

淡江大學 114 學年度第 2 學期課程教學計畫表

課程名稱	男、女生體育－匹克球興趣班	授課 教師	趙曉雯 HSIAO-WEN CHAO
	PHYSICAL EDUCATION-PICKLEBALL		
開課系級	體育興趣一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 1學分
	TGUPB1A		
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			
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			
1. 全球視野。(比重：5.00) 2. 資訊運用。(比重：5.00) 3. 洞悉未來。(比重：5.00) 4. 品德倫理。(比重：20.00) 5. 獨立思考。(比重：5.00) 6. 樂活健康。(比重：30.00) 7. 團隊合作。(比重：25.00) 8. 美學涵養。(比重：5.00)			
課程簡介	本課程介紹匹克球發展史、各項技巧的基本動作要領、專業術語及規則，讓學習者瞭解匹克球最新資訊，懂得如何比賽和欣賞比賽，並培養匹克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 pickleball. Making learners catch the latest pickleball information, understanding how to compete and appreciate competitions, and cultivate pickleball 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.建立匹克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 pickleball techniques.
2	2.培養對匹克球動作學習的方式。	2.Cultivate the way of learning pickleball movements.
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 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.認識匹克球規則，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 PICKLEBALL, 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	115/02/23~ 115/03/01	【初探匹克球】 課程環境介紹；教學進度講解與討論；介紹匹克球教學教具；分組；動態伸展操教學與練習	
2	115/03/02~ 115/03/08	【初探匹克球】 匹克球球場與規則介紹手眼協調練習；匹克球基本握拍法教學與球感練習	

3	115/03/09~ 115/03/15	*水域安全宣導週* 【非凌空區域落地抽球動作技術 (含規則講解)】 正、反拍短丁克球基本動作教學與練習及原地擊球練習 (直線/斜線)	* 水域安全宣導週 *
4	115/03/16~ 115/03/22	【非凌空區域落地抽球動作技術】 正、反拍長丁克球基本動作教學與練習及原地擊球練習 (直線/斜線)；正、反拍連續擊球練習 (直線/斜線)；體適能檢測	
5	115/03/23~ 115/03/29	【非凌空區域落地抽球動作技術】 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	115/03/30~ 115/04/05	【發球與接發球動作技術 (含規則講解)】 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	
7	115/04/06~ 115/04/12	【發球動作技術】 發球與接發球的組合練習；發球與接發球對打練習	
8	115/04/13~ 115/04/19	【控球技術】 正、反拍擊球力量、穩定性與準確性練習	
9	115/04/20~ 115/04/26	【控球技術】 正、反拍擊球力量、穩定性與準確性練習	
10	115/04/27~ 115/05/03	【控球技術】 正、反拍前場短距離直線/斜線對打練習 正、反拍底線直線/斜線對打練習	
11	115/05/04~ 115/05/10	【空中截擊動作技術 (含規則講解)】 截擊基本動作教學與練習 空中截擊對峙技術動作教學與練習	
12	115/05/11~ 115/05/17	【高壓殺球動作技術 (含規則講解)】 殺球基本動作教學與練習	
13	115/05/18~ 115/05/24	【綜合技能訓練比賽應用 (含規則講解)】 單打規則講解與戰術運用；分組模擬比賽；擔任裁判練習	
14	115/05/25~ 115/05/31	【綜合技能訓練比賽應用 (含規則講解)】 雙打規則講解與戰術運用；分組模擬比賽；擔任裁判練習	
15	115/06/01~ 115/06/07	【綜合技能訓練比賽應用 (含規則講解)】 混雙規則講解與戰術運用；分組模擬比賽；擔任裁判練習	
16	115/06/08~ 115/06/14	測驗 (一)：技術測驗 (底線正反拍基本擊球測驗) 測驗 (二)：技術測驗 (發球測驗)	
17	115/06/15~ 115/06/21	期末多元評量週/教師彈性教學週 【測驗 (三)：認知測驗(匹克球規則)】	上課方式：iclass線上考試或作業
18	115/06/22~ 115/06/28	教師彈性教學週	上課方式：iclass線上考試或作業
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.出席與課堂參與規範： 本課程重視學生的實際參與與學習互動，請假情形將依規定予以尊重，教師不會因單一請假事由（如病假、生理假、喪假等）直接扣減成績。惟課堂參與屬學習歷程之核心，若學生缺課（含請假與曠課）累計達 3 次，則視為已嚴重影響課程參與與學習成效，出席成績將以 0 分計算，以維護課程公平與教學品質。</p> <p>2.出席成績計算與補救機制：為維持學習品質，出席成績依下列方式計算 (1)基本計分：本課程採比例式計分，出席成績以實際到課次數占總上課次數比例計算。 出席成績以實際出席堂數（含已由教師核定且完成補救作業後之出席代替）除以總上課堂數計算，乘以出席成績滿分。 例：出席成績 60%，若全勤則得滿分，若 1/16 堂缺課（含請假），則得 $60\% \times (15/16) = 56.25\%$。 (2)未準時到課及未遵守上課規定計算方式：遲到/早退10分鐘出席成績扣1分、20分鐘扣2分、30分鐘扣3分、40分鐘扣4分、50分鐘以上視同缺曠課。服裝儀容不整、非允許使用手機時段使用手機等不當行為每次扣2分。 (3)全勤獎勵：若實際出席堂數等於總堂數（全勤），得予「學期總成績」額外加2分，以獎勵穩定參與。 (4)補救機制（適用請假者）：經核定之請假（需依校規或教師要求提出證明）須於缺課後 2 週內完成教師指定之補救作業（完成線上運動練習），每完成一次補救可抵銷一次請假缺課，並視同出席以計分（最多抵銷次數以2 次為限）。若未於期限內完成補救則直接為缺席次數計算。 (5)重大缺課門檻：若學生缺課（含請假與曠課）累計達 3 次，視為已嚴重影響課程參與，出席成績將以 0 分計算（此規定為維護課程進行與公平性）。 (6)附註說明：為維持學習連續性，建議學生於確定無法出席課程時，主動提前告知教師並尋求可行之補充學習方式（如觀看指定教材、參與線上討論或完成補充作業等），以確保學習進度並減少缺課對課程表現之影響。</p> <p>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。</p> <p>3.上課請穿著運動服裝、室內運動鞋，攜帶水和毛巾。</p> <p>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。</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 %</p> <p>◆期末評量：10.0 %</p> <p>◆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：https://web2.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」進入。</p> <p>※「遵守智慧財產權觀念」及「不得非法影印、下載及散布」。請使用正版教科書，勿非法影印他人著作，以免觸法。</p>