙四技資工二甲四技資工二乙四技生技二甲四技生技二乙
任課教師	陳艷麗
上課教室(時間)	週四第 3 節() 週四第 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	四技二年級體育生活課程實施興趣選項 體育教育中心依學校場地 學生選課興趣項目決定開課項目 桌球介紹與基本動作介紹與演練、桌球規則簡介。
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>-----</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 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 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 4.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，--，4 尊重生命價值 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 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 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 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
中文課程大綱	<p>一、桌球簡介與規則介紹</p> <p>二、桌球基本動作介紹</p> <p>1.發球</p> <p>(1)正手平擊球</p> <p>(2)反手平擊球</p> <p>2.正手攻擊</p> <p>(1)抽球</p> <p>(2)拉球</p> <p>(3)撥球</p> <p>3.反手攻擊</p> <p>(1)推球</p> <p>(2)推擋</p> <p>(3)反手拉球</p>
英/日文課程大綱	<p>Course introduction: 1. Pre-requisite, 2. Course content</p> <p>1.Serve</p> <p>(1)Forehand flat shot</p> <p>(2)Backhand flat shot</p> <p>2.Forehand attack : Pull the ball</p> <p>3.Backhand attack : Push the ball</p>
課程進度表	<p>第一週：複習上學期動作</p> <p>第二週：交叉發球複習(期中考項目)</p> <p>第三週：發球介紹</p> <p>第四週：正手攻擊與反手推球組合介紹</p> <p>第五週：正手攻擊與反手推球組合練習</p> <p>第六週：正手攻擊與反手攻擊組合介紹</p> <p>第七週：正手攻擊與反手攻擊組合練習</p> <p>第八週：期中考</p> <p>第九週：期中考</p> <p>第十週：步伐介紹</p> <p>第十一週：步伐演練</p> <p>第十二週：戰略戰術介紹</p> <p>第十三週：戰略戰術應用</p> <p>第十四週：比賽練習</p> <p>第十五週：期末測驗項目說明</p> <p>第十六週：期末測驗項目說明</p> <p>第十七週：期末考</p>

	第十八週：期末考
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>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，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	<p>1.上課請著運動服裝及球鞋，請自行準備桌球拍及用球。</p> <p>2.如有特殊狀況請事先告知教師。</p>