課程名稱 | 羽球運動霹靂手

課程屬性 社會與生活　　課程編號 962-837

授課老師 林玉雪

最高學歷/ 國立台南師院學院

相關學經歷/ 曾任教台南縣大新國小2年小學6年幼教
現任國立台南大學附小10年羽毛球營教師20幼教2園長

現職/ 國立台南大學附小教師兼園長

上課時間 每週四晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2007年09月06日（星期四）

課程理念

關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

1. 達到最佳運動效果.
2. 培養具有羽毛球運動基礎能力.
3. 推動身心健康的體育活動.
4. 教育全民運動的基本觀念.
5. 促進羽毛球運動的精神與娛樂休閒活動.
6. 達到能帶動羽毛球友誼賽的健康運動.
7. 激發學習羽毛球的興趣與潛能.

2. 修此門課需具備什麼條件？

1. 身心健康者.　2. 喜歡或熱愛運動者.　3. 想學羽毛球運動者

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

1. 先團體說明與教學.
2. 進行個人練習基本動作：握拍.正確自拍擊球方法.
3. 雙人練習基本動作：正確正拍與反拍擊球方法.
4. 單打比賽說明與示範規則.
5. 雙打比賽說明與示範規則.
6. 進行雙打比賽以規則練習基本動作.
7. 分組進行雙打比賽.前3名有頒發獎品與獎狀.

招生人數| 25 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費| 1 學分 0 元（6 週課程/一次上課 3 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	1999-11-28 晚上07:00～09:50	基本動作說明與練習	
2	1999-12-05 晚上07:00～09:50	分解動作與體能訓練	

3	1999-12-12 晚上07:00～09:50	介紹單打比賽規則與分解動作教學	
4	1999-12-19 晚上07:00～09:50	基本動作練習、加強正反拍基本練習	
5	1999-12-26 晚上07:00～09:50	基本動作練習、加強短球擊球基本練習	
6	2000-01-02 晚上07:00～09:50	單打比賽練習	