

康寧學校財團法人康寧大學 推廣教育非學分班

課程計劃申請書

中華民國 107 年 9 月 3 日

課程編號：			
申請人	王毓祥	是否已詳閱康寧推廣教育辦法、績效分配暨獎勵辦法	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
授課教師	王毓祥	教師資歷	20 年
授課時間	周五晚上 1900-2100	授課總時數	34 小時
課程設計理念與目標	1、建立良好的體能基礎 2、瞭解羽球運動常識及規則 3、學習羽球的基本動作及培養單雙打比賽能力		
教學內容	1、基本體能的訓練 2、羽球基本動作練習 3、單打比賽規則介紹及裁判法 4、單打比賽實戰演練 5、羽球常識介紹—羽球簡史、球場介紹，球拍等用具介紹，國際羽球現況簡介		
師資介紹	康寧醫護暨管理專校講師 中華民國網球協會認證 C 級教練 台北市體育總會認證羽球 C 級裁判 康寧專校羽球社指導老師（民國 87-迄今） 康寧專校于斌杯羽球賽教職員組連 5 屆冠軍（民國 93-97 年） 康寧專校于斌杯羽球賽公開組混雙季軍（民國 98.99.102 年） 康寧專校于斌杯羽球賽公開組混雙亞軍（民國 103.104 年,106 年） 康寧專校于斌杯羽球賽公開組混雙冠軍（民國 100-101,105 年） 內湖社區大學羽球課講師（民國 98-104 年）		
適合對象	一般民眾以及教職員生		
報名資格	一般民眾以及教職員生		
優惠辦法			

提 單	案 位	申請人：王毓祥 提案單位： <input type="checkbox"/> 推廣組 <input checked="" type="checkbox"/> 其他 <u>通識中心</u>	申請單位主管：
--------	--------	--	---------

進推處 審核	表件： 檢核： 主任：
校 審 長 核	
退 件 說 明	

康寧學校財團法人康寧大學推廣教育 非學分班課程 教學大綱

中華民國 107 年 9 月 3 日

教 學 大 綱					
課程名稱	羽球班				
時數	34 小時	教材	<input checked="" type="checkbox"/> 自編教材 <input type="checkbox"/> 專書名稱		
週	星期	課程內容	工具	教師	
1	五	課程簡介及簡易體能訓練	球拍	王毓祥	
2	五	握拍法、正手拍各項基本動作練習及球感訓練（一）	球拍	王毓祥	
3	五	握拍法、正手拍各項基本動作練習及球感訓練（二）	球拍	王毓祥	
4	五	直線步伐講解與綜合練習	球拍	王毓祥	
5	五	直線正手拍各項基本動作組合練習	球拍	王毓祥	
6	五	握拍法、反手拍各項基本動作練習及球感訓練（一）	球拍	王毓祥	
7	五	握拍法、反手拍各項基本動作練習及球感訓練（二）	球拍	王毓祥	
8	五	米字型步伐講解	球拍	王毓祥	
9	五	綜合複習	球拍	王毓祥	
10	五	各項基本動作配合米字型步伐組合練習（一）	球拍	王毓祥	
11	五	各項基本動作配合米字型步伐組合練習（二）	球拍	王毓祥	
12	五	單打規則介紹及實戰演練	球拍	王毓祥	
13	五	雙打規則介紹及實戰演練	球拍	王毓祥	
14	五	單打策略介紹與練習比賽	球拍	王毓祥	
15	五	雙打策略介紹與練習比賽	球拍	王毓祥	
16	五	分組友誼賽	球拍	王毓祥	
17	五	技術驗收	球拍	王毓祥	