

## 100-2 大葉大學 完整版課綱

### 基本資訊

課程名稱	體育一(下)F11	科目序號 / 代號	2578 / CDC7761
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	賴永僚	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	(四)12 / K309	授課語言別	中文

### 課程簡介

本課程的主要目標著重於學生基礎體能的訓練與認識各項體育活動的特性，並從中使學生培養從事各項球類或其他運動的基礎能力。

### 課程大綱

- 1.基礎體能訓練。
- 2.各項運動基礎學習。
- 3.運動與健康基本觀念。

### 基本能力或先修課程

無

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

## 成績稽核

課程參與度: 40%

期中考: 30%

期末考: 30%

## 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
網球的第壹本書	巫長榮		藍群書店	2004

## 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
網球大全	Paul Douglas	張志純	徐氏基金會出版	1983

## 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	網球起源、器材介紹，正確握拍方式示範	30	20	50	0	0
2	體驗迷你網球	30	20	50	0	0
3	正手拍的基本動作練習	30	20	50	0	0
4	反手拍的基本動作練習	30	20	50	0	0
5	正手拍落地球直線、斜線練習	30	20	50	0	0
6	反手拍落地球練習	30	20	50	0	0
7	綜合練習	30	20	50	0	0

8	規則介紹	30	20	50	0	0
9	期中考	30	20	50	0	0
10	高爾夫球起源、器材介、握桿介紹	30	20	50	0	0
11	短鐵桿	30	20	50	0	0
12	短鐵桿	30	20	50	0	0
13	長鐵桿	30	20	50	0	0
14	推桿介紹、練習	30	20	50	0	0
15	推桿介紹、練習	30	20	50	0	0
16	綜合練習	30	20	50	0	0
17	綜合練習	30	20	50	0	0
18	期末測驗	30	20	50	0	0

---