

淡江大學 112 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育 - 軟式網球興趣班	授課 教師	趙曉雯 HSIAO-WEN CHAO
	PHYSICAL EDUCATION-SOFT TENNIS		
開課系級	體育興趣二三D	開課 資料	實體課程 必修 上學期 0學分
	TGUPB2D		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育 SDG5 性別平等 SDG17 夥伴關係		
系 ( 所 ) 教育目標			
<p>一、提升身體適應能力。</p> <p>二、建立正確體育概念。</p> <p>三、增進運動技能。</p> <p>四、體驗運動參與樂趣。</p>			
本課程對應校級基本素養之項目與比重			
<p>1. 全球視野。(比重：5.00)</p> <p>2. 資訊運用。(比重：5.00)</p> <p>3. 洞悉未來。(比重：5.00)</p> <p>4. 品德倫理。(比重：20.00)</p> <p>5. 獨立思考。(比重：5.00)</p> <p>6. 樂活健康。(比重：30.00)</p> <p>7. 團隊合作。(比重：25.00)</p> <p>8. 美學涵養。(比重：5.00)</p>			
課程簡介	本課程介紹軟式網球發展史、各項技巧的基本動作要領、專業術語及規則，讓學習者瞭解軟式網球最新資訊，懂得如何比賽和欣賞比賽，並培養軟式網球成為終身運動項目之一。		
	This course is going to introduce the history, fundamental movement of every skills, the technical terms, and the rules of soft tennis. Making learners catch the latest soft tennis information, understanding how to compete and appreciate competitions, and cultivate soft tennis into one of their lifelong exercises.		

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.建立軟式網球各項技術的基本認知及正確的技術動作。	1.Establish basic cognition and correct technical movements of soft tennis techniques.
2	2.培養對軟式網球動作學習的方式。	2.Cultivate the way of learning soft tennis movenments.
3	3.以正確的揮拍動作將球回擊至想控制的方向與目標區域，以提高對打的來回次數。	3.Hit the ball back to the direction and target area you want to control with the correct swing action to increase to increase the number of back and forth in sparring.
4	4.提升學習動機與求知的慾望。	4.Improve learning motivation and desire for knowledge.
5	5.認識軟式網球規則，藉由練習比賽，促進學生相互合作機會，提升團隊動力，培養運動精神。	5.Know the rules of soft tennis, and promote opportunities for students to cooperate with each other, improve team dynamics, and cultivate sportsmanship by practicing games.
6	6.提升身體適能，並促進身心健康，享受運動樂趣，養成終身運動習慣。	6.Improve physical fitness, promote physical and mental health, enjoy the fun of sports, and develop lifelong exercise habits.

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		1567	講述、實作、體驗、模擬	測驗、實作、活動參與
2	技能		15678	講述、實作、體驗、模擬	測驗、實作、活動參與
3	技能		567	實作、體驗	測驗、實作、活動參與
4	情意		12345678	實作、體驗	實作、活動參與
5	技能		145678	講述、實作、體驗、模擬	實作、活動參與
6	情意		125678	實作、體驗、模擬	討論(含課堂、線上)、實作、活動參與

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	112/09/11~ 112/09/17	課程環境介紹；教學進度講解與討論；介紹軟式網球教學教具；分組；動態伸展操教學與練習	
2	112/09/18~ 112/09/24	手眼協調練習；軟式網球基本握拍法教學與球感練習；軟式網球預備動作教學與練習	
3	112/09/25~ 112/10/01	* 水域安全宣導週 * ；正拍基本動作教學；正拍揮拍動作練習；正拍原地擊球練習 (直線/斜線)	* 水域安全宣導週 *

4	112/10/02~ 112/10/08	反拍基本動作教學；反拍揮拍動作練習；反拍原地擊球練習（直線/斜線）；正、反拍連續擊球練習（直線/斜線）；體適能檢測	
5	112/10/09~ 112/10/15	隔網餵球正、反拍連續擊球練習（直線/斜線）；如何將回擊球處理控制至想要回擊的方向與高度；如何回擊不同方向來球與高度來球的正、反拍練習	
6	112/10/16~ 112/10/22	發球（含切發球）基本動作教學與練習；接發球的站位與回擊要領教學與練習；發球與接發球的組合練習	
7	112/10/23~ 112/10/29	正、反拍底線擊球準確性練習（一）	科技輔助教學介入
8	112/10/30~ 112/11/05	正、反拍底線擊球準確性練習（二）	科技輔助教學介入
9	112/11/06~ 112/11/12	期中考試週	科技輔助教學介入
10	112/11/13~ 112/11/19	正、反拍前場短距離直線/斜線對打練習	科技輔助教學介入
11	112/11/20~ 112/11/26	正、反拍底線直線/斜線對打練習	科技輔助教學介入
12	112/11/27~ 112/12/03	發球與接發球對打練習	科技輔助教學介入
13	112/12/04~ 112/12/10	期末測驗（一）：技術測驗（擊球拍面控制能力及底線擊球準確性測驗）	
14	112/12/11~ 112/12/17	期末測驗（二）：技術測驗（擊球拍面控制能力及底線擊球準確性測驗）	
15	112/12/18~ 112/12/24	單打規則講解與戰術運用；分組模擬比賽	
16	112/12/25~ 112/12/31	前排截擊基本動作教學與練習；雙打規則講解與戰術運用；分組模擬比賽	
17	113/01/01~ 113/01/07	期末考試週	
18	113/01/08~ 113/01/14	教師彈性教學週(應安排學習活動如補救教學、專題學習或者其他教學內容，不得放假)	
課程培養 關鍵能力	自主學習、資訊科技、問題解決		
跨領域課程			
特色教學 課程	學習科技(如AR/VR等)融入實體課程		
課程 教授內容	軍護體社團大學學習服務等課程		

修課應注意事項	<p>1.請假請依規定辦理並於次週繳交假單給老師。          缺課總時數達該科授課時數三分之一時（曠課一小時，作缺課二小時論），學期成績以零分計算；曠課6節者，予以扣考。          2.體育課程當中請務必注意安全，若有身體不適、生病等特殊情形，務必立即告知。          3.上課請穿著運動服裝、室內運動鞋，攜帶水和毛巾。          4.課程如有臨時異動情況等相關資訊，皆以iClass或MS Teams學習平台最新公告為主。          5.本課程配合112年度教育部教學實踐研究計畫實施。</p>
教科書與教材	自編教材：講義、影片、學習單
參考文獻	
學期成績計算方式	<p>◆出席率： 60.0 %    ◆平時評量：5.0 %    ◆期中評量：10.0 %          ◆期末評量：10.0 %          ◆其他〈體適能檢測、作業〉：15.0 %</p>
備考	<p>「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。</p> <p><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></p>