

100-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	體育一(上)E29	科目序號 / 代號	2132 / CDC7729
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	林作慶	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	(五)34 / K309	授課語言別	中文

課程簡介

基礎體適能

課程大綱

基礎體適能

基本能力或先修課程

基礎體適能

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	期中考: 20% 期末考: 40% 課程參與度: 40%	加總: 100	25
實踐能力	25%	講述法	期中考: 20% 期末考: 40% 課程參與度: 40%	加總: 100	25
團隊合作	20%	講述法	期中考: 20% 期末考: 40% 課程參與度: 40%	加總: 100	20
主動學習	30%	講述法	期中考: 20% 期末考: 40% 課程參與度: 40%	加總: 100	30

成績稽核

期末考: 40%

課程參與度: 40%

期中考: 20%

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
健康體適能的理論與實際				0
健康體適能的理論與實際				0

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
健康體適能的理論與實際				0
健康體適能的理論與實際				0
健康體適能的理論與實際				0

上課進度

週次	教學內容	分配時數(%)				
		講授	示範	習作	實驗	其他
1	課程簡介,上課相關規定及教學分組	100	0	0	0	0
2	基本體適能的介紹及操作	50	10	40	0	0
3	足球運動的基本動作一	40	10	50	0	0
4	足球運動的基本動作二踢高遠球	40	10	50	0	0

5	足壘球比賽	20	0	80	0	0
6	7人制足球分組比賽	20	0	80	0	0
7	足球運動的基本動作三運球	40	10	50	0	0
8	比賽規則	100	0	0	0	0
9	期中考	0	0	100	0	0
10	健康體適能測驗一,BMI,立定跳,一分鐘仰臥起坐	20	10	70	0	0
11	健康體適能測驗二,男1600/女800跑走,坐姿體前彎	20	10	70	0	0
12	網球運動基本動作一,正手拍	40	10	50	0	0
13	網球運動基本動作二,正手拍,發球	40	10	50	0	0
14	網球運動基本動作三,反手拍	40	10	50	0	0
15	網球運動基本動作四,網前截擊	40	10	50	0	0
16	網球運動規則	100	0	0	0	0
17	男3000女2000跑走	20	10	70	0	0
18	期末測驗	100	0	0	0	0