

100-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	體育二上:拳擊E1	科目序號 / 代號	2161 / CDC1363
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	大學日間部8年2班
任課教師	王子寧	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	必修 / 0	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(二)12 / K309	授課語言別	中文

課程簡介

- 一.瞭解拳擊運動的發展
- 二.學會正確的左右直拳,勾拳,上擊拳

課程大綱

- 一.拳擊史
- 二.拳擊基本動作(直拳,勾拳,上擊拳)

基本能力或先修課程

對拳擊運動有興趣者

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	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
團隊合作	10%		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	10
主動學習	35%		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	35

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
教練訓練指南	李誠志		北京體育科學學會	1994

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	介紹本學期授課事宜	15	15	50		20
2	拳擊運動簡史	15	15	50		20
3	拳擊基本姿勢	15	15	50		20
4	左直拳分解動作	15	15	50		20
5	左直拳連拳	15	15	50		20
6	跳繩.右直拳分解動作	15	15	50		20
7	跳繩.左.右直拳連擊	15	15	50		20
8	跳繩.左.右直拳手靶打擊訓練	15	15	50		20
9	期中測驗	15	15	50		20
10	拳擊規則講解.手靶打擊	15	15	50		20
11	左勾拳分解動作	15	15	50		20
12	右勾拳分解動作	15	15	50		20
13	直拳.勾拳連拳組合	15	15	50		20
14	左上擊拳分解動作	15	15	50		20
15	右上擊拳分解動作	15	15	50		20
16	拳擊專項循環訓練	15	15	50		20
17	直拳勾拳上擊拳連拳組合	15	15	50		20
18	期末測驗	15	15	50		20