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：謝雅萍

Instructor:

課程名稱：體育(初級軟式網球)(下)

Course Title：Physical Education (Soft Tennis Level 1)(II)

2026/11/4

課程代號： PE143B051 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： Time/Location	F10() F9()
專業核心能力： Core Professional Competencies	1.促進規律運動習慣之能力 2.維持良好體適能發展的能力 3.提升專業課程運動知識的能力 4.提升專業課程技術及規則之能力 5.提升專業課程運動倫理道德之能力 6.培養思考判斷解決問題的能力 7.培養團隊合作之能力
課程網址： Course Website	
課程宗旨： Course Objectives	1. 複習軟式網球各項基本動作及打法。 2. 分組模擬比賽進而懂得運用對戰戰術。
課程大綱： Outline of Lectures	1. 基本軟式網球能力訓練。 2. 基礎體能：肌力、核心、柔軟度及敏捷訓練。 3. 瞭解軟式網球單、雙打比賽之規則及進行程序。 4. 熟悉正、反拍擊球、接發球、網前正、反手拍截擊、高壓殺球等基本動作的結合與運用。
授課方式： Method of Instruction	講授 Lecture：% 分組討論 Group discussion：% 案例研討 Case study：% 操做練習 Practical exercises：% 講授 Lecture：%
教科書： Textbooks	
參考書目： References	
修課須知： Notice	
評量方式： Grading	

備註說明：
Notes