

## 國立新竹科學園區實驗高級中等學校教師專業社群增能研習實施計畫

研習名稱	「雙語網球技術與單雙打戰術探討」實作工作坊		
主辦單位	國立新竹科學園區實驗高級中等學校		
協辦單位	國立新竹高級中學		
課程主旨	提升校內外體育教師專業發展及學校整體體育雙語教學水平		
課程時間	2024年5月3日 中午12:30報到，課程13:00~16:00	研習時數	<u>3</u> 小時
課程地點	國立新竹中學 網球場+室內教室		
授課師資	姓名：馬楷捷  職稱：體育教師		
研習類別	<input type="checkbox"/> 校內研習 <span style="float: right;"><input type="checkbox"/>其他_____</span>  <input checked="" type="checkbox"/> 校外研習(竹苗區公私立高中職)  <input type="checkbox"/> 校外研習(竹苗區公私立國中)		
參加對象	<input checked="" type="checkbox"/> 行政 <input checked="" type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他_____		
實施方式	<input checked="" type="checkbox"/> 講授 <input checked="" type="checkbox"/> 座談 <input checked="" type="checkbox"/> 工作坊 <input checked="" type="checkbox"/> 觀課議課		
講師簡介	目前任教：國立屏東女中體育教師 學歷：國立高雄師範大學體育系 碩士畢 證照：國家級網球 A 級教練 網球成績： 2006年世界中學運動會冠軍 國際青少年網球比賽雙打亞軍 全國青少年網球賽18歲組單、雙打冠軍		

課程簡介	<p><b>馬老師的課程設計理念：</b>以學生為學習理念的設計架構(students cantered)、透過多模態的應用(Multimodality)、課程設計上有難有易但要迎合不一樣的能力(Caters for different abilities)做為課程的設計理念。</p> <p><b>教學內容(content)：</b></p> <p>一、網球技術常犯錯誤修正方法(corrections)</p> <p>1.底線抽球(groundstrokes)：正手拍(forehand) &amp; 反手拍(backhand)：正確的揮拍架構(how to swing)、學習正確使用腳(footwork)與身體的力量擊球(kinetic)。</p> <p>2.截擊(volley)：正確的截擊腳步及如何避免拉拍過大。</p> <p>3.發球(serve)：平擊發球、上旋發球、側切發球不同之處。</p> <p>4. 高壓殺球(smash)：預測球的落點，向後移位的腳步。</p> <p>二、網球單、雙打(single match/double match)</p> <p>1.戰術(strategy)及站位講解。</p> <p>2.如何網前搶球？</p> <p>3.對手高吊球(loop)時，如何補位？</p> <p>4.搭檔打球時，自己該站的位置？</p> <p>三、雙打實戰練習：參加學員分組進行實戰比賽。</p>
聯絡人	<p>姓名：<u>蔡明憲老師</u>                      電話：<u>0925-275281</u></p> <p>E-mail：<u>steventsai@nehs.hc.edu.tw</u></p>