

淡江大學 97 年度第 1 學期課程教學計劃表

壹、科目名稱：桌球

貳、授課老師：洪光燦

參、開課系所班級：

肆、必選修：必

伍、學分數：0

陸、先修科目：

柒、教學內容及進度：

- 一、內容：1. 握拍法。2. 球感練習。3. 正反手發長球及各種旋轉接發球。4. 反手推擋球。
5. 正手擊球。7. 移位及步法。8. 綜合練習。9. 比賽。10. 測試。

二、進度：

第一週 1. 說明教學進度及上課應注意事項。2. 介紹測驗項目。3. 了解學生程度 4. 給分標準介紹。

第二週 1. 握拍法。2. 球感練習。3. 空拍模擬各種基本動作。4 編組。

第三週 1. 正反手發球介紹及練習（一）2. 各種旋轉接發球練習（一）。3 裁判法介紹（一）。

第四週 1. 正反手發球介紹及練習（二）。2. 各種旋轉接發球練習（二）。3 裁判法介紹（二）。

第五週 國慶紀念日(放假一天)。

第六週 1. 各項技術綜合練習（一）。2. 賽制介紹及組內練習比賽介紹單雙打規則。3 裁判法介紹（三）。

第七週 1. 分組對抗比賽（一）。2 裁判實習（一）。

第八週 1. 分組對抗比賽（二）。2 裁判實習（二）。

第九週 1. 測驗(發各種旋轉球)。

第十週 期中考。

第十一週 1. 組對抗賽（三）。2 裁判實習（三）

第十二週 1. 基本動作練習。2. 排名賽（一）。

第十三週 1. 基本動作練習。2. 排名賽（二）。

第十四週 1. 基本動作練習。2. 排名賽（三）。

第十五週 1. 基本動作練習。2. 排名賽（四）。

第十六週 1. 測驗(接發球)。補考(發各種旋轉球及接發球)

第十七週 1. 彈性放假(11月8日校慶日補假)。

捌、成績考核方式：

平時成績：40 % (出席率、學習態度、運動精神)

考試成績：60