

100-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	體育一(上)E1	科目序號 / 代號	2104 / CDC7701
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	大學日間部8年1班
任課教師	王子寧	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	必修 / 1	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(三)12 / K309	授課語言別	中文

課程簡介

- 一.認識人體結構
- 二.開發身體的防衛能力
- 三.提升手眼身法步的協調能力

課程大綱

- 一.手法的攻防技巧
- 二.腿擊法的實戰應用

基本能力或先修課程

- 一.對武術運動有興趣者
- 二.已有其他武術根基者

課程與系所基本素養及核心能力之關連

-  基礎能力
- 專業能力
-  實踐能力
-  團隊合作
-  主動學習
- 創意創新
- 國際視野
- 專業倫理
- 領導管理
- 信心毅力
-  人文素養

教學計畫表

系所核心能力	權重(%) 【A】	檢核能力指標(績效指 標)	教學策略	評量方法及配分 權重	核心能力 學習成績 【B】	期末學習 成績 【C=B*A 】
基礎能力	25%		講述法 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作	期中考: 30% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10%	加總: 100	25
實踐能力	25%		講述法 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作	期中考: 30% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10%	加總: 100	25
團隊合作	15%		講述法 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作	期中考: 30% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10%	加總: 100	15
主動學習	30%		講述法 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作	期中考: 30% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10%	加總: 100	30
人文素養	5%		講述法 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作	期中考: 30% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10%	加總: 100	5

成績稽核

期中考: 30%

期末考: 30%

課程參與度: 30%

小組合作狀況: 10%

教科書(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
中國武術實用大全	康戈武		五洲出版社	1991

參考教材及專業期刊導讀(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
----	----	----	-----	-----

無參考教材及專業期刊導讀

上課進度		分配時數(%)				
週次	教學內容	講授	示範	習作	實驗	其他
1	說明本學期授課內容與進度	15	35	40		10
2	國術基本功:樁功	15	35	40		10
3	國術基本功:手法	15	35	40		10
4	國術基本功:腿擊法	15	35	40		10
5	國術基本功:雙人對練	15	35	40		10
6	五步拳分解	15	35	40		10
7	五步拳成套組合	15	35	40		10
8	期中測驗	15	35	40		10
9	防身術:正面遇敵之反擊法	15	35	40		10
10	防身術:側身遇敵之反擊法	15	35	40		10
11	防身術:被後抱時的反擊法	15	35	40		10
12	防身術:功力組合訓練	15	35	40		10
13	防禦格擋應用法	15	35	40		10
14	手法組合應用	15	35	40		10
15	腿擊法之應用	15	35	40		10
16	手腳組合應用	15	35	40		10
17	總復習	15	35	40		10
18	期末測驗	15	35	40		10