朝陽科技大學
100學年度第2學期教學大綱

當期課號	0066			中文科名	羽球
授課教師	賴金模			開課單位	通識教育中心
學分數	1	修課時數	2	開課班級	日間部四年制0年級 A班
修習別	校訂必修(選項體育課群)				
類別	一般課程				

本課程與系所培養學生核心能力關聯度	高度關聯	中高關聯	中度關聯	中低關聯	低度關聯
運動知識與技術學習能力。	✔				
終身運動習慣養成能力。	✔				
團隊合作與溝通互動能力。	✔				

本課程培養學生下列知識：

本課程藉由羽球專業訓練之運動模式，提供學生養成基本體能與羽球技術、裁判技巧。過程中利用各項羽球基本動作，培養參與羽球運動之基本技巧，另外羽球比賽訓練模擬高情境之壓力，以增強學生面對困境時抗壓處理能力和心智意志力的訓練，並於訓練中強化其運動道德觀與運動精神，培養個人未來生活與生涯之規劃能力，進而形成可快速融入人群與社會之優良品行，將有助於學生未來進入職場後的人際關係與終身運動之身體健康。

1.瞭解羽球單、雙打基本常識與規則
2.學習羽球基本動作及比賽能力
3.培養高尚運動品德
4.養成終身休閒運動習慣，增進健康體適能

This course will have students develop basic physical fitness, badminton technique, and referee skills by professional trainings. Students will learn various kinds of basic moves of badminton and participate in games. In addition, because of the intensity and pressure in badminton contests, students' sport morality and spirits would be strengthened, and would be helpful to their relationships and health.

每週授課主題

第01週：課程簡介、進度說明
第02週：羽球運動之起源與發展
第03週：羽球規則與裁判法介紹
第04週：握拍、球感介紹及練習
第05週：正手發長球（單打）、反手發小球（雙打）
第06週：挑球、前進挑球（含步法）
第07週：放小球、撲網介紹及練習
第08週：前進放小球、前進撲網介紹及練習
第09週：前進挑球及前進放小球綜合應用綜合練習
第10週：高遠球介紹及練習
第11週：後退及高遠球練習（含步法）
第12週：切、殺球介紹及練習
第13週：退後切、殺球練習（含步法）
第14週：前進、後對綜合球路運用練習
第15週：裁判法講解（實習）及單打基本戰術講解
第16週：裁判法講解（實習）及雙戰術講解
第17週：羽球規則筆試及裁判法測驗
第18週：各項球路綜合考試

成績及評量方式

期中考：20%
期末考：20%
學習態度：20%
平時作業及出席：40%

證照、國家考試及競賽關係

本課程無證照、國家考試及競賽資料。

主要教材

2.張妙瑛（1991）：羽球基本動作簡介。興大體育第二期。p48~58(教科書)
3.涂國誠（2007）：羽球運動。品度股份有限公司(教科書)

參考資料

本課程無參考資料!

建議先修課程

本課程無建議先修課程

教師資料

教師網頁：http://www.cyut.edu.tw/~lacm/
E-Mail： lacm@cyut.edu.tw
Office Hour：
星期一,第5~6節,地點:S-201;
星期二,第3~4節,地點:S-201;
星期四,第3~4節,地點:S-201;
分機:3053、3053

[關閉] [列印]
尊重智慧財產權，請勿不法影印。