



《尊重智慧財產權，請使用正版教科書，勿非法影印書籍及教材，以免侵犯他人著作權》

開課班級:

授課老師: 倪高朗

學分數: 1

課程大綱:

由於工商業的發達及人民生活品質的提昇，人們對於工作之餘的休閒活動也越加重視，網球運動正是適合青少年、中年、老年人的休閒運動。其運動年齡從三歲開（世界著名網球好手阿格西三歲開始打網球），至八十歲以上（我國留美的劉香谷女士，已八十多歲，仍參加長青組比賽），且大多數網球場，皆設於環境優美，空氣新鮮之處，所以從事網球運動可說是一種休閒享受。

outline:

Due to the development of economy and higher living quality, people pay more attention to leisure activities. Tennis is a leisure exercise suitable for teenagers, middle-ages and elders. The suitable age is from three years old (The famous tennis player, Agassi began to play tennis at three) to eighty years old (Mrs. LIU, Shiang-ku still plays at the Evergreen contests though she is at eighties). Furthermore, most tennis courts are located at fresh air and beautiful places. Playing tennis is an enjoyable sports.

教學型態:

課堂教學

成績考核方式:

平時成績:40%
期中考:30%
期末考:30%
其它:%

本科目教學目標:

參考書目:



課程進度表：

週次	起訖月日	授課單元(內容)	備註
第1週	9.14~9.21	網球課程介紹	8日正式上課。8~12日課程加退選，轉學(系)生、復學生及延修生選課，雙主修、輔系申請，12日申辦抵免學分截止日
第2週	9.21~9.28	體適能檢測	
第3週	9.28~10.05	體適能檢測	28日(日)孔子誕辰紀念日/教師節(放假),29日(一)補假
第4週	10.05~10.12	網球規則. 球感練習、正拍定點擊反彈球、正拍定點移位擊球組合練習	29日成績優異提前畢業者提出申請截止日
第5週	10.12~10.19	單手反拍擊球的握拍法、介紹與定點揮拍練習	6日(一)中秋節(放假)，10日(五)國慶日(放假)
第6週	10.19~10.26	雙手反拍擊球的握拍法介紹與、定點揮拍練習	14日學生宿舍安全輔導暨複合式防災疏散演練。18日多益測驗
第7週	10.26~11.02	反拍移位擊反彈球、反拍定點移位擊球組合練習	24日(五)補假，25日(六)光復暨古寧頭大捷日(放假)。
第8週	11.02~11.09	使用練習牆作正反拍擊球組合練習、截擊球的介紹與練習	30日校課程委員會
第9週	11.09~11.16	技能測驗	3~9日期中考試
第10週	11.16~11.23	瞭解單打、雙打的比賽方法	13日教務會議,16日教師期中成績上網登錄截止日
第11週	11.23~11.30	小組分組比賽	
第12週	11.30~12.07	小組分組比賽	24~28體育運動週。24日校園路跑。27日運動大會夜間開幕，28日運動大會活動，29日101週年校慶活動日，照常上班
第13週	12.07~12.14	小組分組比賽	
第14週	12.14~12.21	進階分組比	12日申請停修課程截止日
第15週	12.21~12.28	進階分組比	
第16週	12.28~1.04	進階分組比	22日校務會議。25日行憲紀念日(放假)
第17週	1.04~1.11	決賽	1日(四)開國紀念日(放假)
第18週	1.11~1.18	總決賽	5~11日期末考試，10~11日學生退宿