國立台灣科技大學 114學年 第2學期　課程大綱

Spring 2026 NTUST Course Outline

授課教師：朱寶明

Instructor:

課程名稱：體育(桌球)(下)

Course Title：Physical Education (Table Tennis) (II)

2026/11/3

課程代號： PE113B041 Course Code 學分數： 0 Credits	必選修：必修/全學年 Required/Electve:Required/Full Yr. 先修課程： Prerequisites
節次教室： R10() R9() Time/Location	
專業核心能力： Core Professional Competencies	
課程網址： Course Website	
課程宗旨： Course Objectives	
課程大綱： Outline of Lectures	

課程目標
一、調劑學生身心
二、鍛鍊健全體魄
三、訓練個人與社會生活上之應用技能
四、養成以運動為正當休閒娛樂之習慣。
貳:教材進度
第一週-1.課程介紹 2.上課分組4.運動傷害防護
第二週-1.複習發球種類介紹/正手平擊擊球
第三週-1.正反拍交互2.接發球移位練習
第四週-1.雙人球感練習2.團體遊戲
第五週-單打排名賽
第六週-單打排名賽
第七週-1.正反拍交互正反手搓球
第八週-1.左推右攻綜合練習2.雙打練習賽
第九週-單雙打綜合練習
第十週1.正反手抽球2.位置移位練習3.雙打排名賽
第十一週1.反手抽球2.雙打排名賽
第十二週1.雙打發球2.雙打排名賽
第十三週1.發球變化2.單打排名賽
第十四週-自選菁英單打排名賽
第十五週1.年終雙打比賽2.測驗
第十六週.(期末考)
術科測驗 1.發球測驗 2.接球測驗3.排名賽依序名次給分
Course Schedule

Week 1 - 1. Course Introduction 2. Group Classes 4. Sports Injury Prevention

Week 2 - 1. Review of Serve Types/Forehand Flat Shot

Week 3 - 1. Forehand and Backhand Interaction 2. Serve Return Positioning Practice

Week 4 - 1. Two-Player Ball Feel Practice 2. Team Games

Week 5 - Singles Ranking Tournament 2. Serve Return Positioning Practice

Week 6 - Singles Ranking Tournament

Week 7 - 1. Forehand and Backhand Interaction, Forehand and Backhand Chop

Week 8 - 1. Left Push, Right Attack Combined Practice 2. Doubles Practice Match

Week 9 - Singles and Doubles Combined Practice

Week 10 - 1. Forehand and Backhand Smash 2. Positioning Practice 3. Doubles Ranking Tournament

Week 11 - 1. Backhand Smash 2. Doubles Ranking Tournament

Week 12 - 1. Doubles Serve 2. Doubles Ranking Tournament

Week 13 - 1. Serve Variations 2. Singles Ranking Tournament Week 14 - Elite Singles Ranking Tournament
Week 15: 1. Year-End Doubles Tournament 2. Tests
Week 16 (Final Exams)
Practical Tests: 1. Serve Test 2. Return Test 3. Ranking Tournament - Points awarded based on ranking

授課方式：
Method of Instruction

講授 Lecture：0%

分組討論 Group discussion：0%

案例研討 Case study：0%

操做練習 Practical exercises：0%

	講授 Lecture：%
教科書： Textbooks	
參考書目： References	
修課須知： Notice	
評量方式： Grading	1.學習出席率態度運動表現佔50% 2.平時考10% 3.期末考佔40%
備註說明： Notes	