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： PE113B051 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： F10() F9() Time/Location	
專業核心能力： Core Professional Competencies	
課程網址： Course Website	
課程宗旨： Course Objectives	一、認知：能了解並說出桌球運動的特性、價值與基本動作要領 二、技能：學會正確的簡易遊戲並做出正確基本動作與比賽戰術 三、情意：能培養刻苦、耐勞、果敢、互助合作的團隊精神 I.Objective of the Course 1.Know table tennis. 2.Develop the exercise. 3.Good for health. 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。 Course Objectives: 1. To regulate students' physical and mental well-being 2. To develop sound physical fitness 3. To train students' practical skills for personal and social life 4. To cultivate the habit of using sports as a legitimate form of leisure and entertainment.
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	