



《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: 田偉璋

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:30%
期中考:30%
期末考:40%
其它:%

本科目教學目標:

- 〔一〕 讓學生學習網球基本技術，並獲得網球相關之學理知識。
- 〔二〕 培養學生對網球運動的興趣，建立終生運動的習慣。
- 〔三〕 培養學生規劃生涯運動之能力，並提高體適能，養成身心健全的人生。

參考書目:

網球運動解剖書。 出版社台灣東販，譯者：蕭雲菁，出版日期：2012/04/27 TENNIS Magazine



課程進度表：

週次	起訖月日	授課單元(內容)	備註
第1週	2.22~3.01	1.課程簡介、上課注意事項	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	3.01~3.08	握拍方法練習、拍擊網球	
第3週	3.08~3.15	正手揮空拍練習、正拍自拋揮擊	28日(日)孔子誕辰紀念日/教師節(放假),29日(一)補假
第4週	3.15~3.22	二人一組正拍拋擊、正拍對牆練習	29日成績優異提前畢業者提出申請截止日
第5週	3.22~3.29	二人一組正拍拋擊、正拍對牆練習	6日(一)中秋節(放假)，10日(五)國慶日(放假)
第6週	3.29~4.05	反手拍空揮拍練習、正拍對牆練習、二人一組正拍拋擊	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	4.05~4.12	反手拍空揮拍練習、反手拍對牆練習	24日(五)補假，25日(六)光復暨古寧頭大捷日(放假)。
第8週	4.12~4.19	低手發球練習、正反手對牆練習	30日校課程委員會
第9週	4.19~4.26	期中考	3~9日期中考試
第10週	4.26~5.03	二人一組近距離對打練習、高手發球練習	13日教務會議,16日教師期中成績上網登錄截止日
第11週	5.03~5.10	二人一組近距離對打練習、吊高球練習	
第12週	5.10~5.17	吊高球練習、二人一組底線對打練習	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	5.17~5.24	截擊練習、二人一組底線對打練習	
第14週	5.24~5.31	雙打練習、截擊練習	12日申請停修課程截止日
第15週	5.31~6.07	雙打練習、截擊練習	
第16週	6.07~6.14	模擬比賽	22日校務會議。25日行憲紀念日(放假)
第17週	6.14~6.21	期末考	1日(四)開國紀念日(放假)
第18週	6.21~6.28	期末考補考	5~11日期末考試，10~11日學生退宿