

淡江大學 109 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	運動休閒與競技實務—桌球	授課 教師	李欣靜 LI, HSIN-CHING
	SPORT OF LEISURE AND ATHLETIC PRACTICES-TABLE TENNIS		
開課系級	體育選修—日 A	開課 資料	實體課程 選修 單學期 1學分
	TGUCB0A		

系（所）教育目標

- 一、提升身體適應能力。
- 二、建立正確體育概念。
- 三、增進運動技能。
- 四、體驗運動參與樂趣。

本課程對應校級基本素養之項目與比重

4. 品德倫理。(比重：20.00)
6. 樂活健康。(比重：60.00)
7. 團隊合作。(比重：20.00)

課程簡介

本課程將使學生習得對桌球運動的基本認知，教授基本技巧、戰術、專業用語及競賽規則，並透過訓練及競賽活動來提升學生桌球技巧及戰略運用能力。藉由涵養學生對桌球運動的興趣，使其具備基本桌球運動能力，來培養終生規律運動的習慣。

This course is designed for students desiring a basic understanding of table tennis. Fundamental principles of the basic skills, strategy, terminology and etiquette of table tennis are taught in this course. Skills and strategy will be developed through drills and game conditions. Overall this course will equip the students with the basic skills and get the students passionate about table tennis to develop regular exercising habit.

本課程教學目標與認知、情意、技能目標之對應

將課程教學目標分別對應「認知 (Cognitive)」、「情意 (Affective)」與「技能 (Psychomotor)」的各目標類型。

- 一、認知(Cognitive)：著重在該科目的事實、概念、程序、後設認知等各類知識之學習。
- 二、情意(Affective)：著重在該科目的興趣、倫理、態度、信念、價值觀等之學習。
- 三、技能(Psychomotor)：著重在該科目的肢體動作或技術操作之學習。

序號	教學目標(中文)	教學目標(英文)
----	----------	----------

1	1.瞭解桌球運動的各種攻防技術，及其運動的特殊性	1.Demonstrate understanding of the various techniques of table tennis.
2	2.做出正確的桌球擊球動作。	2.Demonstrate effective and correct table tennis skills.
3	3.藉由精熟的桌球技戰術及競賽能力，促進身心健康，享受運動樂趣。	3.Demonstrate proficiency in basic technical, alliance technical and competition capacity of table tennis.
4	4.瞭解桌球比賽規則遵守紀律，養成團隊合作精神。	4.Demonstrate understanding of the rules and strategies of table tennis.
5	5.培養運動精神，展現良好的社會倫理。	5.Display a high level of sportsmanship and game etiquette.

教學目標之目標類型、核心能力、基本素養教學方法與評量方式

序號	目標類型	院、系(所)核心能力	校級基本素養	教學方法	評量方式
1	認知		6	講述、討論、實作	討論(含課堂、線上)、活動參與
2	技能		67	講述、實作	測驗、實作、活動參與
3	技能		67	講述、實作	討論(含課堂、線上)、實作、活動參與
4	情意		67	講述、實作	實作、活動參與
5	情意		46	實作	活動參與

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	109/09/14~ 109/09/20	1.課程介紹 2. 握拍、球感練習、反手推球、正手平擊球	
2	109/09/21~ 109/09/27	1. 發平擊球	
3	109/09/28~ 109/10/04	1.移位步伐	分組
4	109/10/05~ 109/10/11	1.正手殺球	
5	109/10/12~ 109/10/18	1. 發下旋球 2. 下旋球擊球	
6	109/10/19~ 109/10/25	1. 正反手發球(左、右旋) 2. 接發球	
7	109/10/26~ 109/11/01	1.拉球(一)	
8	109/11/02~ 109/11/08	1. 拉球(二)	
9	109/11/09~ 109/11/15	1. 比賽規則及實務	
10	109/11/16~ 109/11/22	期中考試週	
11	109/11/23~ 109/11/29	1.比賽規則及實務	

12	109/11/30~ 109/12/06	1. 雙打介紹 2. 跑位練習	
13	109/12/07~ 109/12/13	1. 綜合練習	
14	109/12/14~ 109/12/20	1. 測驗(二)	
15	109/12/21~ 109/12/27	1. 循環排名賽	
16	109/12/28~ 110/01/03	1. 循環排名賽	
17	110/01/04~ 110/01/10	1. 循環排名賽2.補考	
18	110/01/11~ 110/01/17	期末考試週	
修課應 注意事項	1.需穿著運動服裝及球鞋。 2.請假請依學校規定辦理： (1)曠課6節者，予以扣考。 (2)缺課總時數達該科授課時數三分之一時，學期成績以零分計算。 3.需參與新生盃、淡大盃等校際桌球賽競賽實務		
教學設備	(無)		
教科書與 教材			
參考文獻			
批改作業 篇數	篇 (本欄位僅適用於所授課程需批改作業之課程教師填寫)		
學期成績 計算方式	◆出席率：            %   ◆平時評量：            %   ◆期中評量：            % ◆期末評量：            % ◆其他〈品德倫理20、樂活健康60、團隊合作20〉：100.0 %		
備考	「教學計畫表管理系統」網址： <a href="https://info.ais.tku.edu.tw/csp">https://info.ais.tku.edu.tw/csp</a> 或由教務處 首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。 <b>※不法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿不法影印他人著作，以免觸法。</b>		