

101-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	體育一(上)E38	科目序號 / 代號	2566 / CDC7738
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	陳南琦	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

將體能訓練融入技術練習中,藉以強化學生體能.

2.藉分組比賽提昇學習興趣.

3.學習籃球基本技巧及運用,使籃球成為學生終身運動.

4.學習運動家精神.

課程大綱

1.動作技巧示範及講解,分析運用時機.

2.分段教學及練習.

3.統合動作技巧訓練.

4.比賽練習.

5.大肌肉群認識與訓練計劃


基本能力或先修課程

none


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%		實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 5% 專業服務過程: 25%	加總: 100	30
實踐能力	20%		實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 5% 專業服務過程: 25%	加總: 100	20
團隊合作	20%		小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 5% 專業服務過程: 25%	加總: 100	20
主動學習	30%		實務操作(實 驗、上機或 實習等) 服務學習	期中考: 20% 期末考: 20% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 5% 專業服務過程: 25%	加總: 100	30

成績稽核

課程參與度: 30%

專業服務過程: 25%

期中考: 20%

期末考: 20%

小組合作狀況: 5%

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
學校體育教材教法與評量	教育部		教育部	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
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	體適能基本概念講解	15	15	30	0	40
2	大肌肉之肌力訓練	15	15	30	0	40
3	敏捷度與協調練習	15	15	30	0	40
4	軟柔度訓練	15	15	30	0	40
5	體能訓練	15	15	30	0	40
6	徒手之肌力訓練技巧與柔軟度技巧	15	15	30	0	40
7	運動重量訓練器材之使用方針	15	15	30	0	40
8	複習	15	15	30	0	40
9	期中考	15	15	30	0	40
10	社交舞恰恰基礎舞步	15	15	30	0	40
11	社交舞恰恰基礎舞步複習	15	15	30	0	40
12	社交舞恰恰組合舞步	15	15	30	0	40
13	呼吸與身體律動	15	15	30	0	40
14	彼拉提斯	15	15	30	0	40
15	強力瑜珈	15	15	30	0	40
16	瑜珈提斯	15	15	30	0	40
17	複習	15	15	30	0	40
18	期末	15	15	30	0	40