

101-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	進修-大一體育(上)E5	科目序號 / 代號	2597 / CDC3055
開課系所	共同教學中心	學制 / 班級	進修學士班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 / 2	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(四)AB / K309	授課語言別	中文

課程簡介

基礎體能的訓練與認識各項體育活動的特性，從中使學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.各項球類運動基礎學習
- 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 小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	30
實踐能力	20%		講述法 小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	20
團隊合作	20%		講述法 小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	20
主動學習	30%		講述法 小組合作 服務學習	期中考: 20% 期末考: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10% 實驗操作: 10%	加總: 100	30

成績稽核

期末考: 30%

課程參與度: 30%

期中考: 20%

實驗操作: 10%

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
無參考教科書				

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
網球的第壹本書	巫長榮		藍群書店	2004
乒乓球打法與戰術	岳海鵬		大展出版社	0
桌球聖經	鈴木一		台灣廣廈出版社	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	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、分組比賽	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	桌球歷史與課程進度介紹	30	20	50	0	0
11	桌球運動基本動作介紹、桌球運動球感訓練	30	20	50	0	0
12	反手推擋對桌球桌單向推擋練習	30	20	50	0	0
13	發球介紹及練習、兩人反手短打推擋練習	30	20	50	0	0
14	正手抽球動作介紹與練習	30	20	50	0	0
15	綜合練習	30	20	50	0	0
16	綜合練習、分組比賽	30	20	50	0	0
17	分組比賽	30	20	50	0	0
18	期末測驗	30	20	50	0	0