

國立臺灣科技大學羽球課程大綱

壹、教學目標

認識羽球運動的基本動作及自我訓練的方法，藉以培養羽球活動的愛好並增進羽球技能。

貳、教學內容

一、基本動作練習（長球、短球、切球、抽球、殺球）

二、步法練習（側步、H型、米字型等步法）

三、移位擊球練習（各種基本動作與步法的配合）

四、單、雙打規則講述及裁判法

五、雙打隊型分析與演練

六、單、雙打戰術、戰略

七、視聽教學（基本擊球技巧暨選手比賽分析）

參、成績評量

一、技能（60%）：發球（長、短）、高遠擊球、對牆擊球及平飛抽球。

二、學習精神與態度（30%）：出席勤惰、平時學習精神與態度。

三、筆試與報告（10%）：相關規則與技術及學習心得等。